

Case Report

Assessment of the Prevalence of Musculoskeletal Disorders among the Furniture and Woodworking Industry Workers: A Case Study of Haji Abad Industrial Town, Malayer, Iran

Hadi Aeini¹ , Seyed Ali Jozi^{2*} , Saeed Motahari³

1. Health, Safety, Environment (HSE), Malayer Health Center, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran
2. Faculty of Marine Sciences and Technology, Islamic Azad University, North Tehran, Iran
3. Roudehen Branch, Islamic Azad University, Roudehen, Iran

Abstract

Article history:
Received: 05 January 2025
Revised: 11 March 2025
Accepted: 12 March 2025
ePublished: 17 March 2025

*Corresponding author: Seyed Ali Jozi, Faculty of Marine Sciences and Technology, Islamic Azad University, North Tehran, Iran

E-mail: sajozi@yahoo.com

Background and Objective: Ergonomically inappropriate postures and workstations, manual handling of loads, and working for long periods of time with little rest breaks cause postural and musculoskeletal disorders, as well as deformities and abnormalities of the spine and shoulders. The present study aimed to investigate the prevalence of postural disorders of kyphosis, lordosis, and shoulder droop among workers in the furniture industry in Malayer, Iran.

Materials and Methods: This descriptive and cross-sectional study was conducted on 148 workers working at the furniture industry in Malayer, Iran. A flexible ruler was used to examine the condition of the spine, which included measuring kyphosis and lordosis, and a shoulder droop measuring device was used for shoulder position. Moreover, the postures of the workers were also measured using the REBA assessment method. The obtained data were analyzed using SPSS software (version 22).

Results: Out of the total participants, 18 (12.2%) cases had abnormal kyphosis, 75 (50.7%) subjects suffered from abnormal lordosis, and 122 (82.4%) cases had shoulder droop. The ergonomic assessment, conducted using the REBA method, with an average of 2.35, showed that the work postures had a medium to high-risk level.

Conclusion: This study showed that shoulder droop, lordosis, and kyphosis were common among the workers in the furniture and woodcarving industry of Haji Abad Industrial Town, Malayer, Iran. According to the results obtained, workers in this industry need more support, and it is essential to provide appropriate working conditions in terms of postures and ergonomic workstations to reduce occupational posture injuries.

Keywords: Employees of the furniture and wood carving industry, Kyphosis, Lordosis, Posture disorders, Shoulder

Please cite this article as follows: Aeini H, Jozi SA, Motahari S. Assessment of the Prevalence of Musculoskeletal Disorders among the Furniture and Woodworking Industry Workers: A Case Study of Haji Abad Industrial Town, Malayer, Iran. J Occup Hyg Eng. 2024; 11(3): 262-274 DOI: 10.32592/joohe.11.3.262

Extended Abstract

Background and Objective

Musculoskeletal disorders are among the common causes of occupational injuries and disability in industrialized and developing countries. These complications account for nearly 48% of all work-related illnesses. Musculoskeletal disorders rank as the fourth leading cause of total disability in Iran. Kyphosis, lordosis, and shoulder droop are among the musculoskeletal disorders that can result in postural deformities in the spine. Postural abnormalities of the spine in furniture and woodworking industry workers may be caused by inappropriate and repetitive movements, improper working positions, and carrying loads. This study aimed to investigate the prevalence rate of musculoskeletal disorders (e.g., kyphosis, lordosis, and shoulder droop) among furniture and woodworking industry workers in Hajiabad Industrial Town, Malayer, Iran. Due to the dearth of research on spinal postural abnormalities, including kyphosis, lordosis, and shoulder droop, among the furniture and woodcarving industry workers in Malayer, Iran, this study aimed at evaluating the ergonomic status of the workers and assessing the prevalence rate of the selected musculoskeletal abnormalities.

Materials and Methods

This cross-sectional descriptive study evaluated the prevalence rate of kyphosis, lordosis, and shoulder droop among the furniture and woodworking industry workers of Hajiabad Industrial Town, Malayer, Iran (2023-2024), and their working posture using the REBA method. The study population included 250 cases, 148 of whom were selected as samples using the Morgan table. The participants had at least three years of relevant work experience and were not suffering from diseases affecting the spine. After obtaining consent, demographic characteristics, occupational information, and height measurements (e.g., height, weight, BMI, as well as kyphosis and lordosis angles) were taken by marking specific vertebrae. The kyphosis angle was determined using a trigonometric formula and compared with the normal chart for Iranian men. Lumbar lordosis was also measured and analyzed in a similar manner. Shoulder droop was evaluated using a special posture device; moreover, the difference between the right and left shoulder angles was measured in this study. Work postures were recorded by photographing and filming individuals and analyzed using SPSS software and the REBA method, which is suitable for assessing musculoskeletal risk and workplace postures. The validity and reliability of the instruments used in the study have been confirmed by previously conducted research. This study was conducted to identify the status of work postures and postural disorders among

the workers working in the furniture and woodworking industry.

Results

This study investigated 148 males working in the furniture and woodworking industry in Hajiabad Industrial Town, Malayer, Iran, with a mean age of 36.9 years and a mean work experience of 15.6 years. The mean weight, height, and BMI values were obtained at 76.6 kg, 176.4 cm, and 24.8, respectively. The workers were classified into five main job categories, namely furniture frame construction (35.8%), woodcarving (23.6%), upholstery sewing (13.5%), upholstery covering (13.5%), and painting furniture (13.5%). Regarding the prevalence rate of postural abnormalities, shoulder droop was the most common disorder (82.4%), followed by lordosis (50.7%), and kyphosis (12.2%). The mean $\pm$ SD values of the kyphosis, lordosis, and shoulder droop angles were determined at 32.9 $\pm$ 7.8, 42.2 $\pm$ 11, and 1.2 $\pm$ 0.8, respectively. Among the job categories, abnormal kyphosis was most prevalent in frame constructors (17%) and woodcarvers (14.3%). Furthermore, abnormal lordosis was also reported in upholstery sewers, painters, and upholsterers (50%-55%). Shoulder droop was also observed in all groups (75%), especially in upholstery sewers (95%). The ANOVA test showed no significant difference between and within occupational groups in terms of the degree of kyphosis, lordosis, and shoulder droop ($P\geq 0.05$). It indicates that the risk of developing these abnormalities was similar in all occupations. Furthermore, the Pearson correlation test results depicted no significant relationship of postural status with such variables as age, work experience, weekly working hours, weight, height, and BMI. In terms of ergonomics, the risk level of work postures using the REBA method was significantly different in different job categories ($P=0.011$), indicating changes in musculoskeletal risk among these categories. This study identified the status of work postures and postural abnormalities in the furniture and woodworking industry workers and emphasized the need to pay attention to ergonomic risks.

Discussion

This study assessed the work postures and postural abnormalities among 148 male workers in the furniture industry, Industrial Town, Malayer, Iran. Using the REBA method, the mean ergonomic risk value (2.3 $\pm$ 0.22) indicated poor ergonomic conditions of the workers, which is consistent with the findings of a study conducted by Rahimifard et al. (2010) in the furniture industry of Qom, Iran. In the aforementioned study, the prevalence rates of postural abnormalities were

12.2% (kyphosis), 50.7% (lordosis), and 82.4% (shoulder droop). In terms of comparing the results with the findings of other studies, it is revealed that the prevalence rate of kyphosis in this study was lower than that in some other occupational groups (e.g., nurses in Ahvaz and Borujerd). However, a significant relationship was observed between kyphosis and the level of ergonomic risk. Moreover, weight, BMI, age, and working hours were not significantly associated with kyphosis, which was consistent with the results of some similar studies. The prevalence rate of lordosis in this study was higher than that in some studies and lower than that in others. Lordosis was significantly associated with BMI and height; however, it showed no correlation with age, work experience, and weekly working hours. Shoulder droop was observed with a high prevalence (82.4%), which was higher than the value in some similar studies and was associated with the level of ergonomic risk; however, it was not significantly associated with demographic variables.

Conclusion

Considering ergonomic factors, upholsterers and frame constructors obtained the highest and lowest risk levels, respectively. The ANOVA test results showed the significance of these differences. However, there were no difference between and within occupational groups regarding the degree of postural abnormalities, and all groups were at equal risk. Work factors, such as prolonged standing, static tasks, carrying heavy loads, frequent bending of the spine, and use of heavy tools at inappropriate heights are among the most important reasons for the occurrence of these abnormalities. Regarding the limitations of the study, one can indicate the number of workstations, the work experience of some workers, and limitations in measuring height with a flexible ruler. It is recommended that workstations be ergonomically designed and modified, specialized ergonomic training sessions be held, working hours and regular breaks be managed, and mechanical equipment be used.

