



## İŞE BAĞLI KAS İSKELET HASTALIKLARI VE ERGONOMİ

### Prof. Dr. Emel Özcan

Istanbul Üniversitesi, İstanbul Tıp Fakültesi, FTR Anabilim Dalı,  
Kas İskelet Hastalıkları ve Ergonomi Birimi



İş yerinde bazı fiziksel ve psikososyal etkenlere maruz kalmaya ve iş koşullarına bağlı olarak gelişen kas iskelet hastalıkları iş ile ilgili sağlık sorunları arasında önemli bir yer tutar. Çalışanlarda işe bağlı sakatlanmaların en önde gelen nedenlerinden olan işe bağlı kas iskelet hastalıkları (İKİH) yüksek tanı ve tedavi harcamalarına, iş günü kaybı ve sigorta tazminat ödemelerine yol açar. ABD’de Ulusal Bilim Akademisi (National Academy of Sciences) İKİH için 1999’da yapılan toplam harcamanın, 1 trilyon ABD Dolarını aştığını bildirmektedir.

Son yıllarda endüstrileşmiş ülkelerde İKİH’nin sıklığında ve maliyetinde dramatik artış; çalışanın, işverenin, sağlık bakım sistemlerinin ve sigorta şirketlerinin dikkatini bu konuya çekmiş, risk etkenleri, ergonomi eğitimi ve tedavi ve rehabilitasyon yaklaşımlarında çalışmalar hız kazanmıştır. Araştırmalarda İKİH ve sakatlıklarını engellemede ve endüstriyel rehabilitasyonda ergonomi eğitimi ve ergonomik girişimleri kapsayan ergonomi programlarının etkinliği ve maliyet etkinliği gösterilmiştir. Farklı endüstrilerde yapılan çalışmalarda, kapsamlı korunma girişimlerinin uygulanması sonucunda işverenin, korunma için harcanan her dolar karşılığında 80-2220 dolar arasında değişen tasarruf sağladığı bildirilmiştir.

Gelişmiş ülkelerde artan finansal ve yasal baskıların da etkisiyle, hükümetler İKİH’den korunmak için acil ve etkin politikalar geliştirmeye zorlanmıştır. Korunma ve ergonomi konusunda toplum bilinci oluşmuş ve iş yerlerinde ergonomi eğitimi ve ergonomik girişimler hızla yaygınlaşarak uygulanmaya başlamıştır.

Ülkemizde de çalışanlarda çeşitli kas iskelet hastalıkları yasalarda meslek hastalığı olarak kabul edilmekte, fakat işverenler, çalışanlar ve hekimler tarafından bu yönüyle yeterince tanınmamaktadır. İKİH’nin sıklığı, risk etkenleri, iş günü kaybı, sigorta tazminatları, maliyeti, korunma eğitimi ve ergonomik girişimlerin etkinliği konusunda çalışmalar çok yetersizdir.

4857 Sayılı İş Yasasında İş Sağlığı ve Güvenliği ile ilgili yönetmeliklerde değişiklik yapılmıştır. Örneğin ‘Ekranlı Araçlarla Çalışmalarda Sağlık ve Güvenlik Önlemleri Hakkında Yönetmelik’, ‘Elle Taşıma İşleri Yönetmeliği’ gibi yönetmelikler ile işveren işyerinde mesleki risklerin belirlenmesi, önlenmesi, çalışanın korunma eğitimi ve iş yerinde ergonomik girişimleri uygulama konusunda yükümlü kılınmıştır.

Ülkemizde çalışanlarda kas iskelet hastalıklarında rehabilitasyon ve ergonomi alanında çalışmaların yetersizliği göz önünde tutularak İstanbul Tıp Fakültesi Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalında Kas İskelet Hastalıkları ve Ergonomi Birimi kurulmuştur. Birimin temel amacı endüstride ve ofiste çalışanların kas iskelet sağlığını korumak ve iyileştirmek, hastalıkları engellemek, iş verimini artırmak ve işe dönüşü kolaylaştırmaktır. Birim poliklinik, iş rehabilitasyonu, çalışanlar ve iş sağlığı ve güvenliği ile ilgili profesyoneller için ergonomi eğitimi, iş yerinde riske maruziyeti değerlendirme, ergonomik iyileştirme sürecinin planlanması, uygulanması ve bilimsel araştırmaları kapsamaktadır.

### REFERANSLAR

- 1 Dul J. How can interventions on work-related musculoskeletal disorders. Successfully be integrated into the business world, Premus 2004, Abstract Book 2004; 1: 55-56.
- 2 Marcus M, Gerr F, Monteilh C, et al. Prospective study of computer users:1.Study desing and incidence of musculoskeletal symptoms and disorders, American Journal of Industrial Medicine 2002; 41: 236-249.
- 3 Melhorn JM, Gardner P. How we prevent prevention of musculoskeletal disordes in the workplace, Clin Orthop Relat Res 2004; 419: 285-296.
- 4 Ömer Sen R, Özcan E, Karan A, Ketenci A. Musculoskeletal system diseases in computer users: effectiveness of training and exercise program, Journal of Back and Musculoskeletal System Rehabilitation 2003-2004; 17: 9-13