

Профилактика остеохондроза у стоматологов

Мельникова Марина Адамовна, Хилинский Вадим Владимирович

Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Научный(-е) руководитель(-и) Беясова Людмила Владимировна, Белорусский государственный медицинский университет, Минск

Введение

Приведены данные о влиянии длительной статической нагрузки на функциональное состояние позвоночного столба. Проведено анкетирование практикующих врачей-стоматологов и студентов 4-5 курсов стоматологического факультета. В результате статистического анализа выявлены предпосылки к развитию заболевания остеохондрозом позвоночника.

Цель исследования

Изучить факторы риска у практикующих и будущих врачей-стоматологов, приводящие к «профессиональным» заболеваниям позвоночника.

Материалы и методы

Объектом исследования были 70 человек: 24- практикующих врачей-стоматологов со стажем профессиональной деятельности 1-3 года и 46 студентов-стоматологов 4-5 курсов УО БГМУ. Возраст испытуемых 20-27 лет, из них женщин- 47, мужчин- 23. Проводилось исследование посредством анкетирования (2 раза), в котором регистрировались длительность статической нагрузки, наличие и частота перерывов во время работы, соблюдение правил эргономики, наличие болевых симптомов в области позвоночника, их характер.

Результаты

В результате анализа первого анкетирования были выявлены факторы риска у объектов исследования: несоблюдение правил эргономики и превалирование длительной односторонней тонической позы во время работы, ненормированный режим труда и отдыха. В большинстве случаев по окончании работы объекты испытывают болевые симптомы в шейном и поясничном отделах позвоночника. Данная закономерность наблюдалась как у мужчин, так и у женщин вне зависимости от возраста, что можно объяснить недостаточной мотивацией и пренебрежительным отношением к собственному здоровью. Однако среди лиц женского пола уровень заинтересованности в проблеме и готовности к сотрудничеству выше. Исходя из анализа полученных данных, были предложены меры профилактики (создание памятки) и проведена санитарно-просветительская работа как составляющая первичной профилактики остеохондроза позвоночника. Через 2 месяца проведено повторное анкетирование исходной группы стоматологов. Отмечены улучшения в общем состоянии позвоночника, что является показателем эффективности предложенных мер профилактики.

Выводы

1. Установлены и изучены факторы риска у стоматологов, приводящие к «профессиональным» заболеваниям позвоночника (остеохондрозом 1-го и 2-го периодов).
3. Превалирующая часть анкетированных оказались недостаточно информированными по данному вопросу .
2. Предложенные меры профилактики оказались эффективными при точном их исполнении.