

Uwarunkowania stanu zdrowia i zachowań zdrowotnych rolników z dolegliwościami bólowymi narządu ruchu uczestniczących w turnusach rehabilitacyjnych

Streszczenie

Zdrowie jest dla człowieka najważniejszą wartością. Problematyka zdrowia i jego uwarunkowań jest niezmiennie aktualnym tematem we współczesnym świecie. Wynika to między innymi ze stałego i bardzo dynamicznie zmieniającego się stylu życia społeczeństwa, które nie zawsze wpływa pozytywnie na stan ludzkiego zdrowia.

Znaczną część polskiego społeczeństwa stanowią rolnicy, którzy ze względu na fizyczny charakter swojej pracy, są potencjalnie bardziej narażeni na różne schorzenia w tym dolegliwości bólowe narządu ruchu.

Przegląd piśmiennictwa przedmiotu pozwolił na zaobserwowanie, że przeważnie stawiana jest diagnoza stanu zdrowia i zachowań zdrowotnych przejawiająca się pytaniem „jak jest?”. Rzadziej spotyka się konkretne przykłady mogące stanowić podstawy do zmiany napotkanej sytuacji i odpowiedzi na pytanie „co zrobić, aby było lepiej?”, jednak przeważnie dotyczy to mieszkańców miast czy większych ośrodków. Nie spotkano natomiast licznych publikacji zajmujących się powyżej wskazanymi obszarami w odniesieniu do populacji rolników.

Celem pracy było określenie stanu zdrowia i zachowań zdrowotnych rolników z dolegliwościami bólowymi narządu ruchu uczestniczących w turnusach rehabilitacyjnych oraz wskazanie ich uwarunkowań. Ponadto, postanowiono zweryfikować potrzebę wprowadzenia konkretnych programów profilaktycznych w Ośrodkach Rehabilitacji Rolników dla badanej grupy społecznej.

Podmiot badań stanowiła grupa 1434 rolników uczestniczących w turnusach rehabilitacyjnych, spośród których do szczegółowej analizy zakwalifikowano 955 osób. Badania przeprowadzono w Centrum Rehabilitacji Rolników KRUS w Jedlcu w okresie jednego roku - od lutego 2013 do lutego 2014.

Zastosowaną metodą badawczą był sondaż diagnostyczny, realizowany techniką badań ankietowych. Głównym narzędziem badawczym był Międzynarodowy Kwestionariusz

Aktywności Fizycznej (IPAQ) w wersji krótkiej, poszerzony o pytania autorskie dotyczące stanu zdrowia, zachowań zdrowotnych oraz wskaźników społecznych i somatycznych.

Wyniki badań zobrazowały stan zdrowia i zachowania zdrowotne badanej grupy rolników. Analiza danych wskazała na wysoki poziom deklarowanej aktywności fizycznej oraz istotny problem z nadmierną masą ciała w tej grupie społecznej. Zaobserwowano, że osoby z wyższym wykształceniem, a także kobiety częściej prowadzą prozdrowotny styl życia. Najczęstszymi dolegliwościami wśród badanych rolników były dolegliwości bólowe kręgosłupa oraz kończyn dolnych.

Nie zaobserwowano zależności pomiędzy wybranymi zachowaniami zdrowotnymi, a dolegliwościami bólowymi narządu ruchu, a także typem choroby. Zaobserwowano natomiast, że są one czynnikiem warunkującym subiektywną ocenę stanu zdrowia.

Zarekomendowano wprowadzenie specjalnych programów profilaktycznych w Ośrodkach Rehabilitacji Rolników wzorowanych na przykład na niemieckiej szkole pleców ze szczególnym uwzględnieniem:

- a) nauki ćwiczeń profilaktycznych kręgosłupa podczas prac w gospodarstwie;
- b) sposobów oceny budowy własnego ciała;
- c) indywidualnego doboru diety połączonej z systematyczną aktywnością fizyczną.

Poznań, 31 stycznia 2017r.