ارزیابی شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی در شاغلین صنعت مبل و منبت: مطالعه موردی شهرک صنعتی حاجی آباد ملایر

هادی آئینی^۱ , سید علی جوزی^{۲*} , سعید مطهری^۳

۱. ایمنی، بهداشت، محیط زیست (HSE)، مرکز بهداشت ملایر، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران
۲. دانشکده علوم و فنون دریایی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران شمال، ایران
۳. واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران

چکیده

سابقه و هدف: پوسچرها و ایستگاه‌های کاری نامناسب از لحاظ ارگونومیکی، حمل دستی بار و کار در زمان‌های طولانی با وقفه و استراحت کم سبب ایجاد اختلالات قدامتی و اسکلتی عضلانی و بدشکلی و ناهنجاری‌های ستون فقرات و شانه می‌شود. این مطالعه با هدف بررسی شیوع اختلالات قدامتی کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه در کارگران صنعت مبل‌سازی ملایر انجام گرفته است.

مواد و روش‌ها: این مطالعه با روش توصیفی و به صورت مقطعی با حجم نمونه ۱۴۸ نفر از کارگران مبل‌سازی ملایر انجام شد. برای بررسی وضعیت ستون فقرات، که شامل اندازه‌گیری کیفوز و لوردوز بود، از خط‌کش منعطف و برای وضعیت شانه از دستگاه سنجش افتادگی شانه استفاده شد. همچنین پوسچرهای شاغلان با استفاده از روش ارزیابی REBA سنجیده و اندازه‌گیری شد. داده‌های به دست آمده با استفاده از نرم‌افزار اسپاس نسخه ۲۲ آنالیز و تحلیل شد.

یافته‌ها: از تعداد نمونه‌های مورد مطالعه ۱۸ نفر (۱۲/۲ درصد) مبتلا به کیفوز غیرنرمال، ۷۵ نفر (۵۰/۷ درصد) لوردوز غیرنرمال و ۱۲۲ نفر (۸۲/۴ درصد) افتادگی شانه بودند. ارزیابی ارگونومی هم که با روش REBA انجام شد، با میانگین ۲/۳۵ نشان داد که پوسچرهای کاری دارای سطح ریسک متوسط به بالاست.

نتیجه‌گیری: این مطالعه نشان داد که افتادگی شانه، لوردوز و کیفوز در بین کارگران ارزیابی شده صنعت مبل و منبت شهرک صنعتی حاجی آباد ملایر شایع است و با توجه به نتایج به دست آمده، شاغلان این صنعت نیازمند حمایت بیشتر و همچنین فراهم کردن شرایط کاری مناسب از لحاظ پوسچرها و ایستگاه‌های کاری ارگونومیک برای کاهش آسیب‌های قدامتی هستند.

تاریخ دریافت مقاله: ۱۴۰۳/۱۰/۱۶
تاریخ ویرایش مقاله: ۱۴۰۳/۱۲/۲۱
تاریخ پذیرش مقاله: ۱۴۰۳/۱۲/۲۲
تاریخ انتشار مقاله: ۱۴۰۳/۱۲/۲۷

تمامی حقوق نشر برای دانشگاه علوم پزشکی همدان محفوظ است.

* نویسنده مسئول: سید علی جوزی، دانشکده علوم و فنون دریایی، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران شمال، ایران

ایمیل: sajozi@yahoo.com

واژگان کلیدی: کارکنان صنعت مبل و منبت، اختلالات قدامتی، کیفوز، لوردوز، افتادگی شانه

استناد: آئینی، هادی؛ جوزی، سید علی؛ مطهری، سعید. ارزیابی شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی در شاغلین صنعت مبل و منبت: مطالعه موردی شهرک صنعتی حاجی آباد ملایر. مجله مهندسی بهداشت حرفه‌ای، پاییز ۱۴۰۳ (۳): ۲۷۴-۲۶۲

مقدمه

نیروی بیش از حد و وضعیت کاری نامطلوب اشاره کرد [۲]. از جمله اختلالات اسکلتی عضلانی که می‌توان به آن اشاره کرد، کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه است که باعث ایجاد بدشکلی‌های قدامتی در ستون فقرات می‌شوند. ناهنجاری‌های وضعیتی پوسچرال Postural ستون فقرات در شاغلان صنعت مبل و منبت ممکن است بر اثر حرکات نامناسب و مکرر، وضعیت‌های کاری نامناسب و حمل بار ایجاد شود. برخی از ناهنجاری‌های وضعیتی ستون فقرات مانند

اختلالات اسکلتی عضلانی یکی از عوامل شایع آسیب‌های شغلی و ناتوانی در کشورهای صنعتی و کشورهای در حال توسعه است، که نزدیک به ۴۸ درصد از کل بیماری‌های ناشی از کار را تشکیل می‌دهند [۱]. در ایران اختلالات اسکلتی عضلانی رتبه چهارم را در از کار افتادگی کلی دارد [۲]. عوامل جمعیت‌شناختی و فیزیکی و روانی در وقوع اختلالات اسکلتی عضلانی مؤثر است. از عوامل فیزیکی مهم می‌توان به حمل دستی، خمش و پیچش مکرر، اعمال

کیفوز ممکن است بر کاهش فضای قفسه سینه، شانه، گردن و وقوع پاتولوژی‌های مفصلی اثرگذار باشد. به علاوه لوردوز کمری نیز می‌تواند با افزایش بردار نیروی برشی در سطح مهره‌های کمر در بروز فتخ دیسک‌های بین‌مهره‌ای نقش داشته باشد [۴]. حرکات بدنی یا پوسچرهای طولانی‌مدت منجر به عدم تعادل در تنش و کشش عضلانی می‌شود. در نتیجه عضلات به‌منظور حفظ پوسچر غیرطبیعی، بیش‌ازحد کشیده می‌شوند و فرد در معرض اختلالات قامتی ناشی از تغییر شکل استخوان‌ها و بروز ناهنجاری‌های وضعیتی قرار می‌گیرد [۵].

در این تحقیق، اختلالات اسکلتی عضلانی، کیفوز Kyphosis، لوردوز Lordosis و افتادگی شانه در شاغلان صنعت مبیل و منبت شهرک صنعتی حاجی‌آباد ملایر از لحاظ میزان شیوع بررسی می‌شود. با توجه به تبدیل شهرستان ملایر به پایتخت میل و منبت ایران، انگیزه تأسیس کارگاه‌های متعدد در سطح این شهرستان افزایش چشمگیری یافته است. بنابراین احتمال بروز بیماری‌ها و مشکلات ناشی از کار در سال‌های آتی برای کارکنان این صنعت دور از انتظار نخواهد بود [۶].

کارگران صنعت مبیل به دلیل انجام دادن حرکات تکراری همچون برش و چسباندن و مونتاژ مبیل و پوسچرهای نامطلوب و ایستگاه‌های کاری غیراستاندارد از لحاظ ارگونومی و ایستادن و نشستن‌های طولانی‌مدت، حمل مبیل و کار با ابزارهای دستی در معرض اختلالات اسکلتی عضلانی هستند. با توجه به اینکه تعداد تحقیقات درباره ناهنجاری‌های وضعیتی ستون فقرات از جمله کیفوز و لوردوز و افتادگی شانه در شاغلان صنعت مبیل و منبت شهرستان ملایر کم بود، بر آن شدیم که وضعیت ارگونومیکی شاغلان را ارزیابی، و شیوع ناهنجاری‌های اسکلتی عضلانی منتخب را بررسی کنیم.

