

* МЕЖДИСЦИПЛИНАРНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ
«АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ СТОМАТОЛОГИИ»
г. Кемерово, 25.11.2021

Факторы риска профессиональных заболеваний врача-стоматолога и профилактика их развития

Александрова М. С., студ. гр. 1732
Руководитель: к.м.н., доцент кафедры
терапевтической стоматологии, доцент Макарова Р.П.

Цель исследования:

Изучить литературу и получить ответы на следующие вопросы:

- Какие профессиональные вредности сопутствуют работе врача-стоматолога;
- Как обезопасить врачей-стоматологов от профессиональных вредностей и профилактировать профессиональную патологию.

Актуальность рассматриваемой темы:

Несмотря на совершенствование условий труда и на развитие эргономики, профессиональные вредности в стоматологии остается актуальной проблемой.

Задачи исследования:

- Ознакомиться с профессиональными вредностями врача-стоматолога;
- Изучить меры профилактики профессиональных вредностей.

Материалы, используемые в исследовании:

- научная литература;
- использование электронных ресурсов;

Работа врачей-стоматологов - это интересная работа, которая увлекает врача, принося ему радость, но в то же время - это тяжелый и напряженный труд, который требует большой отдачи сил.

В повседневной практической деятельности врача - стоматолога встречаются неосознанные нарушения правил гигиены труда, здоровье врача подвергается многим опасностям, приводя к последствиям, которые затрудняют или делают невозможной дальнейшую профессиональную деятельность врача.



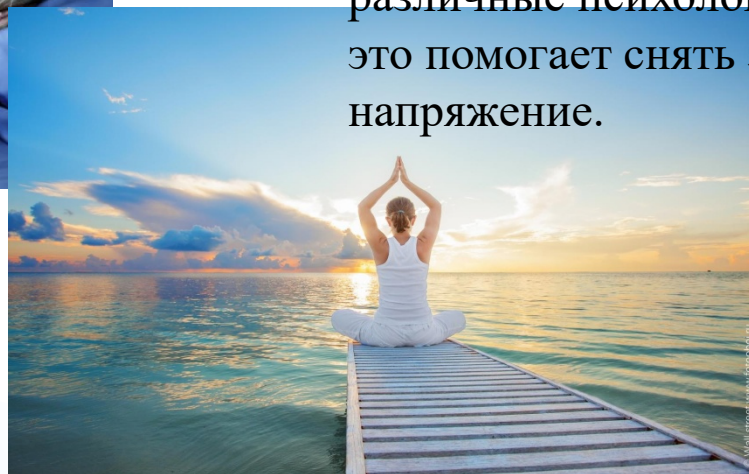
Чрезмерное психоэмоциональное напряжение- профессиональный стресс

Чрезмерное психоэмоциональное напряжение у стоматологов приводит к синдрому эмоционального выгорания.

Умственный труд связан с приемом и переработкой информации, требующей преимущественного напряжения сенсорного аппарата, внимания, памяти, активации процессов мышления, эмоциональной сферы. Труд медицинских работников связан с постоянными контактами с людьми, повышенной ответственностью, дефицитом информации и времени для принятия правильного решения, что обуславливает высокую степень нервно - эмоционального напряжения.



Для профилактики профессионального стресса необходимо хорошо отдыхать, иметь полноценный, желательно, восьмичасовой сон, а также посещать различные психологические тренинги. Все это помогает снять эмоциональное напряжение.



Профилактика заболеваний глаз у стоматологов

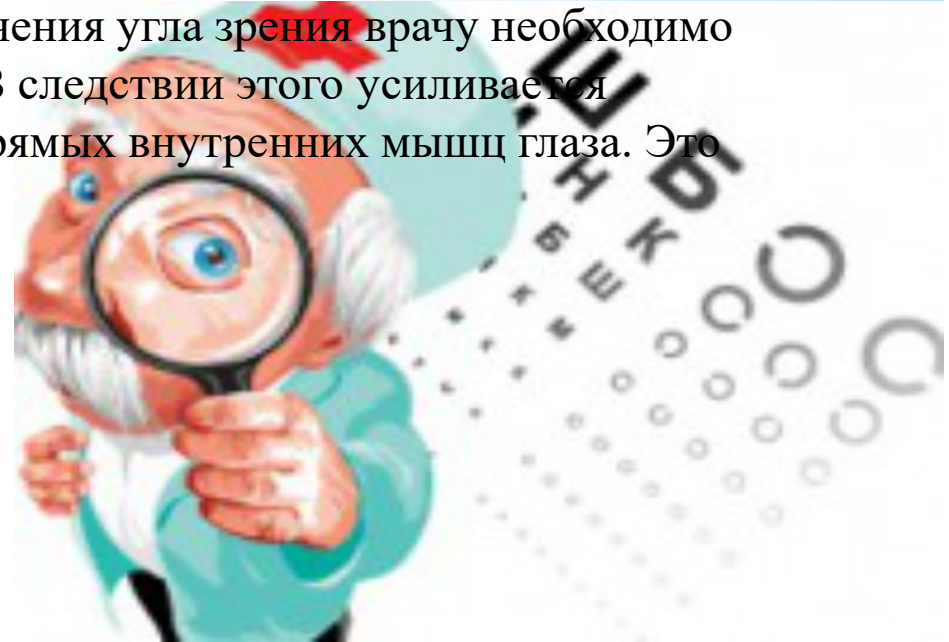
При низком уровне освещенности для увеличения угла зрения врачу необходимо приблизиться к рассматриваемому объекту. В следствии этого усиливается конвергенция за счет напряженной работы прямых внутренних мышц глаза. Это влечет за собой развитие рабочей миопии.

80% стоматологов после десятилетней практики приобретают заболевания глаз. Наибольшее количество лиц с миопией наблюдается в возрасте от 31 до 40 лет, с гиперметропией - от 41 года до 45 лет. У терапевтов велика опасность развития конъюнктивита.

Профилактика: рациональная схема размещения светильников, запрещение применения только местного освещения.

