

دولة ليبيا

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة طرابلس

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

مكتب الدراسات العليا والتدريب

قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي

بحث بعنوان

دراسة الانحرافات القوامية للعمود الفقري للعاملين بمهنة العلاج الطبيعي

مقدم من الباحث

مراد جمال الطاهر أبو القاسم

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الاجازة العالية (الماجستير) في إعادة

التأهيل والعلاج الطبيعي

إشراف

د. صالح بشير سعد أبو خيط

استاذ القوام والتأهيل الحركي قسم إعادة التأهيل والعلاج الطبيعي

للعام الجامعي 2020

المقدمة:

إن ممارسة الأنشطة الرياضية لها عائد كبير في صيانة وسلامة الجسم وفي رفع الكفاءة الوظيفية للأجهزة الحيوية الى الحد الذي يشعر فيه الممارس للنشاط الرياضي بالصحة البدنية والنفسية على حد سواء فالتربية الرياضية تعد جزء متكامل من التربية وتعمل على تحقيق النمو الشامل المتزن للفرد وقد أسهمت الدراسات التربوية والنفسية في ابراز أهمية الوحدة المتكاملة للفرد مما ادى الى تغيير جذري في مفهوم التربية الرياضية ومن ثم لم تعد التربية الرياضية تهتم بتربية البدن فحسب بل أصبحت تهتم بالفرد ككل من خلال تنمية جوانبه البدنية والعقلية والنفسية و الاجتماعية.

(خليفة، 1993)

إن الانحرافات القوامية تؤثر على الوظائف الحيوية لأجهزة الجسم فالقوام غير السليم يحدث ضغطاً في الأجهزة الحيوية نتيجة لضيق الحيز وتحركها من مكانها الطبيعي مما يعوق من كفاءتها على العمل كما يؤدي إلى تناقص السعة الحيوية وضعف الدورة الدموية.(الشحات محمود، 2006)

إن أي خلل بعضلات العمود الفقري سوف يخل بالتوازن، وبالتالي يؤثر على الانحناءات الطبيعية له و تظهر الانحرافات القوامية كتحدب الظهر والتقعر القطني والانحناء الجانبي، أي أن الانحراف القوامي ينشأ تدريجياً باتخاذ الإنسان وضعاً خاطئاً في جلسته أو وقوفه أو أثناء المشي، ويتكرر هذا الوضع حتى يعتاده الإنسان ويرتاح إليه، فتتحمل بعض أجزاء الجسم ثقلًا وقد تطول وتضعف بعض العضلات ويقصر البعض الآخر ولذلك يصبح القوام الخاطئ أمراً اعتيادياً. (توفيق، 2005)

إن الانحراف الجانبي الذي يصيب الفرد نجده يعرض غضاريف العمود الفقري لحدوث ضغط على احد جانبيه يفوق الضغط الواقع على الجانب الاخر، كما ان هذا الانحراف يصاحبه حدوث خلل في الشدة العضلية على جانبي الجذع فإذا كان الانحراف لجهة اليمين فان ذلك يؤدي الى حدوث قوة و قصر في عضلات الجانب الأيمن عن عضلات الجانب الايسر كذلك التقعر القطني

والتحديب الظهري وهذا بدوره يؤدي الى حدوث خلل وظيفي وحركي في الجسم بشكل عام ، وفي منطقة الانحراف بشكل خاص ويوصف بأنه حالة عدم التوازن في الجسم ، مما يتعارض مع نظرية الاتزان القوامي التي تؤكد ان النمو الزائد لمجموعة عضلية دون ان يقابلها ما يوازيه من النمو وبنفس الدرجة لمجموعة العضلات المقابلة لها سوف ينتج عنه فقدان الاتزان العضلي، ومن هنا يحدث الانحراف القوامي. (شفيق، 1996)

ويواجه العاملون في مجال الرعاية الصحية نسبة عالية من الاضطرابات العضلية الهيكلية المرتبطة بالعمل، كما أن التعامل مع المرضى يدويًا يعد أحد الأسباب الرئيسية لإصابات الموظفين في المستشفيات كما أقرته الوكالة الأوروبية للسلامة والصحة بأن الاضطرابات العضلية الهيكلية هي مشكلة كبيرة بين العمال في جميع الدول الأعضاء في الإتحاد الأوروبي أثبتت الدلائل باستمرار أن التدخلات والبرامج الآمنة للتعامل مع المريض تؤدي إلى إصابات أقل وأقل خطورة على العاملين في مجال الرعاية الصحية للتقليل من الاضطرابات العضلية عند الموظفين. تدخلات الصحة والسلامة المهنية المرتبطة بالاضطرابات العضلية الهيكلية يمكن أن تمتد لتشمل هذه النتائج المصابين ايضا، لا سيما فيما يتعلق بتحسين العناية بالضغط ، وتقليل تمزق الجلد ، وتقليل مدة الإقامة، وزيادة راحة المريض وتنقله ورضاه.(McMillan, Moo, Newnam, & Silva, 2018)