روش کار

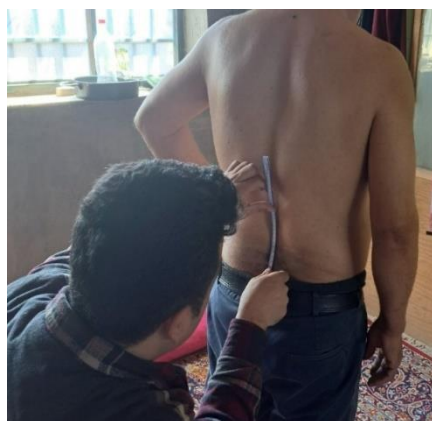
این مطالعه، مطالعه‌ای توصیفی مقطعی است که جامعه آماری آن، شاغلان صنعت مبیل و منبت شهرک صنعتی حاجی‌آباد ملایر (شهرک صنعتی شماره ۲) هستند که در سال‌های ۱۴۰۲-۱۴۰۳ از لحاظ شیوع کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه و همچنین پوسچرهای کاری با روش REBA ارزیابی شدند. حجم نمونه انتخابی با استفاده از جدول مورگان و با توجه به اینکه جامعه آماری (تعداد شاغلان مبیل و منبت شهرک صنعتی حاجی‌آباد) ۲۵۰ نفر بودند، ۱۴۸ نفر تعیین شد. تعداد نمونه در هر وظیفه متناسب با تعداد افراد شاغل در آن شغل انتخاب و مطالعه شدند.

معیارهای ورود به این پژوهش شامل کارگران شاغل در حرفه‌های تهیه کلاف مبیل، منبت‌کار، رنگ‌کار مبیل، رویه‌کوب مبیل و خیاطی پارچه مبیل است که حداقل سه سال سابقه کار مرتبط در این راستا داشتند و مایل به شرکت در این مطالعه بودند و همچنین افرادی که به بیماری‌های اثرگذار بر ستون فقرات مبتلا نبودند. معیار خروج نیز نداشتن حداقل سه سال سابقه کار در مبیل‌سازی و

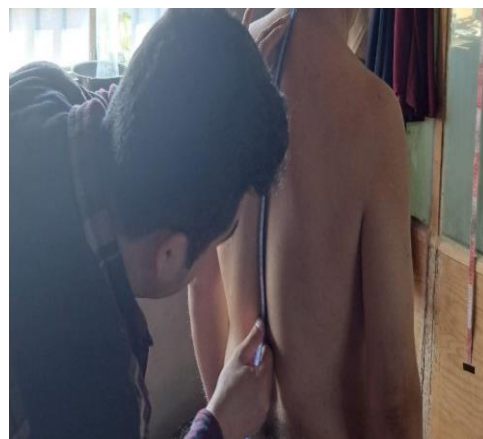
ابتلا به بیماری‌های اثرگذار بر ستون فقرات بود. در ابتدا درباره نوع پژوهش، مراحل اندازه‌گیری و هدف از انجام دادن این طرح به شاغلان توضیحات کاملی داده شد و سپس با گرفتن رضایت‌نامه کتبی از تک‌تک شرکت‌کنندگان، مطالعه و اندازه‌گیری‌های قامتی و تکمیل چک‌لیست دموگرافیکی صورت گرفت. اطلاعات شخصی و شغلی شرکت‌کنندگان که شامل وظایف کاری، سن و ساعات کار در هفته و سابقه کار بود و همچنین اندازه‌گیری آیت‌های قد، وزن و BMI در چک‌لیست دموگرافیک جمع‌آوری شد. برای اندازه‌گیری زاویه کیفوز زائده C7 و T1، نقطه رأس سینه‌ای و مهره T12 علامت‌گذاری شدند. مهره C7 برجسته‌ترین زائده در انتهای گردن است و مهره T1 بعد از پیدا کردن مهره C7، مهره بعدی روبه پایین است. محل زائده خاری مهره T12 با لبه تحتانی دنده‌های دوازدهم در دو سمت هم‌سطح است. به همین دلیل، به‌طور هم‌زمان لبه این دنده‌ها با نوک انگشتان شست لمس شد و تا امتداد سر آن به بالا و داخل تاجایی‌که بافت نرم بدن ناپدید شود دنبال شد. در این نقطه، با رسم کردن خطی مستقیم که نوک دو انگشت شست را به هم وصل می‌کند، محل زائده خاری T12 مشخص شد. با قرار دادن خط‌کش منعطف روی نقاط مشخص‌شده روی پوست آزمودنی، خمیدگی ایجادشده بر خط‌کش منعطف منتقل، و بعد با نهایت دقت، با استفاده از مداد مشکی قوس ایجادشده روی کاغذ شطرنجی رسم شد. با فرمول مثلثاتی $\Theta = \arctan(2H/L)$ زاویه کیفوز محاسبه شد (شکل ۱-الف) و زاویه به‌دست‌آمده با نمودار نرم انحنای پشتی مردان ایران مقایسه شد و طبیعی و غیرطبیعی بودن آن به دست آمد (شکل ۱-ب). برای اندازه‌گیری لوردوز کمری نیز ابتدا زوائد خاری مهره‌های S2 و L1 و گودترین نقطه قوس کمری علامت زده شد. بعد از مشخص شدن زائده خاری T12 با روش ذکرشده با شمارش مهره‌ها، به مهره L1 می‌رسیم. مهره S2 نیز با خار خارصه ای خلفی فوقانی که برجستگی استخوانی گرد در انتهای خلفی ستیغ خارصه است و به صورت زیر پوستی (گودی) روی سطح پروگزیمال برجستگی‌های سیرینی احساس می‌شود، هم سطح است. با قرار دادن خط‌کش منعطف روی نقاط مشخص‌شده در روی پوست آزمودنی، خمیدگی ایجادشده روی خط‌کش منعطف منتقل (L1 و S2)، و بعد با نهایت دقت، با استفاده از مداد مشکی قوس ایجادشده روی کاغذ شطرنجی رسم شد (شکل ۱-ج). با استفاده از فرمول $\Theta = \arctan(2H/L)$ زاویه لوردوز محاسبه، و زاویه به‌دست‌آمده با نمودار نرم انحنای کمری مردان ایران مقایسه شد و طبیعی و غیرطبیعی بودن آن به دست آمد (شکل ۱-د). در فرمول L فاصله بین دو مهره کمری علامت زده شده است و H خطی عمودی است که بیشترین فاصله را با خط L دارد. افتادگی شانه نیز با استفاده از دستگاه مخصوص اندازه‌گیری افتادگی شانه، ساخت شرکت قامت‌پویان اندازه‌گیری شد. زاویه تحتانی کتف، انتهای ریشه خار کتف و زاویه فوقانی داخلی کتف راست و چپ با هم مقایسه شد؛ به این صورت که این نقاط در دو کتف علامت‌گذاری شدند و

روز در سال ۱۹۸۶ و تیلاستون و بورتون در سال ۱۹۹۱ تأیید کرده‌اند. همچنین در تحقیقی که صیدی و همکاران در سال ۱۳۸۶ انجام دادند، پایایی خط‌کش منعطف ایرانی برای آزمونگر اول ۰/۹۲ و برای آزمونگر دوم ۰/۸۹ نشان داده شد. پایایی درون آزمونگر نیز ۰/۸۲ به دست آمده است. روایی اندازه‌گیری‌شده با این خط‌کش در قیاس با اشعه ایکس نیز $r=0.91$ و $n=10$ به دست آمده است [۷].

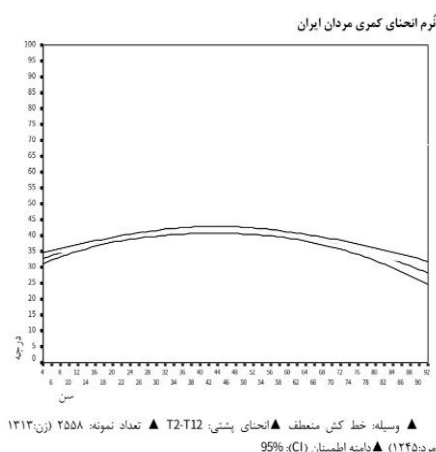
با کمک دستگاه مخصوص اندازه‌گیری افتادگی شانه، در صورت داشتن اختلاف با معیار درجه بیان شد (شکل ۱-ر). ستیغ خاصه نیز تیغه یا برجستگی محدب روی لبه فوقانی استخوان خاصه است. پایایی بالای خط‌کش منعطف برای اندازه‌گیری قوس‌های کمری و پشته‌ی را هارت و روز در سال ۱۹۸۶، واکر و همکاران در سال ۱۹۸۷ و لاول و همکاران در سال ۱۹۸۹ تأیید کرده‌اند. روایی این وسیله در قیاس با روش رادیوگرافی را نیز بورتون در سال ۱۹۸۶، هارت و



