



دانشگاه علوم پزشکی و
خدمات بهداشتی درمانی استان اردبیل

پایان نامه جهت اخذ درجه‌ی دکترای حرفه‌ای دندانپزشکی

عنوان:

ارزیابی میزان کاربرد دانشجویان دندانپزشکی و دندانپزشکان شهر اردبیل از

روش asana و اصول ارگونومی مرتبط با آن در شغل دندانپزشکی

اساتید راهنما:

دکتر کریم جعفری

دکتر محسن پورصادقیان

استاد مشاور:

دکتر سمیه حکمت‌فر

نگارش:

وحید پاشاپور

اسفند ۱۴۰۲

کد پایان‌نامه: ۲۵۵

ارزیابی میزان کاربرد دانشجویان دندانپزشکی و دندانپزشکان شهر اردبیل از روش asana و اصول ارگونومی مرتبط با آن در شغل دندانپزشکی

چکیده

مقدمه: اختلالات اسکلتی-عضلانی از شایع‌ترین عوارض ناشی از کار برای دندانپزشکان محسوب می‌شود. همچنین مطالعات نشان داده است که دندانپزشکان در مورد اثرات فاکتورهای ارگونومیک بر سلامت آن‌ها آگاهی کافی ندارند. اختلالات اسکلتی-عضلانی در میان دانشجویان نیز شیوع بالایی دارد. لذا آگاهی از اختلالات اسکلتی-عضلانی و رعایت پوسچرهای صحیح در حین کار می‌تواند باعث کاهش این اختلالات و در نتیجه باعث افزایش عمر کاری، کاهش هزینه‌های کار، آسیب‌های انسانی و غیبت از کار شود. بنابراین این مطالعه با هدف ارزیابی میزان کاربرد دانشجویان دندانپزشکی و دندانپزشکان شهر اردبیل از روش asana و اصول ارگونومی مرتبط با آن در شغل دندانپزشکی انجام شد. **مواد و روش‌ها:** در این مطالعه بررسی مقطعی که در سال ۱۴۰۲ در شهر اردبیل انجام شد، دانشجویان ۳ سال آخر رشته‌ی دندانپزشکی دانشگاه علوم پزشکی اردبیل و دندانپزشکان شاغل در سطح شهر مورد مصاحبه قرار گرفتند. جهت ارزیابی کاربرد اصول asana توسط دندانپزشکان و دانشجویان پرسشنامه‌ای سه قسمتی طراحی شد که قسمت اول اطلاعات دموگرافیک، قسمت دوم اصول مرتبط با پوسچرهای مناسب asana و قسمت سوم شکل‌های مرتبط با تمرین‌های آسانا بودند. حجم نمونه شامل ۱۴۲ دندانپزشک و ۸۵ دانشجوی دندانپزشکی برآورد شد. برای آنالیز داده‌های جمع‌آوری شده از نرم‌افزار آماری SPSS نسخه ۲۶ و آزمون Chi-square و One-Way ANOVA استفاده شد.

یافته‌ها: نمرات آگاهی از ارگونومی برای دانشجویان دندانپزشکی و دندانپزشکان و متخصص‌ها به ترتیب ۳۵/۷۳، ۳۶/۹۲ و ۳۹/۷۱ درصد به دست آمد و تفاوت معنی‌داری بین این سه گروه وجود نداشت ($P\text{-value}=0/483$). میانگین میزان کاربرد تمرین‌های asana در دانشجویان دندانپزشکی، دندانپزشکان عمومی و دندانپزشکان متخصص به ترتیب ۷/۰۸، ۹/۰۱ و ۱۰/۸۳ از ۴۷ بود که این مساله نیز با حرفه کلینیکی آن‌ها ارتباط معنی‌داری نداشت ($P=0/168$ value). بیشتر از نیمی از افراد (۵۷/۶ درصد از دانشجویان، ۵۰/۷ درصد از دندانپزشکان و ۵۵/۹ درصد از متخصص‌ها) فعالیت فیزیکی خارج از محل کار نداشتند. ۱۵/۳ درصد از دانشجویان، ۲۵ درصد از دندانپزشکان و ۲۹/۴ درصد از متخصص‌ها در بین درمان بیماران حرکات کششی انجام می‌دادند.

نتیجه‌گیری: با توجه به میزان آگاهی کم دانشجویان و دندانپزشکان نسبت به اصول ارگونومی و همچنین میزان انجام کم تمرینات جلوگیری کننده از اختلالات اسکلتی-عضلانی، به نظر می‌رسد با تمرکز بر آموزش اصول asana جهت افزایش سطح آگاهی دانشجویان دندانپزشکی و دندانپزشکان، می‌توان میزان بروز اختلالات اسکلتی-عضلانی را در این افراد کاهش داد که این مساله می‌تواند منجر به افزایش عمر کاری و بهبود کیفیت خدمات دندانپزشکان شود.

