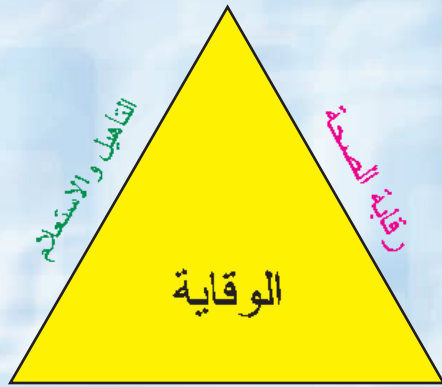


الوقاية

يتحتم على كل شركة تطوير وتطبيق تدابير وقائية محددة تتفق مع نتائج تقييم المخاطرة القائمة. وذلك بهدف تفادي هذه المخاطرة والوقاية منها في منشأها، وتهيئة مكان العمل مع الشخص الذي يقوم به ولتحقيق هذا الهدف سيكون من الضروري التنسيق بين ثلاثة أنواع من الإجراءات



تصميم العلاقة بين الإنسان والآلة في مكان العمل والمهمة

- تصميم العلاقة بين الإنسان والآلة في العمل: مكان العمل، المهمة والتنظيم
- الرقابة المناسبة لصحة العاملين
- التأهيل والاستعمال لأصحاب العمل والعمال

التقنيات الأكثر تعرضاً للمخاطر

من الممكن أن يحدث الاختلال في العضلات والهيكل العظمي أثناء أداء أي نوع من العمل أو في أي قطاع عمل. وهناك بعض الفئات التي تتعرض لمخاطرة أكبر



- الفلاحة.
- صناعة اللحوم.
- تهييء وتصبير الفواكه والخضر.
- صناعة المنتجات الفلاحية.
- عمال الآلات.
- البناء.
- البيع بالجملة، وبالتقسيم والاصلاح.
- الفنادق والمطاعم.
- عمال الشحن والافراغ.
- نشاطات الخدمات والصحة.



C/ Lorca, 70, El Palmar - 30120 Murcia • Telf. 968 36 55 00 - Fax 968 36 55 01
www.carm.es/issl • correo electrónico: issl@carm.es

اختلال

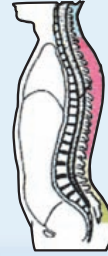
في العضلات والهيكل العظمي في أماكن العمل



ما هو الاختلال في العضلات والعمود الفقري؟

الاختلال في العضلات والعمود الفقري هو عبارة عن سلسلة من الأعراض التي تصيب بشكل رئيسي الأجزاء اللينة من الجهاز المحرك للجسد: العضلات، الأوتار، الأعصاب وأجزاء أخرى قريبة من المفاصل عند القيام بمهام عمل معينة، تحدث اعتداءات آلية محدودة: شد، احتكاك، ضغط ينجم عن تكرارها خلال فترات زمنية طويلة (اشهر أو سنوات) أن... تتراكم آثارها حتى تحدث له الإصابة. وتظهر هذه الإصابات عن طريق الشعور بالألم والعجز في وظائف المنطقة المصابة مما يزيد من المصاعب ويعوق القيام بالعمل

