

## Muscular Activity Assessment of Common Welding Postures in Welders of Gas Transmission Pipelines

Reza Tahmasebi<sup>1</sup>, Majid Motamedzade<sup>2</sup>, Sadaf Torkashvand<sup>3</sup>, Mehrdad Anbarian<sup>4,\*</sup>, Maryam Farhadian<sup>5</sup>

1. MSc Student, Department of Ergonomics, School of Public Health, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran
2. Professor, Department of Ergonomics, School of Public Health, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran
3. MSc Student, School of Health, Safety and Environment, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran
4. Professor, Department of Sport Biomechanics, Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Bu Ali Sina University, Hamadan, Iran
5. Assistant Professor, Department of Biostatistics, Modeling of Noncommunicable Diseases Research Center, School of Public Health, Hamadan University of Medical Sciences, Hamadan, Iran

---

### Article Info

---

#### Original Article

Received: 15 Jan 2018;  
Accepted: 19 May. 2018;  
Published Online 2018/05/19

DOI:

Use your device to scan  
and read the article online



---

### ABSTRACT

---

**Background:** Many workers, especially welders, have awkward postures during their working hours. Evaluating such kind of postures is done with the aim of corrective actions. Therefore, the present study was conducted to evaluate the activity of welder's muscles in common welding postures working on gas transmission pipelines.

**Methods:** This cross-sectional descriptive-analytical study was performed on 15 welders of the Iranian Gas Transmission Co. After the required analysis, three postures that were most used working on the gas transmission pipelines were identified to evaluate muscle activity. The surface electromyography (EMG) activity of the erector spinae, biceps femoris, vastus medialis, gastrocnemius medialis, gastrocnemius lateralis, tibialis anterior, rectus abdominis, abdominal internal oblique, abdominal external oblique, and semitendinosus muscles are evaluated in three postures. They are analyzed based on the maximum voluntary contraction (MVC).

**Results:** The results indicated that the mean of muscle activity in the kneeling posture is significantly lower than two other postures ( $P<0.001$ ). The mean activity of each muscle in different postures were compared and evaluated. The highest activity was related to the tibialis anterior, vastus medialis and biceps femoris. Abdominal muscles have the lowest activity.

**Conclusion:** The muscle activity of the welders in the evaluated postures was very high. Based on the findings of this study, the muscle activity was strongly affected by the type of posture and angle of the joints, so the muscles' activity in the kneeling posture was lower than the two other postures due to the suitable angle of joints and the direct transmission of body weight.

**Keywords:** Surface Electromyography, Posture, Welding, Muscle Activity

---

Copyright © 2018, Journal of Ergonomics. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-noncommercial 4.0 International License which permits copy and redistribute the material just in noncommercial usages, provided the original work is properly cited.

---

#### How to Cite This Article:

Tahmasebi R, Motamedzade M, Torkashvand S, Anbarian M, Farhadian M. Muscular Activity Assessment of Common Welding Postures in Welders of Gas Transmission Pipelines . J Ergon. 2018; 5 (4): 17-25



سایت تخصصی دانشجویان بهداشت حرفه ای

[www.ACGIH.ir](http://www.ACGIH.ir)

## مقاله پژوهشی

## ارزیابی فعالیت عضلات جوشکاران در پوسچرهای رایج جوشکاری در خطوط انتقال گاز

رضا طهماسبی<sup>۱</sup>، مجید معتمدزاده<sup>۲</sup>، صدف ترکاشوند<sup>۳</sup>، مهرداد عنبریان<sup>۴\*</sup>، مریم فرهادیان<sup>۵</sup>

- دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه ارگونومی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران  
 استاد، گروه ارگونومی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران  
 دانشجوی کارشناسی ارشد، دانشکده سلامت، اینمنی و محیط‌زیست، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران  
 استاد، گروه بیومکانیک ورزشی، دانشکده تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بولعلی سینا، همدان، ایران  
 استادیار، گروه آمار زیستی، دانشگاه علوم پزشکی همدان، همدان، ایران

## خلاصه

## اطلاعات مقاله

**زمینه و هدف:** بسیاری از کارگران از جمله جوشکاران، در طول نوبت‌کاری و هنگام کار پوسچرهای نامناسبی دارند، بررسی چنین پوسچرهایی به منظور انجام اقدامات اصلاحی اهمیت بسزایی دارد. از این رو مطالعه حاضر با هدف ارزیابی فعالیت عضلات جوشکاران در پوسچرهای رایج جوشکاری در خطوط انتقال گاز انجام شد.

