

Abstrakt:

Hlavním cílem práce bylo, zjistit zda sestry opravdu trpí bolestmi zad, jaká část zad je nejvíce bolí, jestli mají dostatek pomůcek k manipulaci s nehybným pacientem a zda jsou proškoleny k jejich používání. Zjišťuji, jak sestry relaxují, co dělají, aby je záda nebolela a co vidí jako dobré řešení pro prevenci bolestí zad.

V diplomové práci jsou popsány poznatky o pohybovém systému. Jsou zde popsány příčiny vertebrogenního algického syndromu, jejich klinický obraz a terapie. Dále se práce zabývá charakteristikou bolesti. Nalezneme zde poznatky o škole zad, o dopadu fyzické náročnosti povolání zdravotní sestry, ergonomii a kinestetice.

Informace potřebné pro zpracování diplomové práce byly získávány prostřednictvím studia odborných materiálů a pomocí dotazníkového šetření. Výzkum byl prováděn metodou kvantitativního výzkumu a to anonymním dotazníkem.

Výzkumem bylo zjištěno, že bolest zad je přítomna u sester z 79%. Nejčastěji trpí bolestí v bederní oblasti, bolest se nejvíce objevuje po denní směně. Dále v mém výzkumu bylo zjištěno, že sestry mají dostatek pomůcek ke správné manipulaci a jsou nejčastěji školeny ke správné manipulaci s pacientem v rámci výuky. Jak pomůcky používat je nejčastěji školí staniční sestra. Také bylo zjištěno, že by sestry uvítaly dostatek kvalitního pomocného personálu a stálou přítomnost rehabilitačního pracovníka, dostatek moderních pomůcek a v neposlední řadě možnost poukazů od zaměstnavatele na rehabilitační péči.

Klíčová slova:

Vertebrogenní algický syndrom

Bolesti zad

Škola zad

Manipulace s pacientem

Ergonomie

Kinestetika