



Dentale ergonomie: comfortabel werken in de praktijk

Samenvatting

Werken in de tandheelkunde is fysiek belastend en klachten komen dan ook veelvuldig voor. In literatuur worden verschillende cijfers genoemd voor prevalentie van MSD's (musculoskeletale klachten), waarbij het percentage tussen 64% en 93% uitkomt (Hayes et al, 2009). De meest genoemde risicofactoren voor het ontstaan van MSD's in de tandheelkunde zijn het zetten van kracht, het maken van repeterende bewegingen en het hebben van ongunstige asymmetrische en statische houdingen. Verzwarende factoren zijn de vaak ongunstige positionering van de behandelaar, assistent en patiënt, het reiken naar materialen, werken met trillingen, geluid in diverse frequenties, (slechte) verlichting en stress (Morse et al, 2010). Alghadir et al. (2015) constateert dat 85% van de tandartsen pijnklachten heeft vlak na het starten van de loopbaan als tandarts. In diverse onderzoeken wordt aangegeven dat de meeste klachten voorkomen in de rug, gevolgd door het nek- en schoudergebied.

In deze training worden allereerst de meest voorkomende klachten besproken, met de betreffende risicofactoren. Vervolgens wordt de cursist op een praktische manier stap voor stap begeleid naar het innemen van een gezonde werkhouding en het werken met een goede werktechniek. Dit wordt door de hele training ondersteund met beeldmateriaal. Aan het einde van de module krijgt de cursist kort (onafhankelijk) advies over de zin en onzin van diverse hulpmiddelen.

Leerdoelen

Na het doen van deze cursus:

- Heeft u basiskennis van veel voorkomende klachten bij mondzorgverleners;
- Bent u zich bewust van uw werkhouding en – techniek;
- Kunt u ongunstig houdings- en bewegingsgedrag bij uzelf herkennen;
- Heeft u concrete informatie en kennis waarmee u kunt starten met werken in een gunstige houding en met goede techniek;
- Weet u over de voor- en nadelen van diverse hulpmiddelen en accessoires en heeft u handvatten die u kunt gebruiken bij de aankoop hiervan.