دریافت: ۱۳۹۶/۱۰/۲۵

پذیرش: ۱۳۹۷/۰۲/۲۹

انتشار آنلاین: ۱۳۹۷/۰۲/۲۹

**روش کار:** این مطالعه مقطعی از نوع توصیفی - تحلیلی روی ۱۵ نفر از جوشکاران منطقه هفت عملیات انتقال گاز انجام شد. پس از انجام بررسی‌های لازم، سه پوسچر که بیشترین استفاده را در خطوط انتقال گاز داشتند، به منظور ارزیابی فعالیت عضلات شناسایی شد. فعالیت الکتروموگرافی سطحی عضلات راست کننده ستون مهره‌ای، دوسر رانی، پهن داخلی، دوقلوی داخلی، دوقلوی خارجی، درشتی قدمایی، راست شکمی، مایل داخلی شکم، مایل خارجی شکم و نیم وتری در سه پوسچر در این مطالعه ثبت و براساس حداکثر انقباض ارادی (MVC) تجزیه و تحلیل شد.

**یافته‌ها:** نتایج نشان داد که میانگین فعالیت عضلات در پوسچر زانوزده به صورت معناداری نسبت به دو پوسچر دیگر کمتر بود ( $P < 0.01$ ). مقایسه میانگین فعالیت هر عضله در پوسچرهای ارزیابی شده نشان داد که بیشترین فعالیت مربوط به عضلات درشتی قدمایی، پهن داخلی و دوسر رانی بود. عضلات شکم کمترین فعالیت را داشتند.

**نویسنده مسئول:**  
مهرداد عنبریان  
استاد، گروه بیومکانیک ورزشی، دانشکدة تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه بولعلی سینا، همدان، ایران

**پست الکترونیک:**  
mehrdadanbarian36@gmail.com

برای دانلود این مقاله، کد  
زیر را با موبایل خود اسکن  
کنید.



**نتیجه گیری:** فعالیت عضلات جوشکاران در پوسچرهای رایجی شده بسیار بالا بود. براساس یافته‌های این مطالعه، فعالیت عضلات بهشدت تحت تأثیر نوع پوسچر و زاویه مفاصل بود. بهطوری که فعالیت عضلات در پوسچر زانوزده با توجه به زاویه مناسب مفاصل و انتقال مستقیم نیروی وزن بدن نسبت به دو پوسچر دیگر کم بود.

**کلیدواژه‌ها:** الکتروموگرافی سطحی، پوسچر، جوشکاری، فعالیت عضله

## مقدمه

انجام شده در این زمینه نشان داده‌اند که رابطه نزدیکی بین پوسچر کاری و شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی وجود دارد، به‌گونه‌ای که پوسچر کاری نامناسب منجر به افزایش بروز این اختلالات می‌شود [۷]. وضعیت بدنی نامناسب می‌تواند منجر به تنفس مکانیکی موضعی در عضلات، رباطها و مفاصل شود که این امر سبب ناراحتی در قسمت‌های مختلف سیستم اسکلتی عضلانی می‌شود [۸]. مطالعاتی که روی پوسچرهای کاری و اختلالات اسکلتی عضلانی در بخش‌های مختلف بدن نامناسب، نشان داده‌اند که به عنوان مثال نگهداری طولانی مدت بازو در ارتفاع بالای شانه منجر به آسیب‌های شانه می‌شود. همچنین زانوزدن برای مدت زمان طولانی باعث

امروزه شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی میان کارگران صنایع مختلف زیاد است و این امر علاوه بر به خطر اندختن سلامت کارگران و هزینه‌های زیاد درمان، یکی از دلایل اصلی مرخصی استعلامی و از کارافتادگی کارگران در صنایع است [۴-۱]. مطالعات روی شناسایی عوامل ایجاد کننده این اختلالات در مشاغل مختلف نشان داده‌اند که ریسک فاکتورهای فیزیکی در محیط کار از جمله پوسچرهای کاری نامناسب، حرکات تکراری، اعمال نیروی شدید و ارتعاش، از عوامل اصلی ایجاد کننده این اختلالات هستند [۵,۶]. پوسچر کاری تأثیر چشمگیری بر کارایی و عملکرد کارگران دارد و به‌طور مستقیم با سلامتی آنها در ارتباط است. تحقیقات

الکترومیوگرافی یکی از روش‌هایی است که به گستردگی در مطالعات ارگونومیک استفاده می‌شود [۱۶]. این روش، اغلب برای تجزیه و تحلیل عملکرد عضلات در طول انجام یک وظیفه خاص استفاده می‌شود و در آن عملکرد عضلات براساس آنالیز سیگنال‌های الکتریکی حاصل از انقباض‌های عضلانی مطالعه می‌شود [۱۷، ۱۸].

