**پرسشنامه عمومی عوارض و ناراحتی های اسكلتی- عضلانی**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | | | |  |
|  | |  | | |  |
| **1- جنسیت: مرد ⬜ زن ⬜**  **2- سابقه كار :** | **6- مصرف سیگار بلی ⬜ خیر ⬜** | | | **7- راست دست ⬜ چپ دست ⬜** | |
| **8- مجرد ⬜ متاهل ⬜ تعداد فرزند :** | |
| **3- وزن: قد: سن: تحصیلات:** | | | | **9- آیا سابقه حادثه یا بیماری های قلبی كه بر سیستم اسكلتی-عضلانی تاثیرگذار بوده است داشته اید؟ در صورت مثبت بودن پاسخ ذكر كنید. بلی ⬜ خیر ⬜** | |
| **4- محل سكونت: شهر مهاجران ⬜ غیر شهر مهاجران⬜** | | | |
| **5- آیا دارای شغل دوم هستید ؟ بلی ⬜ خیر ⬜** | | | |
|  |  |  |  |  |  |

**10- آیا در طی 12 ماه گذشته به علت ابتلا به اختلالات اسكلتی- عضلانی به پزشك مراجعه كرده‌اید؟ ⬜ بلی ⬜ خیر**

**11- آیا در طی 12 ماه گذشته به علت ابتلا به اختلالات اسكلتی-عضلانی ناچار به استفاده از استراحت پزشكی شده‌اید؟ ⬜ بلی ⬜ خیر**

**12- در طی 12 ماه گذشته، تقریباَ چند روز به دلیل اختلالات اسكلتی- عضلانی استراحت داشته اید؟**

**13- در طی 12 ماه گذشته، به علت ابتلا به اختلالات اسكلتی- عضلانی چند روز با دشواری، مشقت و محدودیت به كار پرداخته اید؟**

**14- در طی 12 ماه گذشته ، آیا به علت ابتلا به اختلالات اسكلتی-عضلانی نیاز به استفاده از خدمات فیزیوتراپی داشته اید؟ ⬜ بلی ⬜ خیر**

**15- آیا ابتلا به اختلالات اسكلتی- عضلانی باعث ⬜ تغییر شغل یا ⬜ ترك موقت شغل شده است؟⬜ بلی ⬜ خیر**

**16- آیا فكر می كنید ناراحتیهای اسكلتی – عضلانی باعث تغییر شغل شما در آینده می شود؟ ⬜ بلی ⬜ خیر**

**17- به نظر شما آیا پرسنل كافی در واحد وجود دارد؟ ⬜ بلی ⬜ خیر**

الف) نیازهای فیزیكی شغلی:

**18- شغل من نیاز به فعالیت فیزیكی شدید دارد.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**19- شغل من نیاز به فعالیت فیزیكی سریع و مداوم دارد.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**20- در هنگام كار همواره در حال حركت و بلند كردن بارهای سنگین می باشم**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**21- در طول شیفت كار ناچارم برای مدت زمان طولانی با پوسچر نامطلوب سر، گردن، دستها و بازوها كار كنم.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**22- در طول شیفت كار ناچارم برای مدت زمان طولانی با پوسچر نامطلوب تنه و پاها كار كنم.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜كاملاَ مخالفم ⬜**

