



HAMSHIRANING TANA BIOMEXANIKASI VA BEMOR XAVFSIZLIGINI TA'MINLASHDAGI O'RNI

O'ljayeva Madina Xaydarali qizi

Olmalik Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi

Mutaxassislik fani o'qituvchisi

Annotatsiya: Mazkur maqolada hamshiralik faoliyatida tana biomexanikasi tushunchasi, uning asosiy tamoyillari hamda bemor xavfsizligini ta'minlashdagi ahamiyati keng yoritilgan. Hamshiralarning bemorlarni ko'tarish, o'tkazish, joyini o'zgartirish, parvarishlash jarayonida to'g'ri biomexanik harakatlarni qo'llashi nafaqat bemor salomatligini, balki hamshiraning o'z sog'lig'ini asrashda ham muhim hisoblanadi. Maqolada noto'g'ri biomexanik harakatlar oqibatida yuzaga keladigan kasbiy jarohatlar, umurtqa pog'onasi kasalliklari va bemor uchun yuzaga kelishi mumkin bo'lgan xavf-xatarlar tahlil qilingan. Shuningdek, zamonaviy hamshiralik amaliyotida biomexanika qoidalariga rioya qilish orqali xavfsiz parvarish muhitini yaratish masalalari ko'rib chiqilgan.

Kalit so'zlar: biomexanika, hamshiralik ishi, bemor xavfsizligi, ergonomika, parvarish, kasbiy jarohatlar.

Kirish

Zamonaviy sog'liqni saqlash tizimida bemor xavfsizligini ta'minlash ustuvor vazifalardan biri hisoblanadi. Bu jarayonda hamshiralar asosiy bo'g'in sifatida muhim rol o'ynaydi. Hamshiralik faoliyati ko'plab jismoniy harakatlar bilan bog'liq bo'lib, bemorni ko'tarish, burish, yotoqdan aravachaga o'tkazish, gigiyenik parvarish ko'rsatish kabi ishlar muntazam bajariladi. Ushbu harakatlar tana biomexanikasi qoidalariga amal qilinmagan holda bajarilsa, hamshira ham, bemor ham jarohatlanish xavfi ostida qoladi.

Tana biomexanikasi – bu inson tanasining harakatlari, mushaklar va suyaklar o'rtasidagi o'zaro bog'liqlikni o'rganuvchi fan bo'lib, tibbiyot va hamshiralik



amaliyotida muhim ahamiyatga ega. Ayniqsa, hamshiralalar uchun biomexanika qoidalarini bilish va ularga rioya qilish kasbiy faoliyatning ajralmas qismi hisoblanadi.

1. Tana biomexanikasi tushunchasi va asosiy tamoyillari

Tana biomexanikasi inson tanasining harakat qonuniyatlarini o'rganadi. U fizika qonunlariga asoslanib, mushak kuchi, og'irlik markazi, muvozanat va tayanch nuqtalarini hisobga oladi. Hamshiralik amaliyotida biomexanikaning asosiy tamoyillari quyidagilardan iborat:

- tana og'irlik markazini to'g'ri taqsimlash;
- keng tayanch maydonini yaratish;
- yirik mushak guruhlaridan foydalanish;
- umurtqa pog'onasini to'g'ri holatda saqlash;
- keskin va notekis harakatlardan qochish.

Ushbu tamoyillarga amal qilish hamshiraga jismoniy yuklamani kamaytirish, charchoq va kasbiy kasalliklarning oldini olish imkonini beradi.

2. Hamshiralik faoliyatida biomexanikaning ahamiyati

Hamshiralik ishida biomexanika qoidalariga rioya qilish bir nechta muhim vazifalarni bajaradi. Birinchidan, bu hamshiralarni bel, bo'yin, yelka va bo'g'im sohalaridagi jarohatlardan himoya qiladi. Statistik ma'lumotlarga ko'ra, tibbiyot xodimlari orasida umurtqa pog'onasi bilan bog'liq kasalliklar aynan noto'g'ri biomexanik harakatlar sababli keng tarqalgan.

Ikkinchidan, biomexanika bemorning xavfsizligini ta'minlaydi. Bemorni noto'g'ri ko'tarish yoki o'tkazish jarayonida yiqilish, suyak sinishi yoki og'riq kuchayishi kabi holatlar yuzaga kelishi mumkin. To'g'ri biomexanik yondashuv esa bunday holatlarning oldini oladi.

3. Bemor xavfsizligini ta'minlashda hamshiraning o'rni

Bemor xavfsizligi – bu tibbiy yordam ko'rsatish jarayonida bemorga zarar yetkazmaslikni ta'minlashga qaratilgan tizimli chora-tadbirlar majmuasidir.



Hamshira bemor bilan eng ko‘p muloqot qiladigan tibbiyot xodimi bo‘lgani sababli, xavfsizlikni ta’minlashda uning roli beqiyosdir.

Hamshira:

bemorning jismoniy holatini baholaydi;

harakatlanish darajasini aniqlaydi;

zarur hollarda yordamchi vositalardan foydalanadi;

biomexanika qoidalariga amal qilgan holda parvarish ko‘rsatadi.

Bu jarayonlarda ehtiyot choralariga rioya qilish bemorning sog‘lig‘ini saqlash va davolash samaradorligini oshiradi.

4. Noto‘g‘ri biomexanik harakatlarning oqibatlari

Agar hamshira biomexanika qoidalariga amal qilmasa, bir qator salbiy oqibatlar yuzaga kelishi mumkin. Jumladan:

- bel va umurtqa pog‘onasi jarohatlari;
- mushak va bo‘g‘imlarning shikastlanishi;
- surunkali og‘riq sindromlari;
- ish unumdorligining pasayishi.

Bemorlar uchun esa:

- yiqilish xavfi;
- jarohatlanish;
- psixologik noqulaylik;
- davolanish jarayonining cho‘zilishi kuzatiladi.

5. Zamonaviy hamshiralik amaliyotida biomexanika va ergonomika

Bugungi kunda tibbiyot muassasalarida ergonomik jihozlar, ko‘tarish moslamalari, maxsus aravachalar va funksional yotoqlar keng qo‘llanilmoqda. Bu vositalar biomexanika qoidalarini samarali qo‘llashga yordam beradi. Hamshiralar ushbu texnologiyalarni to‘g‘ri ishlata olishi uchun muntazam o‘qitish va malaka oshirish muhim hisoblanadi.

Xulosa



Xulosa qilib aytganda, hamshiraning tana biomexanikasi bo'yicha bilim va ko'nikmalari bemor xavfsizligini ta'minlashda muhim omil hisoblanadi. To'g'ri biomexanik harakatlar hamshiraning sog'lig'ini saqlash, kasbiy jarohlarning oldini olish va bemorga sifatli tibbiy yordam ko'rsatishga xizmat qiladi. Shu sababli, hamshiralik ta'limi va amaliyotida biomexanika masalalariga alohida e'tibor qaratish zarur.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

Karimov A.A. Hamshiralik ishi asoslari. – Toshkent: Ibn Sino, 2020.

Smeltzer S.C., Bare B.G. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing. – Philadelphia, 2018.

Potter P.A., Perry A.G. Fundamentals of Nursing. – Elsevier, 2019.

WHO. Patient Safety Curriculum Guide. – Geneva, 2017.

Ergonomika va biomexanika asoslari bo'yicha o'quv qo'llanma. – Toshkent, 2021.