با توجه به اهمیت کار جوشکاران در خطوط انتقال گاز و لزوم فراهم کردن شرایط کاری مناسب برای آنان، شناسایی و ارزیابی پوسچرهای کاری جوشکاران به منظور انجام اقدامات اصلاحی و بهبود شرایط کاری اهمیت بسزایی دارد. متاسفانه مطالعات اندکی در این زمینه انجام شده است و اغلب مطالعات انجام شده نیز به صورت پرسش‌نامه‌ای بوده که اطلاعات کلی درباره پوسچرهای کاری ارایه داده‌اند. پس مطالعه حاضر با هدف شناسایی پوسچرهای رایج جوشکاری در خطوط انتقال گاز و ارزیابی فعالیت عضلات جوشکاران در پوسچرهای شناسایی شده با استفاده از الکترومیوگرافی انجام شد.

## روش کار آزمودنی‌ها

این مطالعه مقطعی از نوع توصیفی - تحلیلی روی جوشکاران منطقه هفت عملیات انتقال گاز انجام شد. نمونه آماری این مطالعه شامل ۱۵ نفر (مرد) جوشکار با حداقل ۲ سال سابقه کار با محدوده سنی بین ۲۹ تا ۴۳ سال (میانگین سن ۳۸/۹ و انحراف استاندارد ۴/۷ سال) بودند که به روش نمونه گیری آسان یا در دسترس انتخاب شدند. شرکت‌کنندگان در آزمون هیچ‌گونه سابقه بیماری یا اختلالات اسکلتی عضلانی در قسمت کمر و اندام‌های تحتانی نداشتند. این مطالعه با تأیید مرکز پژوهش شرکت انتقال گاز و با کسب رضایت‌نامه کتبی از افراد شرکت‌کننده در آزمون، انجام شد. اطلاعات دموگرافیک افراد شرکت‌کننده در مطالعه در جدول ۱ آرائه شده است.

آسیب در زانو شده و خم کردن و چرخاندن تنہ یکی از دلایل اصلی کمردرد شناخته شده است [۹، ۱۰]. پوسچر نامناسب با تأثیر بر فعالیت عضلات به منظور حفظ وضعیت بدنی منجر به افزایش بیش از حد فعالیت آنها شده و این امر سبب آسیب و دردهای اسکلتی - عضلانی می‌شود [۱۱].

بسیاری از آسیب‌های ناشی از جوشکاری به‌خاطر پایین بودن سطح فرایندهای اتوماسیونی و نیاز به تلاش بدنی مداوم از سوی اپراتورها رخ می‌دهد. اغلب وظایف و روش‌های جوشکاری نیازمند انواع حرکات خم شدن، کشش و ایستادن مداوم هستند [۱۲]. در فرایند جوشکاری عوامل ایجاد کننده اختلالات اسکلتی عضلانی نظری و وضعیت‌های بدنی نامناسب و حرکات تکراری به‌وفور مشاهده می‌شود. مطالعات انجام شده نشان داده‌اند که شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی اندام فوقانی، در این حرفه بسیار زیاد است [۱۳]. جوشکاران به منظور انجام فرایند جوش و دیدن محل جوش مجبورند برای مدت زمان طولانی در وضعیت بدنی نامطلوبی قرار بگیرند. در بررسی‌های انجام شده مشخص شده است که جوشکاران، اکثر موقع، در حال کار کردن در حالت نشسته و با تنہ خم شده به سمت جلو هستند [۱۴]. همچنین مشخص شد که یکی از عوامل اصلی کمردرد بین جوشکاران، بلند کردن اجسام سنگین با نیروی زیاد و بار کاری زیاد در این شغل است [۱۵]. جوشکارانی که در خطوط انتقال صنایع نفت و گاز مشغول به کار هستند با توجه به شرایط کاری، مجبور به جوشکاری در ارتفاع پایین و نزدیک سطح زمین هستند که این امر سبب می‌شود در هنگام کار، پوسچرهای نامناسبی داشته باشند. از جمله پوسچرهایی که جوشکاران برای کار در ارتفاع پایین تر از کمر استفاده می‌کنند، پوسچرها که بیشتر به دلیل کمبود فضا یا زانوزده است. این پوسچرها که شوند در صنایع دیگر از جمله صنایع کشتی‌سازی، خطوط مونتاژ خودرو، مزارع، تعمیرات ماشین و صنایع پتروشیمی نیز یافت می‌شوند. در ارگونومی روش‌های مختلفی برای ارزیابی پوسچرهای کاری وجود دارد.

