

بسمه تعالی



معاونت پژوهشی

## فرم پیام پژوهشی

ارائه برنامه های مداخله ارگونومی به منظور کاهش ریسک اختلالات اسکلتی عضلانی در مشاغل دارای وظایف تکراری در شرکت پلی تک سیرجان در سال 1402	عنوان طرح تحقیقاتی: :
	تاریخ خاتمه طرح :

## مجری یا محقق اصلی و همکاران با ذکر وابستگی هر فرد:

نام و نام خانوادگی	مدرک تحصیلی	رشته تحصیلی	مرتبۀ علمی	کد ملی	تلفن همراه	eMail
اسما زارع	دکتری PhD	بهداشت حرفه ای	استادیار - Assistant Professor	2520021098	09903330894	zareasma605@gmail.com
سلمان فرحبخش	کارشناسی ارشد	بهداشت حرفه ای	مربی - Tutor	3179854911	09136673495	bakhsh.salman@yahoo.com
معصومه کریمی	کارشناسی ارشد	ارگونومی	مربی - Tutor	2392015147	09171247713	mehkarami131@yahoo.com
محمود رضا مسعودی	دکتری فوق تخصص (فلو)	روماتولوژی	استادیار - Assistant Professor	3131261439	09173587441	masoodi85@yahoo.com
زهرا دهقانی	کارشناسی	بهداشت حرفه ای	فاقد مرتبۀ علمی - No Academic Degree	3060403589	09132789639	pantea0746@gmail.com

### 1- عنوان پیام پژوهشی ( حداکثر 20 کلمه):

مداخلات ارگونومیک میتواند ریسک اختلالات و ناهنجاریهای اسکلتی عضلانی را کاهش دهد.

### 2- پیام کلیدی ( حداکثر 80 کلمه): (Specific Objectives)

بهبود وضعیت اسکلتی عضلانی در کارهای تکراری، با انجام اصلاحات ساده ارگونومیک در محیط کار امکان پذیر است. اختلالات و ناهنجاریهای اسکلتی عضلانی با هم و با شرایط فردی و محیطی در ارتباط هستند و از هم تاثیر میپذیرند. لذا با کنترل هر یک از این مشکلات میتوان انتظار داشت شرایط دیگر سیستم اسکلتی عضلانی هم بهبود پیدا کند.

### 3- متن پیام پژوهشی ( حداکثر 240 کلمه):

• اهمیت موضوع (50 کلمه)

مشکلات اسکلتی عضلانی میتوانند بهره وری و کیفیت خدمات افراد را کاهش دهند و در درازمدت باعث کاهش کیفیت زندگی فرد شوند. مداخلات ارگونومیک با کنترل ریسک فاکتورهای اصلی میتواند باعث بهبود شرایط کاری فرد و افزایش احساس رضایت گردد.

## • مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی (70 کلمه)

داشتن اضافه وزن و افزایش سن بعنوان پیش بینی کننده های فردی بروز مشکلات اسکلتی عضلانی شناسایی شد. مداخلات ارگونومیک ساده مانند تنظیم صندلی بر اساس ابعاد بدن فرد و انجام حرکات اصلاحی در طول روز میتواند ریسک ابتلا به مشکلات اسکلتی عضلانی را تا 34 درصد کاهش دهد.

## • موارد کاربرد نتایج طرح (80 کلمه)

از نتایج این طرح میتوان به منظور کنترل آسیبهای اسکلتی عضلانی در مشاغلی که کار تکراری دارند مانند مشاغل اداری و مشاغل خطوط مونتاژ استفاده کرد. ارتباط بین انواع ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی که در این طرح مشخص گردید میتواند بعنوان اهدافی اختصاصی در کنترل این آسیبهها مد نظر قرار گیرد.

### 4-تأثیرات و کاربردها:

#### •• تأثیر 1: توضیح مختصر

اثر اصلی نتایج این طرح در دراز مدت نشان داده میشود یعنی جایی که افراد پس از یک دوره چند ماهه شاهد کاهش دردها و ناراحتی های اسکلتی عضلانی خواهند بود.

#### •• تأثیر 2: توضیح مختصر

تأثیر مهم نتایج این طرح شناسایی ارتباط بین ناهنجاریها و اختلالات اسکلتی عضلانی بود. بعنوان مثال ارتباط مستقیمی بین افتادگی شانه و لوردوزیس کمر دیده شد. این نتایج کلیدی میتوانند مسیر تحقیقاتی مداخلات ارگونومیک را هدفمند تر و تخصصی تر نمایند.

### 5-محدودیت های شواهد چه بودند؟

برخی افراد ممکن است در بیان دردهای اسکلتی عضلانی خود افراط یا تفریط کرده باشند.

### 6-مخاطبان طرح پژوهشی:

تمامی مدیران، کارکنان و کارگران سازمانها و صنایع که به نوعی درگیر کارهای روتین، تکراری و کم فعالیت هستند.

7- آیا این خبر میتواند از نظر اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، ارزش های دینی و قوانین سازمان غذا و دارو، تبعاتی داشته باشد؟

خیر

8- در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله درج شود:

[www.nature.com/articles/s41598-025-28916-4](http://www.nature.com/articles/s41598-025-28916-4)

9- منابع و مراجع : حداکثر چهار مرجع اصلی استفاده شده در طرح تحقیقاتی مورد نظر را ذکر نمایید

- Kashani, M., Gorgin, S. & Shojaedini, S. V. A fuzzy irregular cellular automata-based method for the vertex colouring problem. *Connection Sci.* 32 (1), 37–52 (2020)
- Janbozorgi, A., Karimi, A., Rahnama, N., Karimian, R. & Ghasemi, G-A. The ergonomic analysis of the musculoskeletal risk of teachers by QEC method and the effect of 8 weeks selective corrective exercises .and the ergonomic intervention on their encountering. *J. Res. Rehabilitation Sci.* 8 (5), 919–927 (2013)
- Shaikh, A. M., Mandal, B. B. & Mangalavalli, S. M. Causative and risk factors of musculoskeletal disorders among mine workers: A systematic review and meta-analysis. *Saf. Sci.* 155, 105868 (2022)