تشير الأبحاث الدولية إلى أن العاملين بمهنة العلاج الطبيعي عرضة للاضطرابات العضلية الهيكلية المرتبطة بالعمل بسبب طبيعة عملهم، والتي يمكن أن تكون متكررة ومكثفة لليد العاملة، قد يصل معدل انتشار الإصابة المرتبطة بالعمل إلى (90٪) فأعلى معدل للإصابة هو أسفل الظهر، تليها الرسغين واليدين، وفي حالة رفع أو نقل المرضى هي التي تؤدي على الأرجح إلى الإصابة. (Warren , 2002)

مشكلة البحث:

يرى المهتمين في مجال القوام ان اتخاذ الأوضاع القوامية السليمة في حالة الوقوف والجلوس والحركة يوفر حركة جيدة للجسم كما يشعر الفرد بتحسن ملحوظ اما القوام الرديء عادة ما يكون مصحوب بالإمساك وحدوث صداع مزمن عند قاع الجمجمة الامر الذي يؤدي الى القلق والتوتر وقلة الوزن والاجهاد السريع بالإضافة الى قلة مناعة الجسم ضد الامراض وتتناقص سعة الرئتين وضعف الدورة الدموية وحدوث اضطرابات معوية علاوة على ضعف التقه بالنفس واحتمال ظهور ميول عدوانية ساخطه على الآخرين. (خوري و رات، 1988)

والعادات القوامية الخاطئة من ابرز عوامل انتشار الانحرافات وتقليل كفاءة الجسم الحركية وضعف الوظائف الحيوية لأجهزة الجسم ومن ثم فان ارتفاع الوعي والقوام يعتبر ضرورة ملحة للتصدي لهذه الظاهرة المتنامية ومن خلال اطلاع الباحث على المراجع والكتب والمجلات والرسائل العلمية التي تناولت النظريات المتكاملة من النواحي البدنية والنفسية والاجتماعية والعقلية باعتبارها من اهم الركائز التي يركز عليها تطور المجتمعات وتقدمها لذلك لابد من البحث عن أهم الأدوات وافضل الوسائل لأعداد الافراد في المدارس والمعاهد والجامعات والمؤسسات الصحية اعداداً متكاملأ وان تقوم جميع المؤسسات التربوية بمتابعة العناية بالقوائم في مراحل التعليم المختلفة للمحافظة عليه لضمان قاعده كبيره تتمتع بقوام معتدل الامر الذي جعل الباحث يخوض في عمق هذه المشكلة لدراسة اكثر الاماكن تأثر بمنطقة الألم من خلال زيادة نسبة الانحرافات القومية في العمود الفقري باستخدام جهاز الفاره الشوكية (Spinal mouse) ومدى انتشار هذه الظاهرة بين الافراد حيث تعتبر هذه المشكلة من المشاكل التي يعاني منها ما نسبته 80% من سكان الأرض ولاحظ الباحث من خلال ارتباطه بمهنة العلاج الطبيعي والعاملين بها أن هذه المشكلة أصبح يشتكي منها أصحاب المهنة (مهنة العلاج الطبيعي) الذين يقومون بعلاج وتأهيل المصابين في

المستشفيات والمصحات العامة والخاصة على حد سواء والتي يتوافد عليها أعداد كبيرة من الحالات الامر الذي جعل المعالجين يبذلون جهود كبيرة للوصول إلى افضل الخدمات التأهيلية والعلاجية لكل المصابين بمختلف الفئات العمرية دون الاهتمام بأنفسهم من خلال أداء تمرينات تعويضية للأوضاع التي يتخذونها أثناء علاج المصابين لسنوات طويلة وهذا ما دعى الباحث إلى دراسة هذه المشكلة للرفع والارتقاء بمهنة العلاج الطبيعي ولتقديم أفضل الخدمات العلاجية والتأهيلية لكل المصابين الذين هم في أمس الحاجة الى العلاج الطبيعي.

أهداف البحث:

يهدف البحث للتعرف على:

- الانحرافات القوامية للعمود الفقري التي قد تصيب العاملين بمهنة العلاج الطبيعي.
- علاقة الارتباط بين الانحرافات القوامية بالعمود الفقري للعاملين بمهنة العلاج الطبيعي وبين خصائص العينة (الخبرة، العمر، مؤشر كتلة الجسم BMI)؟

تساؤلات البحث:

- هل توجد إنحرافات قوامية بالعمود الفقري للعاملين بمهنة العلاج الطبيعي؟
- هل توجد علاقة إرتباط بين الانحرافات القوامية بالعمود الفقري للعاملين بمهنة العلاج الطبيعي وبين خصائص العينة (الخبرة، العمر، مؤشر كتلة الجسم BMI)؟

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي.