Работать только при наличии на фотополимеризаторе защитных бленд или колпачков.

Обязательно использовать защитные очки



Аллергические заболевания кожи рук у врачей - стоматологов

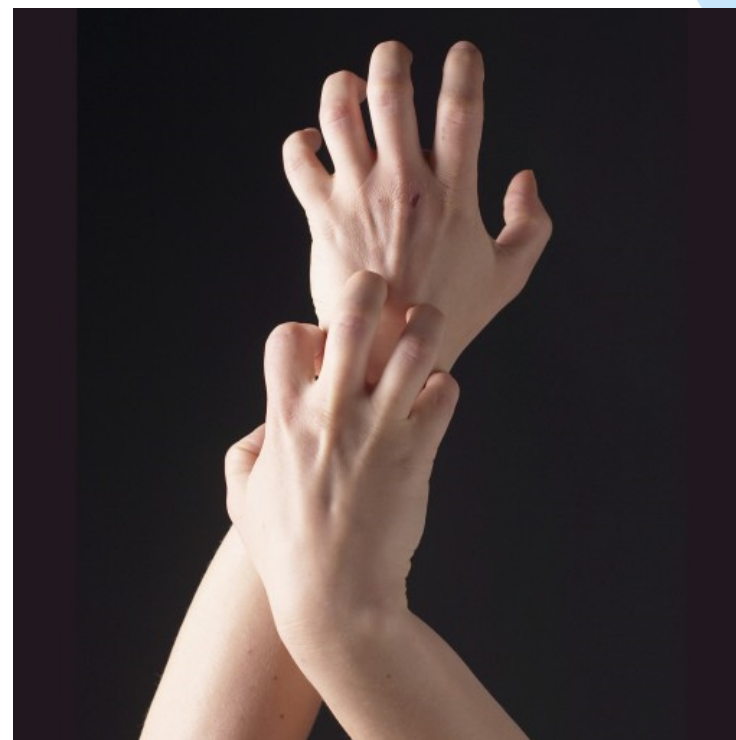
В стоматологической практике врачам, медсестрам, зубным техникам приходится тесно контактировать с различными аллергенами: медикаментозными и химическими веществами, в число которых входят новокаин, антибиотики, различные полимеры, синтетические материалы и др.

Самыми распространенными заболеваниями кожи аллергической природы являются контактный дерматит и экзема. К ним относятся также токсикодермия, крапивница, дерматокониозы.



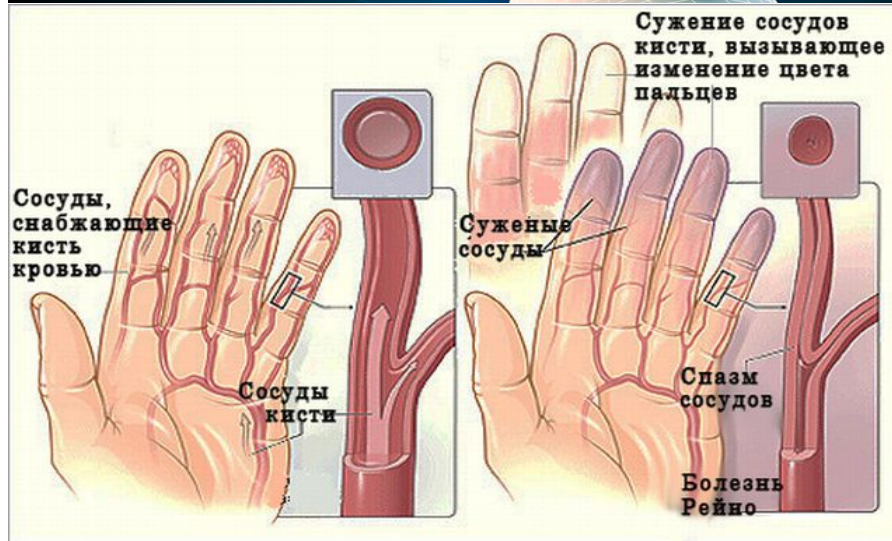
Профилактика:

Соблюдать правила санитарно-Противоэпидемического режима: работа врачей в перчатках, масках, защитных очках; использовать инструменты разового пользования, соблюдать режимы дезинфекции и стерилизации.



Воздействие вибрации на организм врача - стоматолога

К источникам вибрации относятся ручные механизированные машины вращательного действия: бормашина и непосредственно стоматологический наконечник.



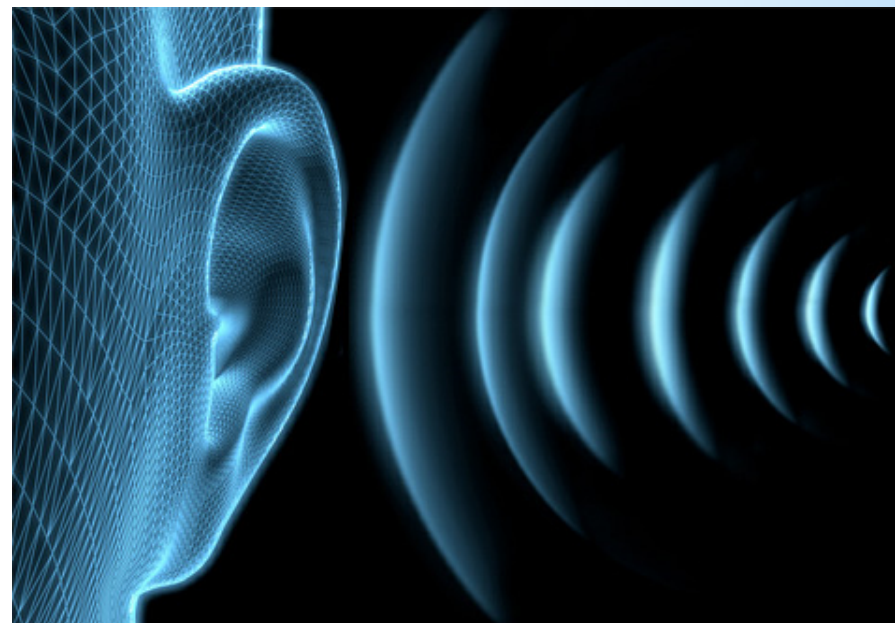
Врачи жалуются на внезапно возникающие приступы побеления пальцев, которые чаще проявляются при мытье рук холодной водой или при общем охлаждении организма.