کلیدواژه‌ها: دندانپزشکی، ارگونومی، اختلال اسکلتی-عضلانی، آسانا

فهرست مطالب

صفحه

عنوان

فصل اول: معرفی پژوهش

- ۱-۱. مقدمه، بیان مسأله و ضرورت اجرای پژوهش ۲
- ۱-۲. اهداف پژوهش ۴
- ۱-۲-۱. هدف کلی طرح ۴
- ۲-۲-۱. اهداف اختصاصی ۵
- ۳-۲-۱. هدف کاربردی ۵
- ۳-۱. فرضیات یا سئوالات پژوهش ۵
- ۱-۴. تعریف واژه‌های علمی و کاربردی ۶

فصل دوم: مبانی نظری و پیشینه پژوهش

- ۲-۱. مقدمه ۸
- ۲-۲. مبانی نظری پژوهش ۸
- ۲-۲-۱. ارگونومی ۸
- ۲-۲-۲. اختلالات اسکلتی-عضلانی در دندانپزشکان ۸
- ۲-۲-۳. شیوع اختلالات اسکلتی-عضلانی در دندانپزشکان ۱۰
- ۲-۲-۴. ارگونومی در دندانپزشکی ۱۱
- ۲-۲-۵. دانش دندانپزشکان و دانشجویان در مورد ارگونومی ۱۱

۲-۲-۶. یوگا و اهمیت آن	۱۳
۲-۲-۷. یوگا و درد	۱۵
۲-۲-۸. سندرم کارپال تونل در دندانپزشکی	۱۵
۲-۲-۹. اختلالات گردن در بین دندانپزشکان	۱۷
۲-۲-۹-۱. وضعیت سر به جلو	۱۸
۲-۲-۹-۲. سردرد در بین دندانپزشکان	۲۰
۲-۲-۹-۳. یوگا در برابر هرنی و برآمدگی دیسک	۲۰
۲-۲-۹-۴. یوگا در مقابل گردن درد	۲۲
۲-۲-۱۰. سندرم‌های بالاتنه	۲۳
۲-۲-۱۰-۱. سندرم متقاطع فوقانی در دندانپزشکان	۲۳
۲-۲-۱۰-۲. سندرم‌های توراسیک در بین دندانپزشکان	۲۴
۲-۲-۱۱. درد شانه در دندانپزشکان	۲۵
۲-۲-۱۱-۱. یوگا در مقابل اختلالات شانه	۲۶
۲-۳. مروری بر پیشینه پژوهش	۲۷
۲-۳-۱. مروری بر پیشینه پژوهش در ایران	۲۷
۲-۳-۲. مروری بر پیشینه پژوهش در خارج	۳۰
۲-۳-۳. جمع‌بندی پیشینه‌ی پژوهش	۳۵

فصل سوم: مواد و روش‌ها

- ۳-۱. نوع مطالعه و روش پژوهش ۳۷
- ۳-۲. جامعه آماری پژوهش ۳۷
- ۳-۳. معیارهای ورود و خروج به مطالعه ۳۷
- ۳-۴. حجم نمونه و روش نمونه‌گیری ۳۷
- ۳-۵. ابزار و روش گردآوری داده‌ها ۳۸
- ۳-۶. زمان و مکان انجام پژوهش ۳۸
- ۳-۷. متغیرهای پژوهش ۳۸
- ۳-۸. جدول متغیرها ۴۰
- ۳-۹. روش تجزیه و تحلیل داده‌ها ۴۲
- ۳-۱۰. ملاحظات اخلاقی ۴۲

فصل چهارم: یافته‌های پژوهش

- ۴-۱. مقدمه ۴۴
- ۴-۲. یافته‌ها ۴۴
- ۴-۲-۱. اطلاعات دموگرافیک ۴۴
- ۴-۲-۲. ارتباط بین متغیرهای مربوط به اطلاعات دموگرافیک ۴۵
- ۴-۲-۴. ارتباط بین میزان آگاهی و متغیرهای دموگرافیک ۴۹