**23- در طول شیفت كار چند مرتبه باری را از روی زمین بلنده كرده یا بر زمین می گذارید؟**

**اغلب ⬜ گاهی ⬜ به ندرت ⬜ هرگز ⬜**

**24- در طول شیفت كار چند مرتبه باری را از ارتفاع شانه پائین آورده یا در ارتفاع شانه قرار می دهید؟**

**اغلب ⬜ گاهی ⬜ به ندرت ⬜ هرگز ⬜**

**25- آیا در طول شیفت كار از كمر خم شده یا دچار پیچش كمر میشوید؟**

**اغلب ⬜ گاهی ⬜ به ندرت ⬜ هرگز ⬜**

**26- آیا در طول شیفت كار به كشیدن یا هل دادن وسایل سنگین می پردازید؟**

**اغلب ⬜ گاهی ⬜ به ندرت ⬜ هرگز ⬜**

**27- در طول شیفت كار، تا چه حد در محل ثابتی می ایستید و یا وضعیت استاتیك (بی تحرك) دارید (برای مدت بیش از 30 دقیقه)؟**

**اغلب ⬜ گاهی ⬜ به ندرت ⬜ هرگز ⬜**

**28- آیا در طول شیفت كار به حركات تكرار دست و مچ دست می پردازید؟**

**اغلب ⬜ گاهی ⬜ به ندرت ⬜ هرگز ⬜**

**29- آیا در طول شیفت كار به وسیله دستها و انگشتان خود فشار اعمال می كنید؟**

**اغلب ⬜ گاهی ⬜ به ندرت ⬜ هرگز ⬜**

ب) نیازهای روانشناختی شغلی

**30- در شغل من نیاز است كه بسیار سخت كار كنم.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**31- در شغل من نیاز است كه بسیار سریع كار كنم**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**32- در شغل من نیاز است كه كارهای زیادی انجام .**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜كاملاَ مخالفم ⬜**

**33- در شغل من نیاز است كه مدت زمان طولانی تمركز شدیدی بر كار داشته باشم.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**34- در شغلم برای انجام صحیح كارها، زمان كافی در اختیار ندارم.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**35- شغل من عاری از هر گونه تعارض با دیگران است.**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜كاملاَ مخالفم ⬜**

**36- در شغل من وظایفی وجود دارد كه معمولاَ پیش از آنكه انجام شود با مداخله دیگران ناتمام می ماند.**

**كاملاً موافقم⬜ موافقم ⬜ مخالفم ⬜ كاملاَ مخالفم ⬜**

**37- در شغل من نیاز است كه منتظر اتمام كار دیگران یا كار بخشهای دیگر باشم .**

**كاملاً موافقم ⬜ موافقم ⬜مخالفم ⬜كاملاَ مخالفم ⬜**

**اطلاعات مرتبط با پرسشنامه**

جهت تعیین شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی از پرسشنامه ای استفاده شد که در سال 1987 توسط ال.راكین روك[[1]](#footnote-1) و همکارانش در انستیتوی بهداشت حرفه ای در کشورهای نوردیک(کشورهای اسکاندیناوی)طراحی و به اجرا گذاشته شده و امروز به پرسشنامه نوردیک معروف گردیده است . روایی و پایایی آن قبلا توسط اساتید دانشگاه علوم بهزیستی بوسیله دکترای فیزیولوژی غلامرضا آذری استادیار دانشگاه و امیرحسین داودیان طلب در پژوهش هایی که مربوط به استاندارد سازی پرسشنامه ارگونومی انجام داده است به اثبات رسیده است.

روی هم رفته دارای 37 سوال یاگویه میباشد و شامل9 سوال مشخصات فردی(سوال1 الی9) و 8 سوال (ازسوال10الی17) درموردمیزان درد وسوزش وناراحتی درقسمتهای مختلف بدن كه این امتیاز میزان درد در نواحی بدن كه شامل قسمت های چپ و راست بدن می باشدرا مشخص می كند و12سوال از(سوال18الی29)که نیازهای فیزیكی شغلی و8سوال از(سوال30الی37)که نیازهای روانشناختی شغلی را می سنجد. این پرسشنامه در پژوهش یزدان پناه (1393) اعتباریابی شده است.

**روایایی و پاپایی پرسشنامه ها در پژوهش یزدان پناه(1393)**

پایایی:

**ضریب آلفا برای پرسشنامه ارگونومی**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **پرسشنامه** | **تعداد سوالات** | **ضریب آلفای كرونباخ** |
| **ارگونومی** | **37** | **709 /0** |

**همانطور که مشاهده می شود مقدار ضریب آلفای کرونباخ برای پرسشنامه ارگونومی برابر با 70/0 می باشد ، بنابراین پرسشنامه های تحقیق دارای پایایی قابل قبولی می باشند و نیاز به حذف سوالی وجود ندارد.**

روایی:

در پژوهش های فوق جهت تعیین روایی نظر تعدادی از متخصصان رشته مورد نظر به ویژه استاد راهنما در این باره پرسیده شد و بعد از بررسی ها محتوای پرسشنامه مورد نظر مورد تأیید این متخصصان قرار گرفت.

**منبع**

یزدان پناه، کیا(1393)، *ارتباط سنجی ارگونومی ، فرسودگی شغلی و نگرش حرفه ای معلمان مقطع متوسطه، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مدیریت آموزشی،دانشگاه شهید باهنر کرمان،*

L LakinrouK. Preventing injuries using an ergonomic approach. AORN J, 75(6): 1031–6,1987.

1. L LakinrouK [↑](#footnote-ref-1)