جدول ۱. اطلاعات دموگرافیک افراد شرکت‌کننده در مطالعه

متغیر	دامتنه	حداقل	حداکثر	میانگین	انحراف استاندارد
سن	۱۴	۲۹	۴۳	۳۸/۹۳	۴/۷۱
وزن	۱۸	۶۹	۸۷	۷۶	۵/۸۴
قد	۱۳	۱۶۸	۱۸۱	۱۷۵	۴/۲۷
سابقه کار	۱۷	۲	۱۹	۷/۸۶	۵/۱۵
مدت زمان کار روزانه	۴	۸	۱۲	۹	۱/۰۶

سطحی با استفاده از سیستم ۱۶ کاناله ME6000 ساخت کشور فنلاند با مبدل ۱۴ بیتی A/D و نسبت سیگنال به نویز ۱۱۰ دسیبل و با فرکانس نمونه‌گیری 1000HZ جمع‌آوری شد. در این مطالعه از الکترودهای Ag/AgCl حاوی ژل و چسب رسانا با قطر ۱ سانتی‌متر و در آرایش دوقطبی (دو الکترود ثابت‌کننده سیگنال و یک الکترود زمین) استفاده شد. داده‌ها ابتدا به طور مستقیم از الکترودهای سطحی به گیرندهای انتقال می‌یافت که در نزدیکی فرد قرار داشت، سپس از راه ارتباط بی‌سیم به کامپیوتر منتقل می‌شد. به منظور کاهش امپدانس پوست - الکترود، پس از آماده کردن پوست (تراسیدن مو، مالش پوست با پنبه آغشته به الکل) مطابق دستورالعمل SENIAM محل دقیق نصب الکترودها برای کسب سیگنال‌های قوی‌تر و باکیفیت بهتر مشخص شد [۲۱].

از آنجا که مقادیر اولیه RMS(Root Main Square) عضلانی براساس نوع عضلات متفاوت بود، برای مقایسه فعالیت عضلات با یکدیگر نرمال‌سازی داده‌ها انجام شد. برای نرمال‌سازی مقادیر RMS، از مقادیر حداقل انقباض ارادی (MVC) عضلات استفاده شد. برای انجام این آزمون از حرکات مختلفی برای ایجاد حداقل انقباض استفاده شد. به عنوان مثال برای عضلات دوقلو، آزمودنی حرکت پلانتار فکشن را در حالت نشسته روی صندلی با میچ پا در زاویه ۹۰ درجه در برابر مقاومت ثابت انجام داد، برای عضلات شکم از آزمودنی خواسته شد که روی زمین دراز بکشد و حرکت دراز نشست را در جهات مختلف انجام دهد و همزمان فرد دیگری به منظور ایجاد مقاومت، با اعمال نیرو، از انجام حرکت ممانعت می‌کرد و برای عضله کمر نیز از آزمودنی خواسته شد که روی زمین به شکم دراز بکشد و در حالی که پاهایش فیکس شده بود تنہ خود را به بالا حرکت دهد (اکستنشن تنہ)، همزمان برای ایجاد مقاومت با اعمال نیرو از حرکت تنہ فرد ممانعت می‌شد. پس از آموزش نحوه انقباض هر عضله به فرد، از وی خواسته شد تا به صورت آهسته افزایش نیرو را آغاز کرده و در مدت ۳ تا ۵ ثانیه آن را به حداقل مقدار خود برساند و به مدت ۳ ثانیه در همان وضعیت نگه دارد. ثبت حداقل انقباض ارادی در این ۳ ثانیه انجام می‌شد. این پروسه بعد از پنج دقیقه استراحت، دو تا سه بار تکرار شد و بهترین انقباض برای انجام نرمال‌سازی استفاده شد.