۴-۲-۴. ارتباط بین میزان کاربرد تمرین‌های ASANA با متغیرهای دموگرافیک ۵۵

فصل پنجم: بحث، نتیجه‌گیری و پیشنهادهای پژوهش

۵-۱. بحث ۶۷

۵-۲. نتیجه‌گیری ۷۱

۳-۵. محدودیت‌ها و پیشنهادهای پژوهش ۷۱

۱-۳-۵. محدودیت‌ها ۷۱

۲-۳-۵. پیشنهادها ۷۲

منابع

منابع و مآخذ ۷۴

پیوست‌ها

پیوست ۱: پرسشنامه ۸۶

فهرست جداول

صفحه	عنوان
۱۳	جدول ۱-۲: پوسچرهای کاری برای دندانپزشکان.....
۳۸	جدول ۱-۳: جدول متغیرها.....
۴۲	جدول ۴-۱: اطلاعات دموگرافیک شرکت کنندگان در مطالعه (برحسب فراوانی و درصد).....
۴۴	جدول ۴-۲: میانگین و انحراف معیار استاندارد سن و سابقه کاری شرکت کنندگان در مطالعه بر حسب حرفه کلینیکی ایشان.....
۴۵	جدول ۴-۳: نتایج آزمون Sidak.....
۴۶	جدول ۴-۴: فراوانی و درصد دانشجویان دندانپزشکی شرکت کننده در مطالعه بر اساس ترم تحصیلی ایشان.....
۴۷	جدول ۴-۵: فراوانی شرکت کنندگان در مطالعه بر اساس سابقه کاری و ساعت کاری ایشان.....
۴۸	جدول ۴-۶: فراوانی و درصد شرکت کنندگان در مطالعه بر اساس پاسخ ایشان به سوالات مربوط به آگاهی.....
۴۹	جدول ۴-۷: نتایج آزمون های کلموگروف اسمیرنف و شاپیرو ویلک.....
۵۰	جدول ۴-۸: میانگین و انحراف معیار استاندارد آگاهی شرکت کنندگان در مطالعه بر حسب حرفه کلینیکی ایشان.....
۵۱	جدول ۴-۹: میانگین و انحراف معیار استاندارد آگاهی شرکت کنندگان در مطالعه بر حسب جنسیت ایشان.....
۵۱	جدول ۴-۱۰: نتایج آزمون همبستگی پیرسون.....
۵۲	جدول ۴-۱۱: نتایج آزمون کروسکال والیس.....
۵۳	جدول ۴-۱۲: نتایج آزمون های کلموگروف اسمیرنف و شاپیرو ویلک.....
۵۴	جدول ۴-۱۳: میانگین و انحراف معیار استاندارد متغیر امتیاز میزان کاربرد تمرین های asana شرکت کنندگان در مطالعه بر حسب حرفه کلینیکی ایشان.....

جدول ۴-۱۴: میانگین و انحراف معیار استاندارد متغیر امتیاز میزان کاربرد تمرین‌های asana	
شرکت‌کنندگان در مطالعه بر حسب ساعت کاری ایشان.....	۵۵
جدول ۴-۱۵: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۹ پرسشنامه.....	۵۶
جدول ۴-۱۶: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۱۰ پرسشنامه.....	۵۷
جدول ۴-۱۷: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۱۱ پرسشنامه.....	۵۸
جدول ۴-۱۸: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۱۲ پرسشنامه.....	۵۹
جدول ۴-۱۹: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۱۳ پرسشنامه.....	۶۰
جدول ۴-۲۰: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۱۴ پرسشنامه.....	۶۱
جدول ۴-۲۱: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۱۵ پرسشنامه.....	۶۲
جدول ۴-۲۲: فراوانی و درصد پاسخ‌های شرکت‌کنندگان در مطالعه به سوال ۱۶ پرسشنامه.....	۶۳

فهرست نمودارها

صفحه

عنوان

نمودار ۱-۴: نمودار ستونی میانگین متغیر آگاهی بر حسب حرفه کلینیکی شرکت کنندگان در مطالعه ۵۰	
نمودار ۲-۴: نمودار ستونی میانگین متغیر امتیاز میزان کاربرد تمرین‌های asana بر حسب حرفه کلینیکی شرکت کنندگان در مطالعه..... ۵۴	

فهرست تصاویر

صفحه

عنوان

۵۶	تصویر ۱-۴: تمرینات مربوط به سوال ۹ پرسشنامه.....
۵۷	تصویر ۲-۴: تمرینات مربوط به سوال ۱۰ پرسشنامه.....
۵۸	تصویر ۳-۴: تمرینات مربوط به سوال ۱۱ پرسشنامه.....
۵۹	تصویر ۴-۴: تمرینات مربوط به سوال ۱۲ پرسشنامه.....
۶۰	تصویر ۵-۴: تمرینات مربوط به سوال ۱۳ پرسشنامه.....
۶۱	تصویر ۶-۴: تمرینات مربوط به سوال ۱۴ پرسشنامه.....
۶۲	تصویر ۷-۴: تمرینات مربوط به سوال ۱۵ پرسشنامه.....
۶۳	تصویر ۸-۴: تمرینات مربوط به سوال ۱۶ پرسشنامه.....