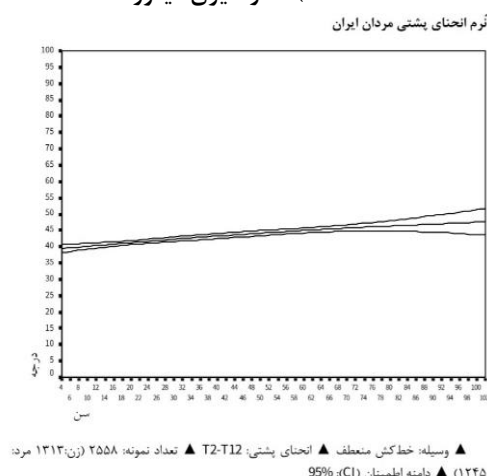
ج) اندازه‌گیری لوردوز



الف) اندازه‌گیری کیفوز



د) نرم انحنای کمری مردان



ب) نرم انحنای پشته مردان



ر) اندازه‌گیری افتادگی شانه

شکل ۱: اندازه‌گیری‌ها و رنج نرمال کیفوز و لوردوز در مردان ایرانی

جدول ۱ نشان می‌دهد که ۱۴۸ نفر از کارگران ارزیابی شده‌اند که میانگین سنی آن‌ها برابر ۳۶/۹ سال، با انحراف معیار $\pm 9/5$ و میانگین سابقه کار ۱۵/۶ سال، با انحراف معیار $\pm 9/2$ است که به‌صورت میانگین در هفته ۴۹/۳ ساعت کار می‌کردند و میانگین وزن این کارگران ۷۶/۶ کیلوگرم با انحراف معیار ± 13 و میانگین قد کارگران برابر با ۱۷۶/۴ سانتی‌متر با انحراف معیار $\pm 6/5$ بود. میانگین BMI ۲۴/۸ با انحراف معیار $\pm 3/9$ به دست آمد و سطح ریسک ارگونومی نیز دارای میانگین ۲/۳ و انحراف معیار $\pm 2/2$ بود. در این پژوهش، تمام افراد مورد مطالعه مرد بودند که پنج وظیفه اصلی در صنعت مبلمان و منبت داشتند. کارگران ساخت کلاف مبلمان ۵۳ نفر (۳۵/۸ درصد)، منبت‌کار ۳۵ نفر (۲۳/۶ درصد)، خیاط ۲۰ نفر (۱۳/۵ درصد)، رویه‌کوب ۲۰ نفر (۱۳/۵ درصد) و رنگ‌کار مبلمان نیز ۲۰ نفر (۱۳/۵ درصد) بودند که از نظر قامت سنجیده شدند. طبق نمودار ۱، فراوانی ناهنجاری‌های قامتی در شاغلان منتخب صنعت مبلمان و منبت شهرک صنعتی ملایر به این صورت بود که افتادگی شانه شیوع ۸۲/۴ درصدی و لوردوز شیوع ۵۰/۷ درصدی و کیفوز شیوع ۱۲/۲ درصدی داشتند.

پوسچرهای کاری شاغلان صنعت مبلمان و منبت شهرک صنعتی حاجی آباد ملایر با گرفتن عکس و فیلم از وضعیت کاری افراد و با روش REBA ارزیابی شد و تجزیه و تحلیل داده‌ها نیز با نرم‌افزار اسپاس نسخه ۲۲ صورت گرفت. روش REBA به‌طور خاص برای ارزیابی خطرهای اسکلتی-عضلانی و پوسچرهای موجود در محیط‌های کاری مفید است و می‌تواند در این موقعیت‌ها به کار رود؛ وظایف شغلی که هنگام انجام دادن آن‌ها کل بدن درگیر می‌شود، در پوسچرهای استاتیک و دینامیک، وظایفی که در حالت ایستاده یا نشسته یا ترکیبی انجام می‌شوند و همچنین وظایفی که نواحی مختلف بدن را درگیر می‌کنند [۸].

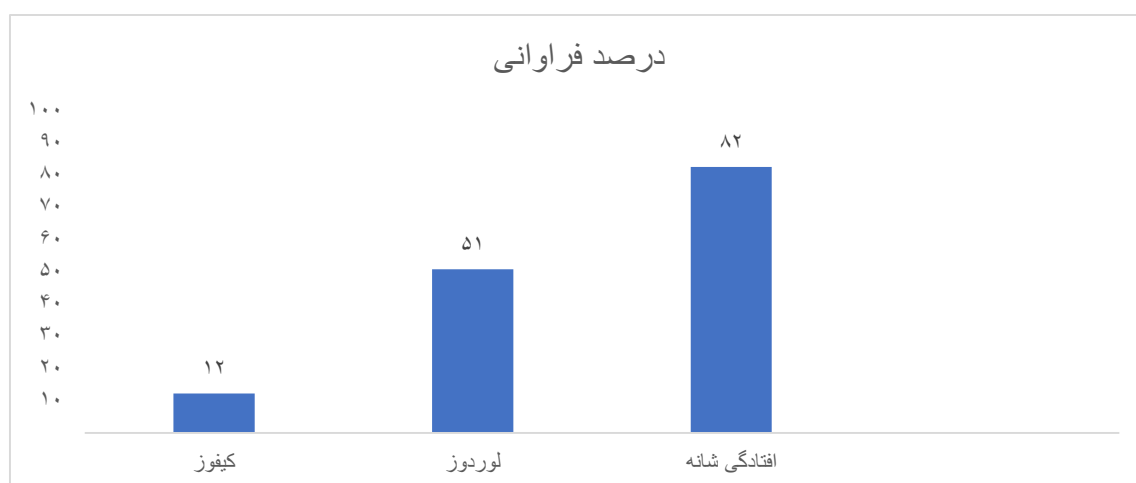
روایی و پایایی روش ارزیابی پوسچر REBA

اعتبار درون مشاهده گر روش REBA، نامشخص و اعتبار بین مشاهده گر نیز پایین و متوسط بود. روایی روش REBA نیز در مقایسه با روش OWAS متوسط گزارش شد.

نتایج

جدول ۱. مشخصات دموگرافیک شرکت‌کنندگان در پژوهش

متغیر	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
سن	۱۴۸	۱۸	۶۳	۳۶/۹	$\pm 9/5$
سابقه	۱۴۸	۳	۴۵	۱۵/۶	$\pm 9/2$
تعداد ساعات کار در هفته	۱۴۸	۳۸	۷۰	۴۹/۳	$\pm 10/6$
وزن	۱۴۸	۴۶	۱۲۰	۷۶/۶	± 13
قد	۱۴۸	۱۵۳	۱۹۳	۱۷۶/۴	$\pm 6/5$
BMI	۱۴۸	۱۶/۶	۴۰	۲۴/۸	$\pm 3/9$
سطح ریسک ارگونومی با REBA	۱۴۸	۱	۳	۲/۳	$\pm 2/2$



نمودار ۱: کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه در شاغلان مبلمان سازی

یافته‌های جدول ۲ نشان‌دهنده تعداد، بیشینه و کمینه درجه کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه است. میانگین و انحراف معیار کیفوز به دست آمد.

یافته‌های جدول ۲ نشان‌دهنده تعداد، بیشینه و کمینه درجه کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه است. میانگین و انحراف معیار کیفوز به دست آمد.

در بین شاغلان رویه کوب مبل افراد مبتلابه لوردوز غیرنرمال ۱۰ نفر (۵۰ درصد)، در خیاطان مبل افراد مبتلابه لوردوز غیرنرمال ۱۱ نفر (۵۵ درصد) و در رنگ کاران مبل نیز افراد مبتلابه لوردوز غیرنرمال ۱۱ نفر (۵۵ درصد) بودند.

