

Liigutuste põhimõtted raskusi käsitsedes: mõistmaks tehnikaid, mida kasutavad hooldustöötajad tegelikes olukordades

Denys DENIS Ph.D.¹, André PLAMONDON², Marie St-VINCENT³, Maud GONELLA⁴,
Monique LORTIE⁵

¹IRSST, denis.denys@irsst.qc.ca

²IRSST, plamondon.andre@irsst.qc.ca

³IRSST, st-vincent.marie@irsst.qc.ca

⁴IRSST, gonella.maud@irsst.qc.ca

⁵UQAM, lortie.monique@uqam.ca

Corresponding author e-mail : denis.denys@irsst.qc.ca

Kokkuvõte

Eesmärgid

Meie uuringud näitavad, et hooldustöötajad – eriti kogunud – kasutavad erinevaid käsitemistehnikaid, kohandades neid vastavalt olukorrale. Siiski ei saa ükski töövahend kirjeldada neid tehnikaid asjakohaselt, nii et neist paremini aru saadaks. Meie uuringute eesmärk oli näha tegutsemisreegli kontseptsiooni alusel, kas on võimalik kindlaks teha muutumatuid põhimõtteid, mis juhivad hooldustöötajate liigutusi raskusi käsitsedes.

Meetodid

Käsitemise reeglid on ilmnunud, võrreldes analüütiliselt eri kontekstides ja eksperimentaallaboris tegutsevate hooldustöötajate (n = 105) kasutatavaid erinevaid hooldustehnikaid. Teine tasand, tulemuste analüüs, lubas võtta spetsiifilistes kontekstides kirjeldatud sama eesmärgiga tehnikaid, ja seostada neid tegutsemisreegliga.

Tulemused

Tehti kindlaks kaheksa tegutsemisreeglit (Tabel 1). Neid reegleid koos kasutatakse selleks, et kirjeldada hooldustöötajate kasutatavaid tehnikaid. Need reeglid ei anna täpseid juhiseid, kuidas käsitseda – nagu protseduur võiks ette näha –, vaid pigem esitlevad sihti, mis tuleks saavutada. Need reeglid on liigutuste loogika aluseks. Sõltuvast olukorrast ei saa vahel rakendada ühtesid reegleid, kuna eelistatakse teisi, ja need võiksid lõpuks sattuda omavahel vastuollu. Sellepärast on tegutsemisreeglid omavahel seotud: toimingut teostades on möödapääsmatu neid interpreteerida ja omavahel seostada.

Järeldused

Tegutsemisreeglid, tõelised liigutuste korralduspõhimõtted, on suurepäraseks abivahendiks, mõistmaks käelist aitamist. Need aitavad toimingut selgitada ja saavad suhtlemisvahenditeks – kas töökaaslaste vahel või suheldes koolitajaga –, hõlbustades vastastikust arusaamist. Need saavad hooldustöötajate tähestiku koodiks, ühiseks pidepunktiks. See on üks suuri eeliseid, kui tõstetakse reeglid tehnikatest tähtsamaks. Toiming on seotud kavatsusega reegli kaudu, mis lubab seda interpretatsiooni: reegel nõuab, et mõeldaks eesmärgist lähtuvatel tingimustel. Väiksemad elemendid on jagatud mitmete tehnikate vahel, mida saab taandada üksiku tegevusreegli alla. Tulemuseks on suurem üldistusjõud, mis lubab kõrvutada erinevaid ülesandeid või erinevaid tegevusvaldkondi – praeguses uurimistöös see puudub.

Tabel 1. Käelise abistamise kaheksa reeglit

Põhimõte	Märkus	Kirjeldus
1 Sirge rüht	Inimese selg on vormitud ja kohandatud töötama sirge rühiga.	Viitab parimale pingutuseks kohandatud selja asendile. On tähtis järgida selja loomulikke kumerusi, kaldumata liigselt ettepoole ja töötades sümmeetriliselt.
2 Kandami/keha vahemaa	Suurem vahemaa kandami ja keha vahel tähendab suuremat pingutust.	Alaselg on niigi koormatud märkimisväärse pingutusega, kandes ülakeha; nüüd on koormust suurendatud, ja mida kaugemal lisakoormat hoitakse, seda suurem koormus seljale langeb. Seepärast tuleb koormat hoida võimalikult keha lähedal.
3 Raskuse kandmine	Mida vähem aega kandamit hoitakse, seda väiksem on pingutus.	Kõige nõudlikum on faas, kus koormat kantakse täielikult: see tuleb taandada miinimumini.
4 Kandami kasutus	Koormat saab töös enda kasuks ära kasutada.	Eelistada tuleks tööd KOORMAGA, mitte selle VASTU, kasutades ära selle asendit ruumis või sisemisi võimalusi.
5 Keha tasakaal	Olla tasakaalus ja vältida ebameeldivaid üllatusi.	Tasakaalu mõjustab välise koorma lisamine, nagu ka põrandapind. Et tulla välja tasakaalu kaotusest või ettenägematust olikorrast, on tarvis äkilist ja järsku liigutust, mis on mittevajalik ja kahjulik ning mida tuleks seetõttu vältida.
6 Keha kasutus	Keha tuleb kasutada, et vähendada pingutust.	Keha saab käelisel aitamisel ära kasutada. Keha kasutus sisaldab esmalt ja ennekõike alajäsemete kasutust, mis teevad enamuse tööst.
7 Teisaldus ülestõstmisest kuni vabanemiseni	Abistaja peab valima, kuidas katta vahemaa ülestõstmisest vabanemiseni.	Kui kaua tuleb koormat kanda, sõltub ennekõike valitud trajektooriga koorma ülestõstmisest vabanemiseni. Tuleb valida kõige asjakohasem teisaldusviis.
8 Liigutuste rütm	Liikumise mudel ja kvaliteet	Selja pingele avaldavad mõju liigutuste kiirus ja sujuvus ning koorma kandmise aeg. Abistaja peab teadma, kuidas valida asjakohast rütmi ja vältida järsked liigutusi.