

این عوارض زن ها و مردها را در هر سنی ممکن است گرفتار کند ولی در سنین بین ۲۵ تا ۶۴ سال شایعتر است. کمردرد یکی از شایعترین این اختلالات است که اغلب به علت حمل دستی و نامناسب بارهای سنگین و وضعیت نامناسب بدن در حین کار ایجاد می شود.

بعضی از مشاغل خطر بالاتری برای ابتلا به کمردرد دارند این کارگران باید با دقت برای کار مورد نظر انتخاب شوند و آموزش های بهداشتی و ایمنی را ببینند و روش های مناسب حمل بار را یاد بگیرند.



انجام به موقع معاینات شغلی: باعث پیشگیری و کنترل بیماری های ناشی از کار، کاهش غیبت های ناشی از کار و افزایش سلامت کارکنان می گردد.

شهرداری تهران با الزام کسر ۱٪ از پرداخت به پیمانکاران و واریز آن به حساب شرکت شهر سالم، انجام معاینات برای کلیه پرسنل پیمانکاران تحت پوشش را تضمین نموده است.

معاینات شغلی را جدی بگیریم

افزایش استفاده از مواد شیمیایی ، مواجهه با سرو صدا، تشعشعات یونیزان و غیر یونیزان، عوامل بیولوژیکی، ارگونومیکی، روانی، اجتماعی و استرس های شغلی بخشی از عوارض صنعتی شدن در جامعه امروزی است که در سطوح مختلف می تواند موجب بروز تأثیرات سوء بر سلامت و رفاه شاغلین شود اکثر افراد شاغل بیش از نیمی از عمر خود را در محیط کار سپری می کنند و در این محیط ها با عوامل بیماری زای متعدد و خطر آفرین و نیز شیوه های غلط زندگی روبه رو هستند که در دراز مدت منجر به بروز بیماریهای شغلی در آن ها خواهد شد.

بیماریهای شغلی در اثر تماس مستقیم با عوامل مضر شیمیایی و بیولوژیکی و خطرات فیزیکی محل کار بوجدومی آیند اگر چه به نظر می رسد که اینگونه بیماریها شیوع کمتری نسبت به دیگر بیماریها دارند ولی شواهد دال بر این مدعاست که گروه عظیمی از مردم به خصوص در کشورهای در حال توسعه، مبتلا به اینگونه بیماریها هستند.

در بسیاری موارد بیماریهای شغلی به حدی شدید هستند که فرد مبتلا را ناتوان از انجام کار و فعالیت می سازند.

مع الذلک سه عامل ، پیشگیری از این بیماریها را آسان می سازد اول اینکه عامل مولد اینگونه بیماریهای قابل شناسایی هستند . دوم اینکه افراد در معرض خطر در دسترس می باشند و می توان مرتب آنها را تحت معاینه و درمان قرار داد و سوم اینکه اینگونه بیماریها در صورت معالجه فوری در مراحل اولیه برگشت پذیر می باشند.

اختلالات اسکلتی عضلانی، ضایعات پوستی، بیماریها و عوارض ریوی شایعترین بیماریهای شغلی در کشور ما بشمار می آید. اهمیت نسبی هر یک از این ها طبعاً وابسته به شغل مورد نظر است