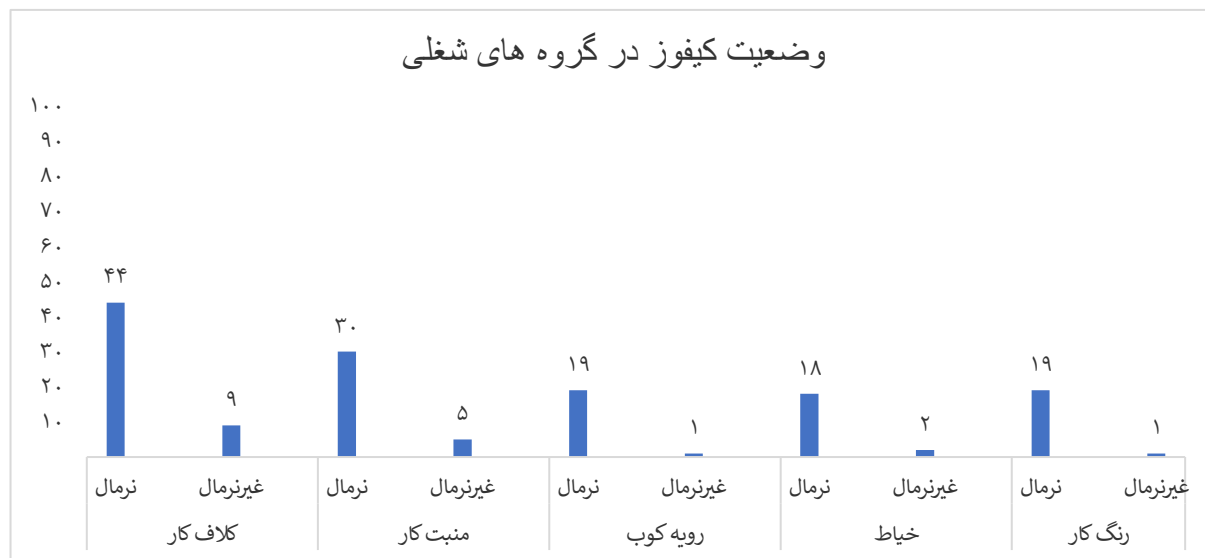
طبق نمودار ۴، در گروه‌های شغلی پنج‌گانه، در کلاف کاران ۴۰ نفر (۷۵/۵ درصد)، در منبت کاران ۳۰ نفر (۸۵/۷ درصد)، در شاغلان رویه کوب مبل ۱۶ نفر (۸۰ درصد)، در خیاطان مبل ۱۹ نفر (۹۵ درصد) و در رنگ کاران مبل نیز ۱۷ نفر (۷۵ درصد) مبتلابه افتادگی شانه بودند.

طبق نمودار ۲، در گروه‌های شغلی پنج‌گانه، در بین کلاف کاران افراد مبتلابه کیفوز غیرنرمال ۹ نفر (۱۷ درصد)، در منبت کاران افراد مبتلابه کیفوز غیرنرمال ۵ نفر (۱۴/۳ درصد)، در شاغلان رویه کوب مبل افراد مبتلابه کیفوز غیرنرمال ۱ نفر (۵ درصد)، در خیاطان مبل افراد مبتلابه کیفوز غیرنرمال ۲ نفر (۱۰ درصد) و در رنگ کاران مبل نیز افراد مبتلابه کیفوز غیرنرمال ۱ نفر (۵ درصد) بودند.

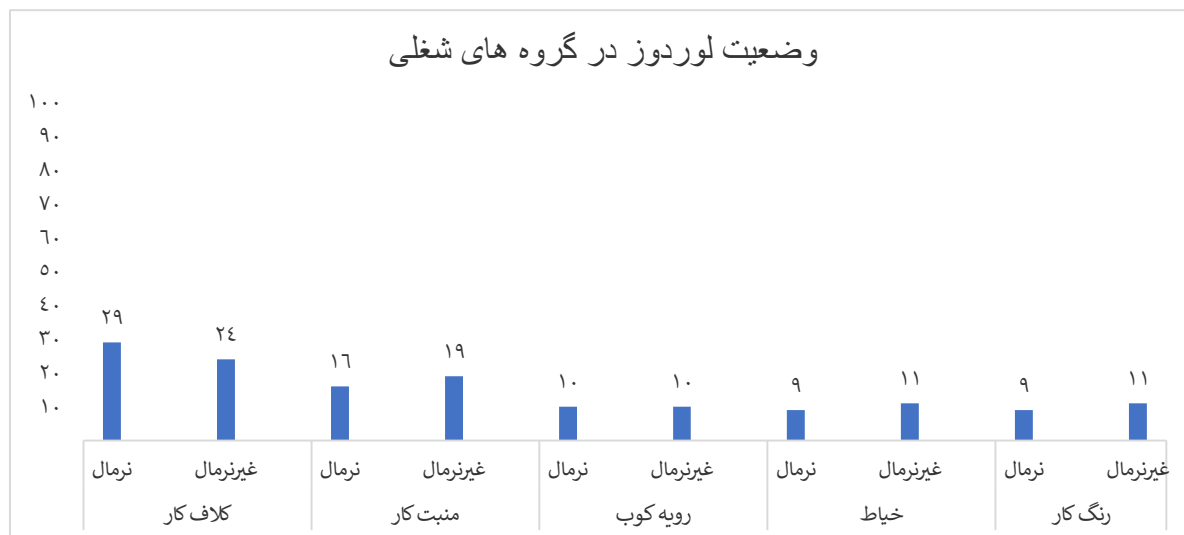
طبق نمودار ۳، در گروه‌های شغلی پنج‌گانه، در کلاف کاران افراد مبتلابه لوردوز غیرنرمال ۲۴ نفر (۴۳/۳ درصد)، در بین منبت کاران افراد مبتلابه لوردوز غیرنرمال ۱۹ نفر (۵۴/۳ درصد)،

جدول ۲. توصیف اختلالات اسکلتی عضلانی شاغلان ارزیابی شده

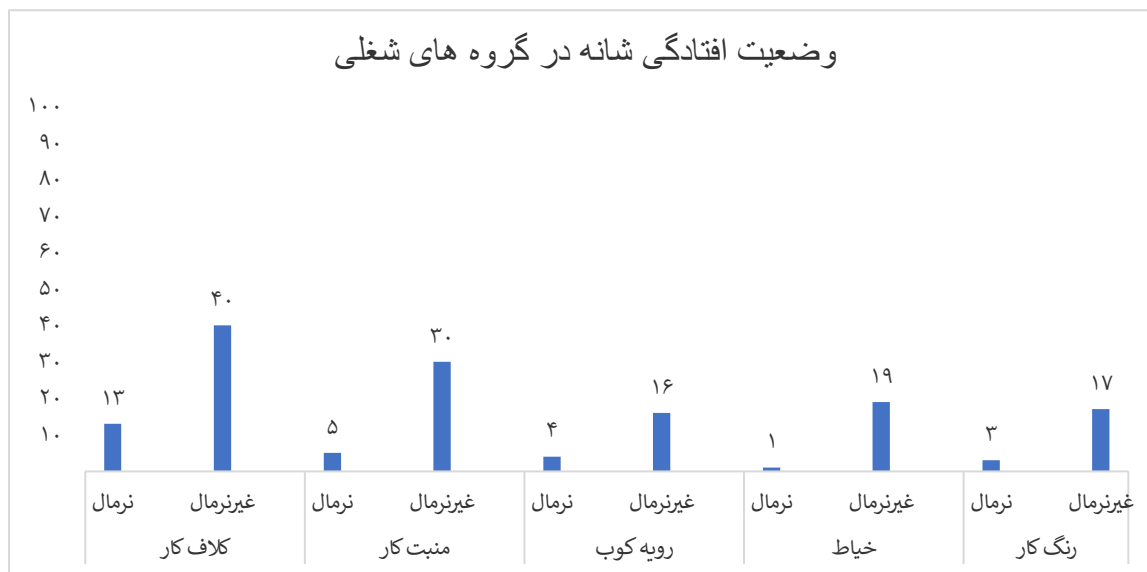
متغیر	تعداد	کمینه	بیشینه	میانگین	انحراف معیار
درجه کیفوز	۱۴۸	۱۱/۴۴	۵۲	۳۲/۹	± ۸/۷
درجه لوردوز	۱۴۸	۹/۴	۹۸/۸	۴۲/۲	± ۱۱
افتادگی شانه	۱۴۸	۰	۵	۱/۲	± ۰/۸



نمودار ۲: فراوانی کیفوز در گروه‌های شغلی



نمودار ۳: فراوانی لوردوز در گروه‌های شغلی



نمودار ۴: فراوانی افتادگی شانه در گروه‌های شغلی

افتادگی شانه شاغلان تجزیه و تحلیل شدند. طبق جدول ۵، سطح ریسک ارگونومی به روش REBA بین گروه‌های شغلی پنج‌گانه با آزمون آماری ANOVA (نرم‌افزار اسپ‌اس‌اس نسخه ۲۲) مقایسه شد که ارتباط معنادار داشت؛ یعنی P-value به دست آمده برابر با ۰/۱۱ بود که از ۰/۰۵ کمتر بود. جمعیت شاغلان این پژوهش از لحاظ پوسچرهای کاری با روش REBA ارزیابی شدند، که یافته‌های به دست آمده با نرم‌افزار اسپ‌اس‌اس نسخه ۲۲ تجزیه و تحلیل شد. در نمودار ۵ میانگین سطح ریسک در گروه‌های شغلی آورده شده است (پایین = ۱، متوسط = ۲، و زیاد = ۳ در نظر گرفته شد).