Полиневропатическая симптоматика проявляется ноющими, ломящими, тянущими болями в кистях. Боли сопровождаются парестезиями, повышенной зябкостью кистей. Страдает болевая и температурная чувствительность.

Воздействие шума на организм врача - стоматолога

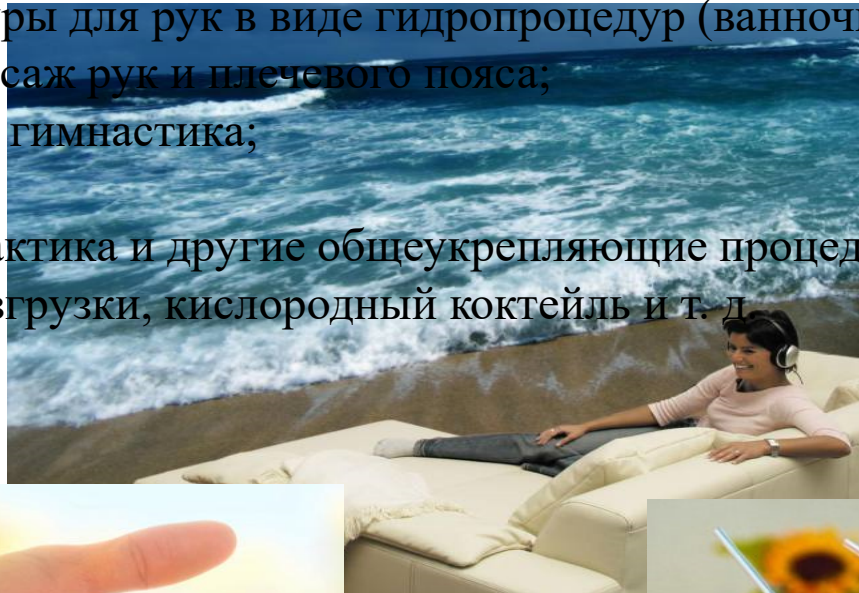
Врач-стоматолог в процессе работы сталкивается с шумом от высокооборотных машин, компрессоров, другой аппаратуры. Этот шум достигает и превышает порог допустимого, особенно, если в кабинете находится несколько работающих установок.

Общее действие шума на организм заключается в неблагоприятном воздействии на ЦНС, сердечно-сосудистую систему и на вестибулярный аппарат.



Лечебно- профилактические мероприятия:

- 1) уменьшение интенсивности вибрации и шума за счет конструктивных усовершенствований;
- 2) контроль за исправностью оборудования, так как в процессе эксплуатации и износа происходит выраженное усиление вибрации;
- 3) соблюдение режима труда и отдыха;
- 4) лечебно - профилактические и общеоздоровительные мероприятия
 - а) тепловые процедуры для рук в виде гидропроцедур (ванночки);
 - б) массаж и самомассаж рук и плечевого пояса;
 - в) производственная гимнастика;
 - г) УФО;
 - д) витаминпрофилактика и другие общеукрепляющие процедуры - комната психологической разгрузки, кислородный коктейль и т. д.



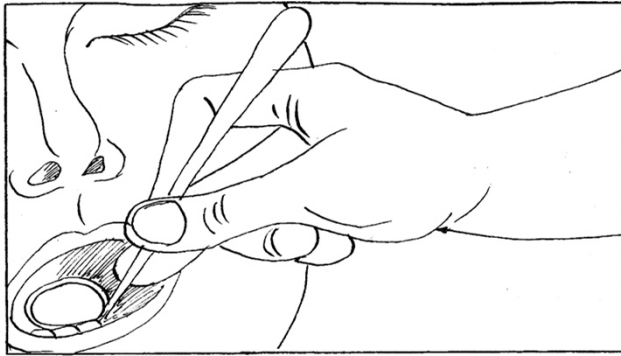


РИС.1

Большую часть своего рабочего времени врач- стоматолог манипулирует инструментами. Общеизвестно, что нерационально тонкие ручки инструментов ведут к перенапряжению и спазмам мускулатуры (рис.1)

Часто встречается неудобная форма наконечников для бормашины. Отсутствие поворотной головки заставляет врача выворачивать руку при работе. Острые грани на корпусе способствуют образованию мозолей и вызывают боли в пальцах, появляется искривление III пальца руки: на левой - вследствие неудобной тонкой ручки зеркала, на правой - из-за нерациональной формы наконечника для бормашины (рис.4, 5).



РИС.4

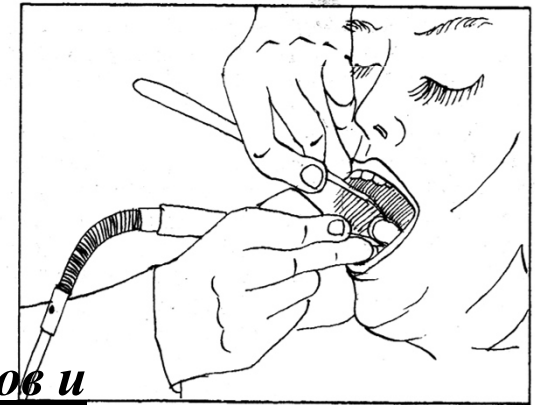


РИС.5

Для профилактики и лечения возникающих артрозов и искривления пальцев рекомендуются следующие упражнения:

- 1) кончики пальцев обеих рук складываются и руки многократно с усилием движутся навстречу друг другу;
- 2) большой палец с усилием скользит от основания пальца к его кончику (проделать для всех пальцев);
- 3) пальцы сложить в кулак, большой палец внутри. Сжимая кулак, медленно вынимать большой палец.