نوعيات الحالات والمواقع الأكثر إصابة



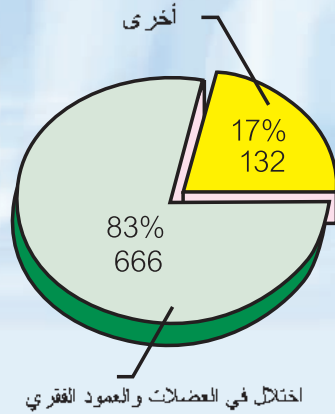
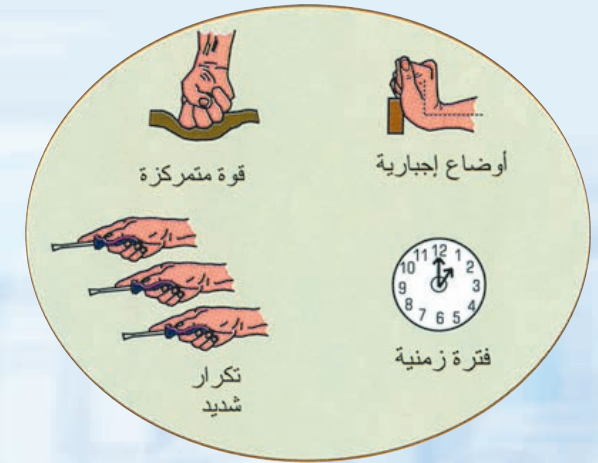
تلك التي تصيب الظهر والعمود الفقري وعضلات الرقبة وعضلات الظهر وأعصاب أسفل الظهر والفق في فقرات العمود الفقري والضغط على جذور الأعصاب،... الخ

لماذا يحدث ذلك؟

هناك مهام نقوم بها في العمل تتطلب بشكل دائم تكرار بعض التحركات والأوضاع المفصلية المتشددة والقوة المتمركزة مما يؤدي إلى حدوث إصابات في الجهاز المحرك للجسم. كذلك من الممكن أن تتسبب (فيها أنشطة أخرى خارج أماكن العمل) (العمل المنزلي وبعض الرياضات... الخ).

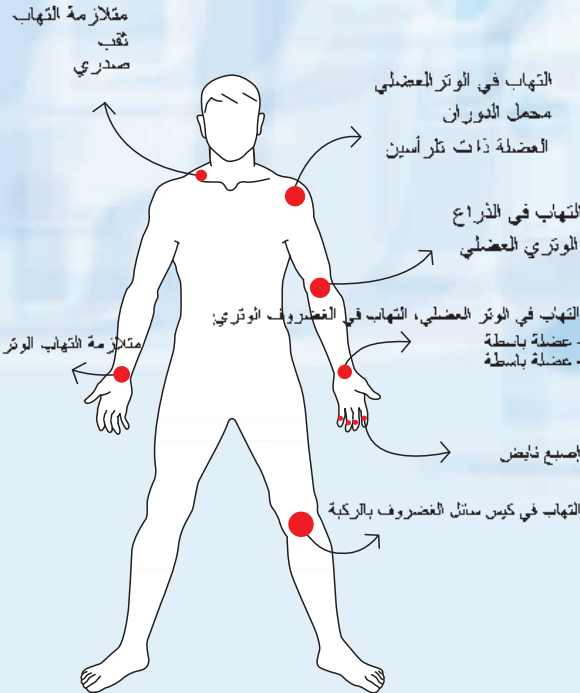
تلك التي تصيب الأطراف العليا والسفلية: التهاب في الوتر العضلي،

التهاب في العضروف الوتري، التهاب في الذراع الوتري العضلي، التهاب في كيس سائل العضروف بالركبة، ألم عضلي، تشكل غددي، ألم عصبية (متلازمة التهاب الوتر الوريدي، متلازمة التهاب ثقب صدري).



2003
798

تعتبر حالات الإصابة بالاختلال في العضلات والعمود الفقري من أكثر الأمراض المهنية في إقليم مدريد خلال السنوات الماضية



إن فترة العمل المبالغ فيها (العمل بالفطعة، عدم وجود فترة راحة،... الخ) وبعض الخصائص الشخصية (السن، الجنس، الوزن، حجم الجسم، الحالة الصحية، والمواقف الصحية) تزيد من احتمالات التعرض لاختلال في العضلات والهيكل العظمي الجسدية لمهمة العمل والقدرات الجسدية للشخص الذي يؤديها من الضروري تحقيق توازن بين: المتطلبات، بتزايد احتمالات الإصابة بالمرض طالما تزايدت عوامل المخاطرة