طبق جدول ۳، در آزمون ANOVA، درجه کیفی و لوردوز و افتادگی شانه در بین کلاف‌کاران، منبت‌کاران، خیاطان، رنگ‌کاران و شاغلان رویه‌کوب مبلمان مشابه بود. همچنین درون گروه‌های شغلی نیز مشابه بود و تفاوت معناداری مشاهده نشد. به عبارت دیگر ایجاد کیفی و لوردوز و افتادگی شانه بین و درون گروه‌های شغلی متفاوت نبود و در همه به یک میزان احتمال ایجاد این ناهنجاری‌ها وجود داشت ($P\text{-value} \geq 0.05$).

طبق جدول ۴، متغیرهای مستقل پژوهش، که شامل سن شاغلان، سابقه کار، تعداد ساعات کار در هفته، وزن، قد و BMI بودند، با استفاده از نرم‌افزار اسپ‌اس‌اس و آزمون هم‌بستگی پیرسون از لحاظ داشتن رابطه معنادار با وضعیت کیفی و لوردوز و

جدول ۳: آزمون ANOVA درجه کیفی و لوردوز و افتادگی شانه کارگران ارزیابی شده

مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	عدد F	P-value
بین گروهی	۴	۶۴/۹		
درجه کیفی				
درون گروهی	۱۴۳	۷۶/۵	۰/۸۴۹	۰/۴۲۷
جمع	۱۴۷			
بین گروهی	۴	۱۲/۷		
درجه لوردوز				
درون گروهی	۱۴۳	۱۲۵/۸	۰/۱۰۲	۰/۹۸۲
جمع	۱۴۷			
بین گروهی	۴	۱/۰۶		
افتادگی شانه				
درون گروهی	۱۴۳	۰/۷۹۳	۱/۳۴	۰/۲۵۵
جمع	۱۴۷			

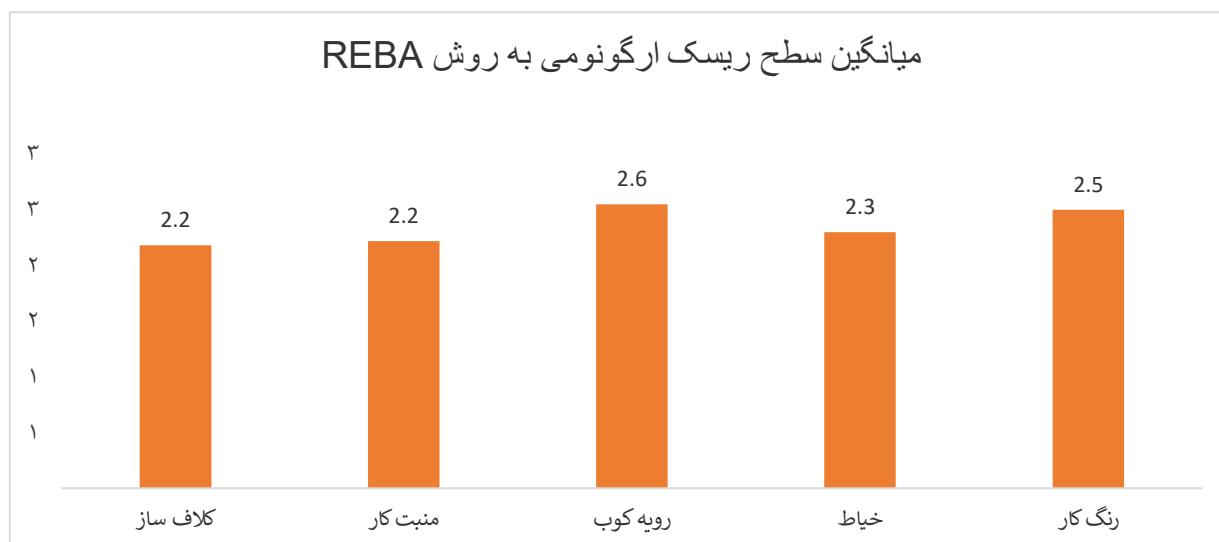
جدول ۴: آزمون ضریب هم‌بستگی پیرسون متغیرهای پژوهش

متغیرها	سن	سابقه کار	تعداد ساعات کار در هفته	وزن	قد	BMI
کیفوز	۰/۲۶	۰/۱۲	-/۱۱۰	-/۰۱۳	-/۰۹۰	۰/۲۶
ضریب هم‌بستگی						

پیرسون	P-value	/۷۵۲	/۸۸۳	/۱۸۲	/۸۷۲	/۲۷۹	/۷۵۳
ضریب همبستگی		/۰۱۰	-/۰۲۸	-/۰۳۸	/۱۴۴	-/۱۶۵	/۲۳۹
پیرسون	P-value	/۹۰۲	/۷۳۶	/۶۴۳	/۰۸۱	* /۰۴۴	* /۰۰۳
ضریب همبستگی		/۱۲۹	/۱۴۸	-/۱۰۲	-/۰۲۹	-/۰۲۳	-/۰۴۲
پیرسون	P-value	/۱۱۷	/۰۷۴	/۲۱۶	/۷۲۴	/۷۷۹	/۶۱۶

جدول ۵: آزمون ANOVA ریسک خطر در گروه‌های شغلی پنج‌گانه

مجموع مجذورات	Df	میانگین مجذورات	F	P-value
بین گروه‌ها	۴	۲/۸۸۳		
درون گروه‌ها	۱۴۳	۳۰/۴۳۵	۳/۳۸۶	۰/۰۱۱
جمع	۱۴۷	۳۳/۳۱۸		



نمودار ۵: میانگین سطح ریسک خطر ارگونومی به روش REBA در گروه‌های شغلی

بحث

جمعیت با اجزای ایستگاه‌های کاری [۱۳]؛ تازن و همکاران (۱۹۹۹) در مطالعه درباره انحرافات وضعیتی ناحیه پشت و کمر در بیماران مبتلا به کمردرد [۱۴]؛ پاکت و همکاران (۲۰۰۱) در مطالعه‌ای درباره ارزیابی وضعیتی در کارهای ساختمانی [۱۵]؛ و هدی رحیمی‌فرد و همکاران (۲۰۱۰) که روی کارگران مبل‌سازی قم پژوهشی انجام داده بودند [۱۶]. به‌صورت اختصاصی در مطالعه هدی رحیمی‌فرد و همکاران، که وضعیت بدنی کارگران مبل‌سازی قم ارزیابی شده بود، شرایط ارگونومیکی عاملی تأثیرگذار در افزایش اختلالات اسکلتی-عضلانی بود و ۳۲/۴ درصد از کارگران مورد مطالعه در مبل‌سازی شهر قم از لحاظ ارگونومیکی در شرایط نامطلوب قرار داشتند که با میانگین عدد ریسک ارگونومی به‌دست‌آمده در این تحقیق که ۲/۳ بود همسو بود. در این تحقیق، که روی شاغلان مبل‌سازی ملایر انجام شد، شیوع

در این مطالعه، پوسچرهای شاغلان ارزیابی شده به روش REBA با میانگین عدد ریسک ارگونومی ۲/۳ و انحراف معیار $\pm ۰/۲۲$ نشان‌دهنده وضعیت بد ارگونومیکی این کارگران هنگام کار بود. در این مقالات به وضعیت بد بدن در هنگام کار پرداخته شده است: آراس و همکاران (۱۹۸۸) در مطالعه‌ای که روی کارگران مونتاژکار الکترومکانیک انجام داده بودند [۹]؛ هاگبرگ و گمن (۱۹۷۸) در تحقیقی که به مقایسه ارتباط و تأثیر مواجهه شغلی با اختلالات شانه و گردن در گروه‌های شغلی مختلف پرداخته بودند [۱۰]؛ دوال و همکاران (۱۹۹۱) در مطالعه‌ای که درباره وضعیت نشستن افراد هنگام خواندن و نوشتن انجام داده بودند [۱۱]؛ در مطالعه لی و همکاران (۱۹۹۵) درباره تأثیر وضعیت بدن در کار با ماشین‌های خیاطی [۱۲]؛ داس و سنگوپتا (۱۹۹۶) در مطالعه درباره تطبیق آنتروپومتری

در مطالعه هدی رحیمی فرد و همکاران (۲۰۱۰) شیوع اختلالات اسکلتی-عضلانی در شانه ۲۲/۴ درصد به دست آمد و از شیوع افتادگی شانه در کارگران مبیل سازی ملایر کمتر بود. سطح ریسک ارگونومی با افتادگی شانه ارتباط داشت ($P\text{-value} \leq 0.05$)؛ اما ارتباط معناداری بین افتادگی شانه و سن، سابقه کار، تعداد ساعات کار در هفته، وزن، قد و BMI دیده نشد.