Контрактура Дюпюитрена

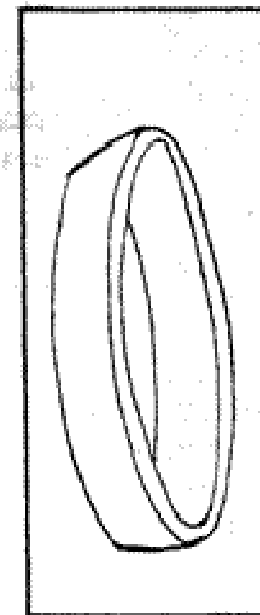
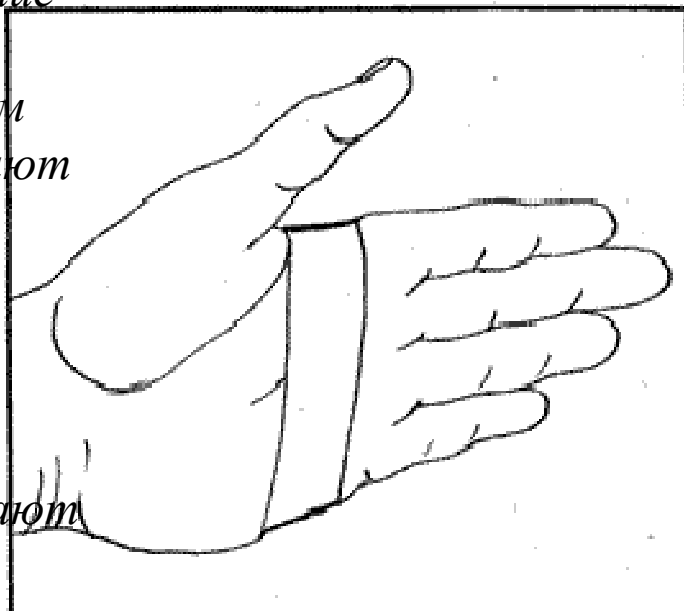
Это заболевание нередко наблюдается у стоматологов, потому что большая часть инструментов (щипцы, наконечники) постоянно давят на одно и то же место ладони. На среднем, безымянно пальце или на мизинце возникают канатовидные узлы утолщения ладони, которые приводят к контрактуре

и среднего суставов. При этом пальцы изгибаются, и Для лечения применяют душ горячим настолько, что ногти врастают в ладонь. воздухом, горячие ванны для ладони,

парафин, озокерит, пассивное растяжение

или шины на ночь. Вrüне предложил манжету - стальную ленту шириной 2 см шивают в плотный ремень и накладывают на ладонь или тыльную часть кисти.

Благодаря стальной ленте избыточное давление, прикладываемое к отдельным участкам фасции, равномерно распределяется на большей площади ладони. Патологические явления пропадают через полгода



Синдром карпального канала -

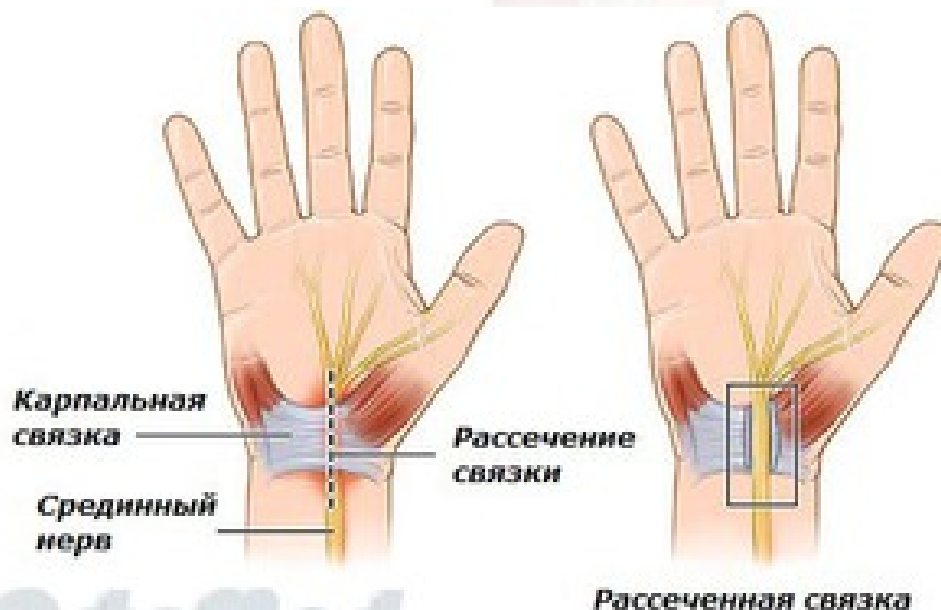
это распространенная проблема, оказывающая влияние на работу кисти руки и запястья. Синдром появляется при сдавливании срединного нерва внутри запястного канала. Любое состояние, уменьшающее размер запястного канала или провоцирующее рост тканей внутри канала, может вызвать симптомы синдрома запястного канала.