مجتمع البحث:

العاملين بمهنة العلاج الطبيعي في مدينة طرابلس.

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من العاملين بمهنة العلاج الطبيعي بمدينة طرابلس وعددهم (30) من الذكور الذين لا تقل سنوات الخبرة لديهم عن (5) سنوات من العمل في المجال وليس لديهم عمل بدني اخر.

الاستنتاجات:

في ضوء الهدف من البحث وتساؤله وفي حدود طبيعة العينة واستنادا على المعالجات

الإحصائية للنتائج وتفسيرها توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية:

1- وجود إنحرافات قوامية بدرجات متفاوتة وخلل في المهارات الوظيفية بين العاملين بمهنة العلاج الطبيعي بسبب عدم إتباعهم الأساليب والطرق السليمة عند تعاملهم مع المصابين مثل وضعية المعالج عند تطبيق البرنامج العلاجي للمصابين أو عند رفع أو تغيير وضعية المصاب باستخدام المناولة اليدوية الصحيحة عند التعامل مع المصاب.

2- وجود علاقة عكسية ليست ذات دلالة إحصائية على عدم وجود علاقة حقيقية بين المتغيرين (الخبرة والانحرافات القوامية).

3- تشير العلاقة العكسية بأن كلما قلت خبرة العاملين بمهنة العلاج الطبيعي كان ذلك سبب في زيادة الاضطرابات العضلية الهيكلية نظراً لقلة خبرتهم واندفاعهم للعمل السريري وعدم اهتمامهم بأساليب المناولة اليدوية الصحيحة في تعاملهم مع الصابين.

4- وجود علاقة عكسية ليست ذات دلالة إحصائية على عدم وجود علاقة حقيقية بين المتغيرين (العمر والانحرافات القوامية).

5- تشير العلاقة العكسية إلى أن العاملين بمهنة العلاج الطبيعي يكونون أكثر عرضة لاضطرابات العمود الفقري للأصغر سناً لأنهم أكثر نشاطاً واندفاعاً لأن المعالجين المؤهلين حديثاً الذين يميلون إلى العمل في المجالات السريرية التي تتطلب جهداً بدنياً مثل وحدات إعادة التأهيل والعناية المركزة مع معرفة أقل للحد الأدنى من المهارات الوقائية للمناولة اليدوية.

6- وجود علاقة ضعيفة وليست ذات دلالة إحصائية على عدم وجود علاقة حقيقية بين المتغيرين (مؤشر كتلة الجسم BMI و الإنحرافات القوامية).

التوصيات :

بناء على ما توصل اليه الباحث من نتائج يوصي الباحث بالتوصيات التالية:

1. يجب على العاملين بمهنة العلاج الطبيعي إتباع الأساليب والطرق السليمة عند التعامل مع المصابين.

2. يجب التأكيد على السلامة المهنية وطرق المناولة اليدوية وإدراجها من ضمن المقررات الدراسية في تخصص العلاج الطبيعي.

3. توزيع نشرات علمية بمراكز العلاج الطبيعي للتعريف بأهمية الأوضاع الصحيحة في الجلسات العلاجية وطرق التعامل مع المصابين.

4. على تنظيم دورات بشكل مستمر ودوري في الأمن والسلامة المهنية والطرق الصحيحة للمناولة اليدوية، لتسهم في الحد من المضاعفات التي تنشأ بفعل الوضعيات الغير صحيحة أثناء العمل وفي كل الاوقات.

5. وضع برامج متكاملة من التمرينات التعويضية يطبق بشكل دوري ومستمر للمحافظة على صحة وسلامة العاملين بمهنة العلاج الطبيعي كإجراء وقائي.

6. الكشف الدوري على العاملين بمهنة العلاج الطبيعي للتنبيه علي الانحرافات ان وجدت

7. تحقيق التوازن بين الجلسات العلاجية التي يقوم بها العاملين بمهنة العلاج الطبيعي و صحة قوامهم.

8. تقنين العمل في المجالات السريرية للعاملين بمهنة العلاج الطبيعي الأصغر سنا والأقل خبرة لأنهم أكثر نشاط واندفاع، إضافةً إلى أن المعالجين المؤهلين حديثاً يميلون بفعل حماسهم إلى الأعمال التي تتطلب جهداً بدنياً مثل وحدات إعادة التأهيل والعناية المركزة مع معرفة أقل للحد الأدنى من المهارات الوقائية للمناولة اليدوية.

9. التأكيد على استمرار فحص القوام دوريا بالأجهزة العلمية الحديثة في المؤسسات التربوية.

10. إجراء المزيد من الدراسات والبحوث العلمية عن واقع الحال في المؤسسات الصحية.

والعلاجية للتعرف على المشاكل والمعوقات التي تواجه مسيرتها وتطورها بالشكل الذي ينسجم مع

النجاحات التي حققتها والتي ستحققها مستقبلاً.