نتیجه گیری

با ارزیابی هایی که در صنعت مبیل سازی انجام شد، مشخص شد که اکثر وظایف کاری با پوسچر گردن و کمر و شانه خمیده انجام می شود و ایستگاه های کاری از لحاظ ارگونومیکی اغلب غیراستانداردند و قابل تنظیم نیستند. همچنین کارگران مجبور به ایستادن بیشتر از سی دقیقه و انجام دادن کارهای ایستاتیک اند. حمل مبیل و الوار و استمرار بر کار با دست و خمش به طرفین و استفاده از ابزارهای سنگین در ارتفاع بالای آرنج یا به صورت زانورده برای کارهایی چون رنگ کاری و رویه کوبی و ساخت کلاف مبیل و خمش دست ها و شانه ها به جلو در وظایفی چون منبت کاری و خیاطی، همه این فعالیت ها در درازمدت سبب ایجاد فشار مضاعف به ستون فقرات و شانه و ایجاد ناهنجاری های قامتی (کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه) می شود. در تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار اسپاس و آزمون آماری ANOVA، گروه های شغلی پنج گانه از لحاظ پوسچرها و وضعیت بدنی، سطح ریسک (RL) ارگونومی متفاوتی داشتند؛ به این صورت که طبق نمودار ۵، شاغلان رویه کوب بیشترین میانگین سطح ریسک ارگونومی و کلاف سازان کمترین میانگین سطح ریسک ارگونومی از لحاظ روش ارزیابی پوسچر REBA را داشتند (پایین = ۱، متوسط = ۲، زیاد = ۳ در نظر گرفته شد)؛ به این معنا که شرایط کاری و پوسچرهای نامناسب تری نسبت به دیگر گروه های شغلی داشتند که باید اصلاح شود. کیفوز، لوردوز و افتادگی شانه در بین شاغلان کلاف کار، منبت کار، خیاط، رنگ کار و رویه کوب مبیل مشابه بود. همچنین درون گروه های شغلی نیز مشابه بود و تفاوت معناداری مشاهده نشد. به عبارت دیگر ایجاد این ناهنجاری های قامتی بین و درون گروه های شغلی متفاوت نبود و در همه به یک میزان احتمال ایجاد این ناهنجاری ها وجود داشت ($P\text{-value} \geq 0.05$).

با توجه به نتایج این تحقیق، به ترتیب افتادگی شانه، لوردوز و کیفوز در کارگران ارزیابی شده این صنعت شیوع بالایی داشت. همچنین نتایج آزمون هم بستگی پیرسون نشان داد که متغیرهای سن، سابقه کار، تعداد ساعات کار در هفته و وزن نیز ارتباط معناداری با شیوع این ناهنجاری ها ندارند؛ اما لوردوز با BMI و قد شاغلان رابطه معنادار داشت (جدول ۴).

از محدودیت های این پژوهش می توان به این موارد اشاره کرد: تعدد کارگاه ها به دلیل کم بودن شاغلان آن ها؛ برخی از شاغلان که قصد اندازه گیری قامت آن ها را داشتیم، سابقه اشتغال در حرفه های دیگر نیز داشتند؛ اندازه گیری با خط کش منعطف محدودیت های

کیفوز ۱۲/۲ درصد به دست آمد. در تحقیقی که شیخ انصاری و همکاران (۲۰۲۳) روی پرستاران بیمارستان آموزشی شهر اهواز انجام دادند، شیوع کیفوز ۲۹/۶ درصد گزارش شد [۱۷] و نیز در تحقیق طلیم خانی و همکاران (۲۰۱۳) کیفوز در نیمی از پرستاران بروجردی گزارش شده بود [۱۸] که شیوع بیشتری نسبت به این مطالعه داشت. در مطالعه ای که زسیروویچ و همکاران (۲۰۱۷) روی دانش آموزان سن مدرسه انجام دادند، کیفوز شایع بود که یکی از دلایل پوسچرهای بد دانش آموزان گزارش شده بود [۱۹] و در این مطالعه نیز سطح ریسک ارگونومی با کیفوز ارتباط داشت ($P\text{-value} \leq 0.05$). در مطالعه ای که اسماعیلی و همکاران (۲۰۲۳) روی کارگران صنعت برق اصفهان انجام دادند [۲۰]، رابطه معناداری بین زاویه کیفوز و اختلالات اسکلتی عضلانی ناحیه کمر به دست آمد و با میانگین عدد ریسک ارگونومی ۲/۳ و شیوع کیفوز در این تحقیق همسو بود. وزن و BMI شاغلان این تحقیق همانند تحقیق ربیعی زاده و همکاران (۲۰۱۶)، که روی نوجوانان تهرانی انجام شده بود [۲۱]، پژوهش یوداس و همکاران (۲۰۰۶) درباره آثار وضعیت نامناسب بر اختلالات اسکلتی عضلانی مرتبط با کار در کارگران کارخانه اهرکشی در هند [۲۲] و تحقیق شیخ انصاری و همکاران روی پرستاران آموزشی شهر اهواز، ارتباط معناداری با کیفوز نداشتند. از لحاظ سن و ساعات کار در هفته نیز همسو با مطالعه شیخ انصاری و همکاران، ارتباط معناداری مشاهده نشد.

در این تحقیق که روی شاغلان مبیل سازی ملایر انجام شد، شیوع لوردوز ۵۰/۷ درصد به دست آمد. در تحقیق شیخ انصاری و همکاران (۲۰۲۳) شیوع لوردوز ۱۲/۲ درصد گزارش شد که شیوع کمتری نسبت به این تحقیق داشت و نیز در تحقیق طلیم خانی و همکاران (۲۰۱۳) نیمی از پرستاران بروجردی لوردوز داشتند، که تقریباً شیوع یکسانی با این مطالعه داشت. در مطالعه ای که میلجریدی و همکاران (۲۰۲۲) روی کارگران راه آهن ایران انجام دادند، لوردوز در کارگران فنی شیوع ۸۹ درصدی و در کارگران اداری شیوع ۸۳ درصدی داشت [۲۳] و شیوع در آن ها بیشتر از کارگران مبیل سازی در این تحقیق بود. در تحقیق کندان و همکاران (۲۰۱۹) روی کارگران کارخانه فندق، شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی در ناحیه کمر ۶۱/۴ درصد گزارش شد [۲۴]، که از شیوع ۵۰/۸ درصدی لوردوز در این تحقیق بیشتر بود. وزن و BMI در مطالعه ربیعی زاده و همکاران (۲۰۱۶) و یوداس و همکاران (۲۰۰۶) ارتباط معناداری با لوردوز نداشت، اما در این تحقیق، BMI با لوردوز ارتباط معنادار داشت؛ یعنی با وزن همسو بود، ولی با BMI همسو نبود. در مطالعه شیخ انصاری و همکاران (۲۰۲۳) لوردوز از لحاظ سن تفاوتی معنادار داشت، اما در این تحقیق، سن کارگران با لوردوز ارتباط نداشت. تعداد ساعات کار در هفته و وظیفه شغلی در این تحقیق ارتباط معناداری با لوردوز نداشت و همسو با تحقیق شیخ انصاری و همکاران بود. سطح ریسک ارگونومی نیز با لوردوز ارتباط داشت ($P\text{-value} \leq 0.05$).

در این تحقیق، شیوع افتادگی شانه ۸۲/۴ درصد بود. در مطالعه کندان و همکاران (۲۰۱۹) روی کارگران کارخانه فندق شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی در ناحیه شانه ۵۳/۶ درصد مشاهده شد و

مهدی روزبهانی و جناب دکتر محرم زنگنه و آقای امید زندی و همچنین کلیه کارفرمایان و کارگران شرکت‌کننده در این پژوهش کمال تشکر و قدردانی را دارم.