Лечение:

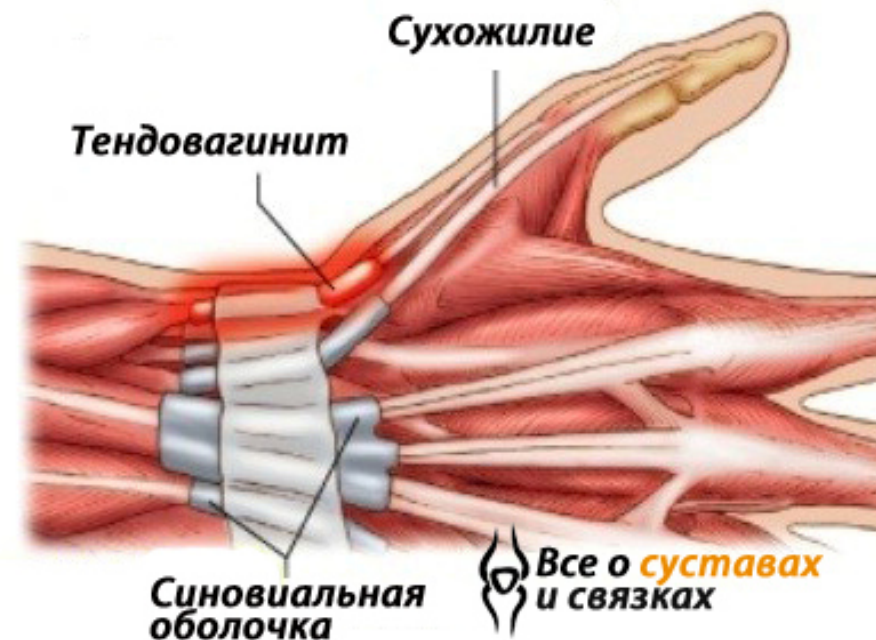
Бандаж на запястье иногда облегчает симптомы на ранних стадиях СКК. Он удерживает запястье в положении покоя (без выгибания назад или наклона).

Хирургическое лечение

Если попытки контролировать симптомы не удалось, пациенту может быть предложена операция по снижению давления на срединный нерв.



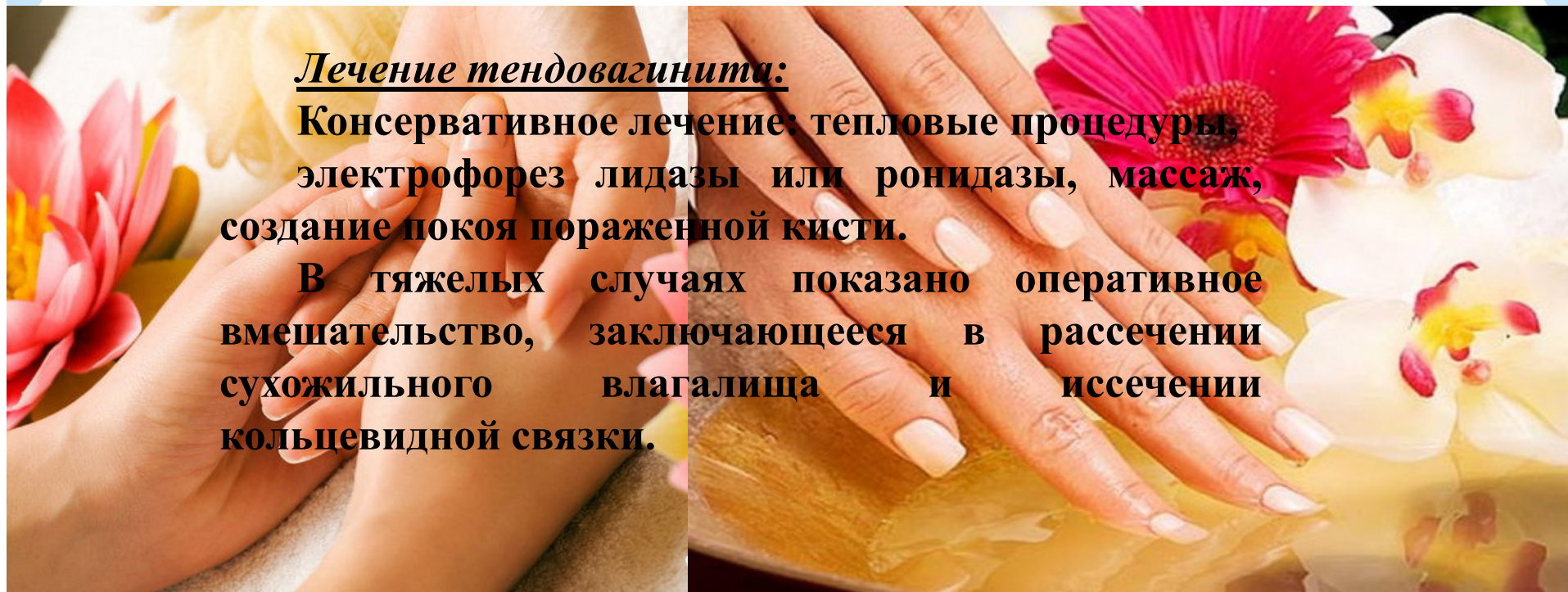
Тендовагинит - заболевание суставно сумки в местах прикрепления сухожилий которое развивается из-за длительного часто повторяющегося напряжении отдельных мышечных групп неестественном, вынужденном положении.



Лечение тендовагинита:

Консервативное лечение: тепловые процедуры, электрофорез лидазы или ронидазы, массаж, создание покоя пораженной кисти.

В тяжелых случаях показано оперативное вмешательство, заключающееся в рассечении сухожильного влагалища и иссечении кольцевидной связки.



Профессиональные заболевания ног у врачей - стоматологов

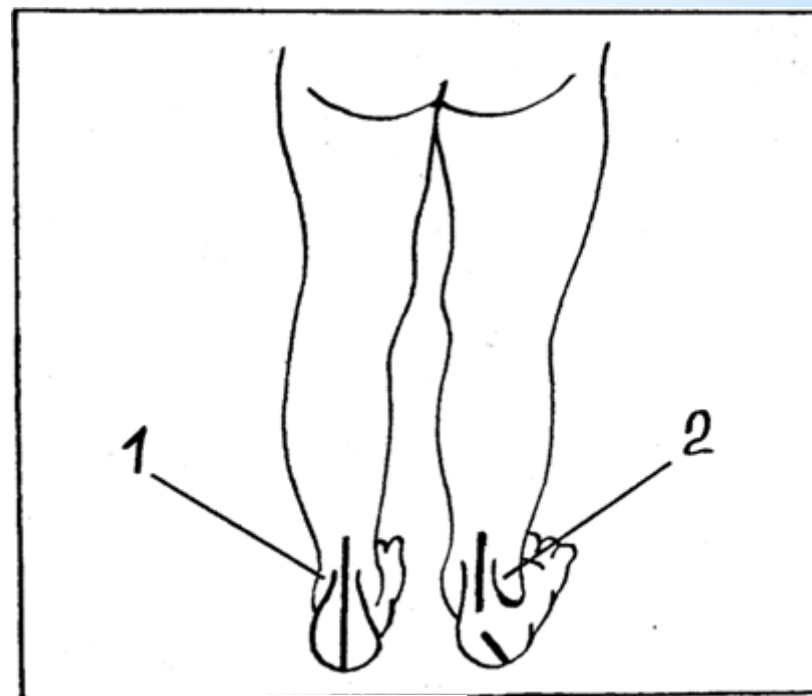
Врач - стоматолог основное рабочее время должен работать сидя. Работа стоя, не сопровождающаяся различными мышечными движениями, нарушает венозный отток, вызывает застой крови в венах нижних конечностей. Вены расширяются, клапаны их функционируют недостаточно, замедляется кровоток и, в результате, возникают циркуляторные нарушения в сосудах не только конечностей, но и органов брюшной полости.



Formato normal do pé

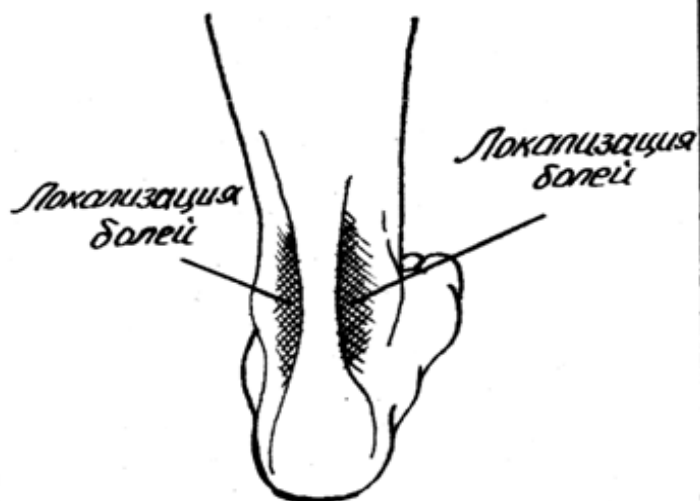


Formato com joanete



1- нормальная стопа

2- вальгированная стопа (pes valgus)



Воспаление слизистого мешка между ахиллесовой связкой и пяточной костью вызывает появление болей по обе стороны сухожилия.

Для лечения и профилактики заболеваний ног и ступней разработан комплекс упражнений:

сгибание и разгибание пальцев ног, захватывание и поднятие пальцами ног платка с пола, ходьба на “цыпочках”, на пятках, ходьба по речному песку, по камням, бег по крупной гальке в воде,

упражнения с палкой на колесиках и др.

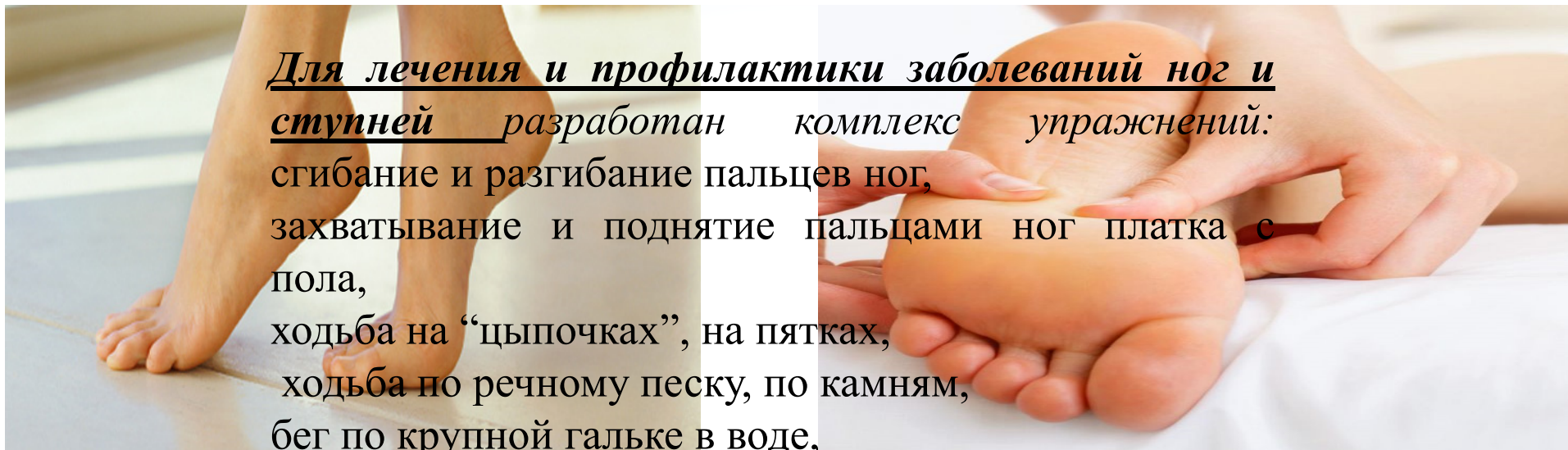
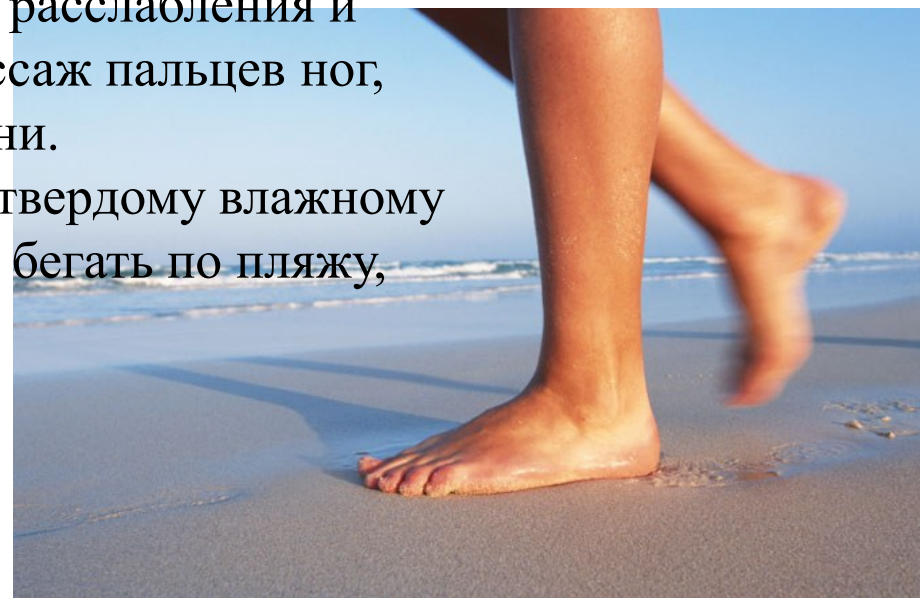
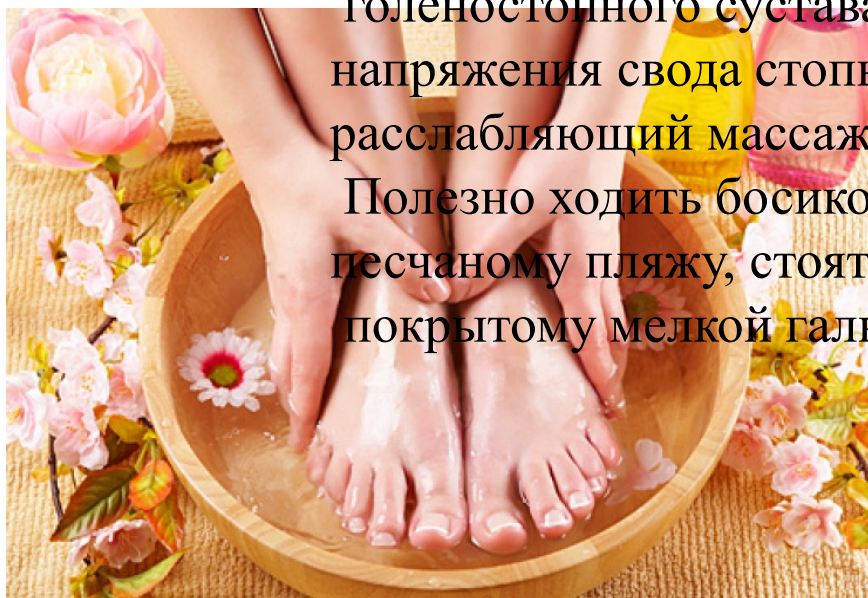
С успехом применяется массаж и самомассаж ног.