تضاد منافع

در نگارش این مقاله تضاد منافع وجود ندارد.

سهم نویسندگان

همه نویسندگان نام‌برده شده سهمی در نگارش این پژوهش دارند؛ به این صورت که جمع‌آوری داده‌ها و اندازه‌گیری‌ها و نگارش و تجزیه و تحلیل داده‌ها را هادی آئینی انجام داده و داده‌ها را آقای دکتر جوزی تفسیر کرده است.

ملاحظات اخلاقی

این تحقیق کد اخلاق به شماره IR.IAU.WT.REC.1402.008 را از کمیته اخلاق دانشگاه آزاد اسلامی گرفته است. از همه افراد شرکت‌کننده در پژوهش رضایت‌نامه کتبی گرفته شد.

حمایت مالی

در این پژوهش از هیچ ارگان دولتی و خصوصی منابع مالی دریافت نشده و این مطالعه با بودجه شخصی نویسنده اول (هادی آئینی) انجام شده است.

REFERENCES

- Genaidy A, Al-Shedi A, Shell R. Ergonomic risk assessment: preliminary guidelines for analysis of repetition, force and posture. *J Hum Ergol* (Tokyo). 1993; **22**(1):45-55. PMID: 8064150
- Aghalari Z, Hosseini SR, Ashrafi Amir H, Gholinia H, Rahimi D, Jafarian S. Evaluation of musculoskeletal disorders in the personnel of health centers in Babol, Iran. *Health and Development Journal*. 2019; **8**(3):258-66. DOI:10.22034/8.3.258
- Gholami M, Kavousi A, Saremi M. Identification and prioritization of the factors associated with musculoskeletal disorders in nurses at a specialized hospital. *Iran J Ergon*. 2016; **4**(2):44-51. DOI: 10.21859/joe-0402416
- Gandomi F, Zardushtian S. Relationship between workplace ergonomics and musculoskeletal pain, range of motion and spinal deformities in employees: A case study, Kermanshah oil refinery. *Occupational Medicine Quarterly Journal*. 2021; **12**(4):55-65. DOI:10.18502/tkj.v12i4.5877
- Zagayan R, Iyem C, Kurkuoglu A, Pelin C, Tekindal MA. The relationship between balance, muscles, and anthropomorphic features in young adults. *Anat Res Int*. 2012; **2012**(1):146063. PMID: 22567305 DOI: 10.1155/2012/146063
- Hasani M. Safety, a forgotten point in some furniture production workshops in Malayer city. *Second National Conference of Knowledge and Innovation in Wood and Paper Industry*. 2017. Link
- Rajabi R, samadi H. Testing corrective movements, 6th edition. *University of Tehran Press*. 2019. Link
- Kikha Moghadam A. Ergonomic evaluation methods, selection and application guide. *Fanavar Press*. 2011. Link
- Aarås A, Westgaard R, Strandén E. Postural angles as an indicator of postural load and muscular injury in occupational work situations. *Ergonomics*. 1988; **31**(6):915-933. PMID: 3168997 DOI: 10.1080/00140138808966731
- Hagberg M, Wegman D. Prevalence rates and odds ratios of shoulder-neck diseases in different occupational groups. *Br J Ind Med*. 1987; **44**(9):602-610. PMID: 3311128 DOI: 10.1136/oem.44.9.602
- De Wall M, Van Riel M, Snijders C, Van Wingerden J. The effect on sitting posture of a desk with a 10-degree inclination for reading and writing. *Ergonomics*. 1991; **34**(5):575-584. PMID: 1884711 DOI: 10.1080/00140139108967338

خاص خود را داشت و تعدادی از شرکت‌کنندگان در پژوهش به لمس بدن حساس بودند و همکاری ایدئالی نداشتند.

از پیشنهادهای اجرایی برای بهبود شرایط کاری شاغلین صنعت مبیل سازی ملایر می‌توان به طراحی ایستگاه‌های کاری ارگونومیک و اصلاح پوشش‌های نامناسب و همچنین ارائه‌ی برنامه‌ها آموزشی بیشتر در خصوص ارگونومی اشاره کرد. مدیریت ساعت کاری شاغلین و در نظر گرفتن وقفه‌های استراحت کاری و اجتناب از ساعات اضافه کاری نامتعارف توسط کارفرمایان و عدم حمل دستی بار و استفاده از تجهیزات مکانیکی همانند جرثقیل و بالابر برای پیشگیری از اختلالات اسکلتی عضلانی توصیه می‌شود. همچنین در ایجاد ناهنجاری‌های قامتی ذکر شده عوامل دیگری از قبیل سبک زندگی و وضعیت خواب شبانه و ... نیز می‌تواند تاثیر داشته باشد، که بایستی در تحقیقات آینده به آنها پرداخته شود.

تشکر و قدردانی

از همراهی همسر و فرزندم و مشاوره‌های خوب و سازنده همراهان جناب دکتر

- Guangyan L, Haslegrave CM, Corlett EN. Factors affecting posture for machine sewing tasks: the need for changes in sewing machine design. *Appl Ergon*. 1995; **26**(1):35-46. PMID: 15676999 DOI: 10.1016/0003-6870(94)00005-j
- Das B, Sengupta AK. Industrial workstation design: a systematic ergonomics approach. *Appl Ergon*. 1996; **27**(3):157-163. PMID: 15677055 DOI: 10.1016/0003-6870(96)00008-7
- Tüzün C, Yorulmaz I, Cindaş A, Vatan S. Low back pain and posture. *Clin Rheumatol*. 1999; **18**(4):308-312. PMID: 10468171 DOI: 10.1007/s100670050107
- Paquet VL, Punnett L, Buchholz B. Validity of fixed-interval observations for postural assessment in construction work. *Applied ergonomics*. 2001; **32**(3):215-24.
- Rahimifard H, Hashemi Nejad N, Choobineh AR, Heidari HR, Tabatabaei SHR. Evaluation of musculoskeletal disorders risk Factors in painting workshops of furniture Industry. *Qom Univ Med Sci J*. 2010; **4**(2):45-54. Link
- Sheikh Ansari M, Bijan Nejad D, Molavynnejad S, Fakoor M. Investigation of the prevalence of musculoskeletal disorders and some related factors among the nursing population of educational hospitals in Ahvaz, Iran. *Nurs Midwifery J*. 2023; **20**(12):964-972. DOI:10.52547/unmf.20.12.964
- Talimkhani A, Torkeman R, Mosallanezhad Z, Mirbaqeri S, Talebi Ghane E, Taghipour M. Relationship between Spinal postural abnormalities and quality of life in nurses. *Physical Treatments-Specific Physical Ther J*. 2013; **3**(1):67-73. Link
- Zečirović A, Bjelica B, Pajović L, Aksović N. Postural status and kyphosis in school-age children. *Int J Acad Health Med Res*. 2021; **5**(11):90-97. Link
- Esmaili F, Sheikhoseini R, Piri H, Gholami F. The relationship between working posture and musculoskeletal disorders among electrical industrial workers in Isfahan. *Sport Sci Health Res*. 2023; **15**(1):127-136. DOI:10.22059/sshr.2023.360897.1096
- Rabieezadeh A, Hovanloo F, Khaleghi M, Akbari H. The relationship of height, weight and body mass index with curvature of spine kyphosis and lordosis in 12-15-year-old male adolescents of Tehran. *Turkish J Sport Exercise*. 2016; **18**(3):42-46. Link
- Das B. Effects of awkward posture on work-related musculoskeletal disorders (WMSDs) among sawmill workers in India. *J Occup Health Epidemiol*. 2020; **9**(3):158-166. DOI:10.29252/johe.9.3.158

23. Milajerdi SR, Sokhanguei Y, Rahimi A, Milajerdi HR, Najafabadi MG, Akbarimehr H. A study of work-related postural and physical pain in Iranian railway employees. *J Pain Manag.* 2022; **15**(2):109-117. [Link](#)
24. Acaröz Candan S, Sahin UK, Akoğlu S. The investigation

of work-related musculoskeletal disorders among female workers in a hazelnut factory: Prevalence, working posture, work-related and psychosocial factors. *Int J Industrial Ergon.* 2019; **74**:102838. [DOI:10.1016/j.ergon.2019.102838](https://doi.org/10.1016/j.ergon.2019.102838)