Предварительно делают теплую ножную ванну.

Проводят массажные движения для расслабления

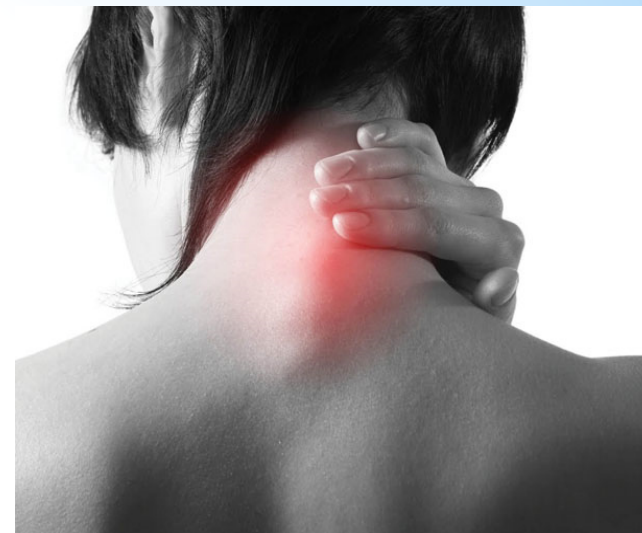
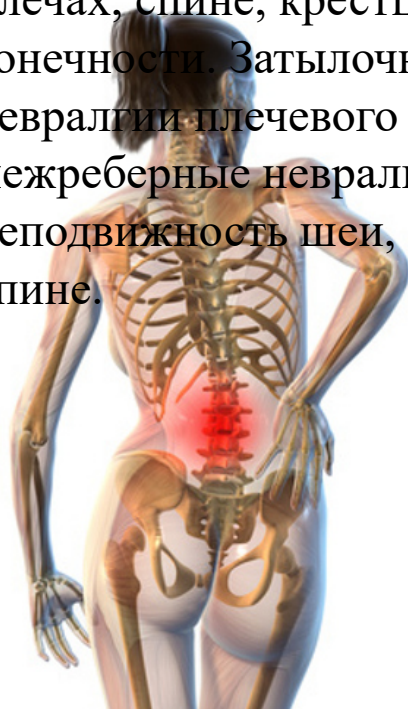
голеностопного сустава, для расслабления и напряжения свода стопы, массаж пальцев ног, расслабляющий массаж голени.

Полезно ходить босиком по твердому влажному песчаному пляжу, стоять или бегать по пляжу, покрытому мелкой галькой.



Профессиональные заболевания позвоночника у врачей - стоматологов

Необходимость длительно сохранять определенное положение тела с наклоном туловища оказывает действие на позвоночник. Позвонки смещаются и расходятся, позвоночник приобретает атипичную конфигурацию. Растяжение связок сопровождается сжатием межпозвоночных дисков, сосудов и нервов на стороне образовавшегося лордоза. Появляются неопределенные боли в шее, плечах, спине, крестце, переходящие в конечности. Затылочные и шейные боли, невралгии плечевого сплетения, межреберные невралгии, синдром Скалеуса, неподвижность шеи, прострелы и боли в спине.



Нервные структуры позвоночника и внутренних органов соединяются в промежуточном канале. Развиваются корешковые, двигательные, чувствительные и вегетативные нарушения. Например, чувство страха, стенокардия, затруднение дыхания, напряжение в шее, часто связанные с шейным синдромом. Увеличение нагрузки на промежуточные диски и деформация позвонков, напряжение мышц и давление на сосуды и нервы вызывают боли в плечевом суставе, мешающие движениям предплечья и кисти

Профилактика:

- 1) массаж позвоночника,
- 2) теплые ванны и лечебные гимнастические упражнения, тренировки,
- 3) смена позы в процессе работы приводит к перераспределению нагрузки на группы мышц, улучшению условий кровообращения,
- 4) рациональные режимы труда и отдыха.
- 5) после напряженного трудового дня необходимо применять средства, снижающие напряжение. Рекомендуется ванна с температурой воды $35 - 36^{\circ}\text{C}$ в течение 10 - 15 минут.

В воду можно добавлять валериану, полевой хвощ.



Методы, позволяющие бороться с усталостью

Стоматологи весь рабочий день проводят в закрытых помещениях, подвергаются воздействию излучающих тепло источников света. В результате затрудняется кожное дыхание, ухудшается кровообращение. Человек выглядит бледным, усталым, ухудшается его работоспособность. Важное значение имеют ежедневные воздушные ванны. Их следует принимать повсеместно и в любое время года. Зимой эти процедуры следует принимать в хорошо проветренной комнате. В более теплое время года - с открытым окном и на свежем воздухе. Благоприятно воздействуют на организм солнечные ванны.



Хорошее расслабляющее действие оказывает теплая вода. Теплыми считаются ванны с температурой воды 25 - 30° С, а горячими -38 - 42° С. Теплая вода расширяет поверхностные и глубоко лежащие сосуды кожи. При этом ускоряется периферическое кровообращение. Теплая вода смещает обмен веществ в щелочную сторону, действуя успокаивающе и расслабляюще. Полезны все виды закаливания, двигательная активность, спорт. Вместе с тренировкой мышц тренируется и сосудистая система, становится экономным дыхание, что приводит к повышению работоспособности сердца.



Заключение: 1.) Врач – стоматолог в стоматологическом кабинете должен находиться в медицинском халате, головной шапочке, сменной ортопедической обуви.

2.) Во время приема пациента рекомендуется использовать индивидуальные средства защиты: перчатки, маску, защитные очки.

3.) Врачу – стоматологу рекомендуется сидя выполнять длительные манипуляции в полости рта, стоя кратковременные манипуляции, т.е. работать попеременно.

4.) В течении рабочей смены через 1,5 – 2 часа необходимо проводить 5 – 10 минутные перерывы для отдыха.

5.) В течение рабочего дня и после работы рекомендуется выполнять физические упражнения, направленные на укрепление мышц спины, плечевого пояса, придания гибкости и эластичности позвоночнику, расслабления мышц ног.

6.) Для профилактики вибрационной болезни необходимо использовать хорошо отцентрированные наконечники, очищать и смазывать вращающиеся части бормаши и наблюдать за исправностью отдельных узлов наконечников и стоматологической установки в целом.

7.) Для профилактики неврозов, невритов, тендовагинитов в области кистей рук подбирать рабочие инструменты, соответствующие по форме, толщине рукояток и другим анатомо- физиологическим особенностям работающей кисти.



8.) Для профилактики шумовой болезни рекомендуется использовать современное стоматологическое оборудование с надежной шумоизоляцией, врачу непосредственно – беруши.

9.) Для снижения напряжения остроты зрения рекомендуется использовать общее и местное освещение, стоматологические наконечники с фиброоптикой.


10.) Для профилактики отслойки сетчатки и др. осложнений со стороны органа зрения при работе с фотополимеризационной лампой необходимо применять очки, защищающие от голубого спектра источника света.

11.) В стоматологическом кабинете обязательно иметь аптечку «Антиспид» и знать алгоритм действий при врачебных авариях.

12.) Для профилактики инфекционных болезней (ОРЗ, гриппа, гепатита В), особенно в период эпидемий, необходимо применять средства повышающие иммунитет и проводить вакцинацию против гриппа и гепатита.

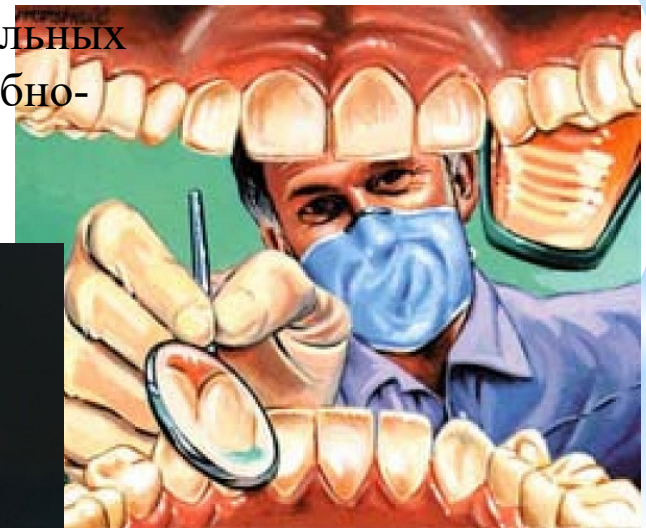
13.) Регулярно, раз в год, проходить медицинские осмотры и флюорографическое исследование.





Вывод:- В работе врача-стоматолога существует множество профессиональных предностей, значительную часть из которых занимают психоэмоциональные факторы;

- Сбережение здоровья народа – наша общая задача. Учитывая это, врачи, самосберегая собственное здоровье в процессе трудовой деятельности, эргономично обустривая свое место работы, индивидуально защищая себя от вредных профессиональных факторов, смогут лучше и полноценней оказывать лечебно-оздоровительные мероприятия населению.



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**