### پوسچرهای ارزیابی شده

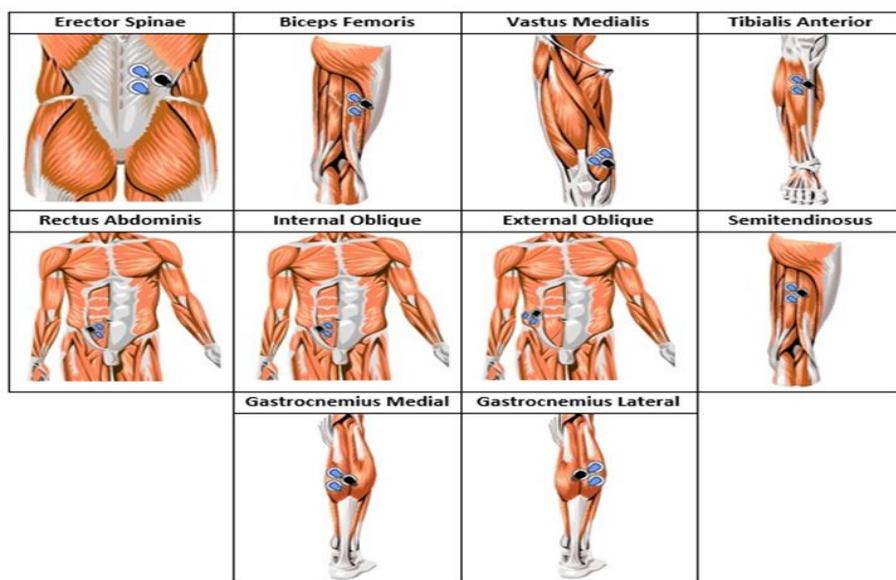
با بررسی فرایند جوشکاری در خطوط انتقال گاز، مصاحبه با جوشکاران و همچنین بررسی عکس‌ها و فیلم‌های تهیه شده از آنها هنگام جوشکاری در مناطق عملیاتی، پوسچرهای غالبی که جوشکاران هنگام کار داشتند شناسایی شد. این پوسچرها شامل سه پوسچر تنۀ خمیده به سمت جلو (تنۀ با زاویه ۹۰ درجه نسبت به محور عمودی بدن)، پوسچر نیمه زانوزده (زاویه فلکشن زانو ۱۲۰ درجه) و پوسچر زانوزده (هر دو زانوی فرد روی زمین قرار دارد و تنۀ بدون زاویه نسبت به محور عمودی بدن) بودند. پوسچرهای ارزیابی شده در مطالعه، در شکل ۱ نشان داده شده است.



شکل ۱. پوسچرهای ارزیابی شده در مطالعه

### طراحی مطالعه

ابتدا به شرکت‌کنندگان در آزمایش (جوشکاران شرکت گاز) شرح مختصری درباره هدف از مطالعه، روش‌ها و فرایند آزمایش ارائه شد. سپس تجهیزات آزمایش و پوسچرهای ارزیابی شده معرفی شدند. پس از آماده‌شدن آزمودنی‌ها برای آزمایش، الکترودها براساس دستورالعمل SENIAM [۱۹] مطابق با شکل ۲، روی عضلات ارزیابی شده بهمنظور ثبت فعالیت عضلات در سه پوسچر بررسی شده نصب شدند. مدت زمان در نظر گرفته شده برای ارزیابی هر پوسچر ۱ دقیقه بود. برای جلوگیری از خستگی عضلات بعد از ارزیابی هر پوسچر، برای فرد استراحت ۱۵ دقیقه‌ای در نظر گرفته شد. عضلات درگیر در پوسچرهای ارزیابی شده با توجه به بررسی‌های انجام شده و مطالعات قبلی تعیین شد [۲۰] که شامل عضلات راست‌کننده ستون مهره‌ای (ارکتواسپین)، دوسر رانی، پهن داخلی، دوقلوی داخلی، دوقلوی خارجی، درشت‌نی قدامی، راست شکمی، مایل داخلی شکم، مایل خارجی شکم و نیم وتری بودند. سیگنال‌های الکترومیوگرافی



شکل ۲. محل نصب الکترودها مطابق دستورالعمل SENIAM

نشان داد که پنج عضله (مایل خارجی شکم، مایل داخلی شکم، راست کننده ستون مهره‌ای، پهن داخلی و دوسر رانی) در پوسچر نیمه زانوزده نسبت به دو پوسچر دیگر فعالیت بیشتری داشتند ( $P < 0.001$ ). چهار عضله (نیم وتری، درشت نی قدمی، دوقلوی داخلی و خارجی) نیز در پوسچر تنۀ خمیده بیشترین فعالیت را داشتند ( $P < 0.001$ ). در بررسی فعالیت عضله راست شکمی تفاوت معناداری بین سه پوسچر مشاهده نشد.

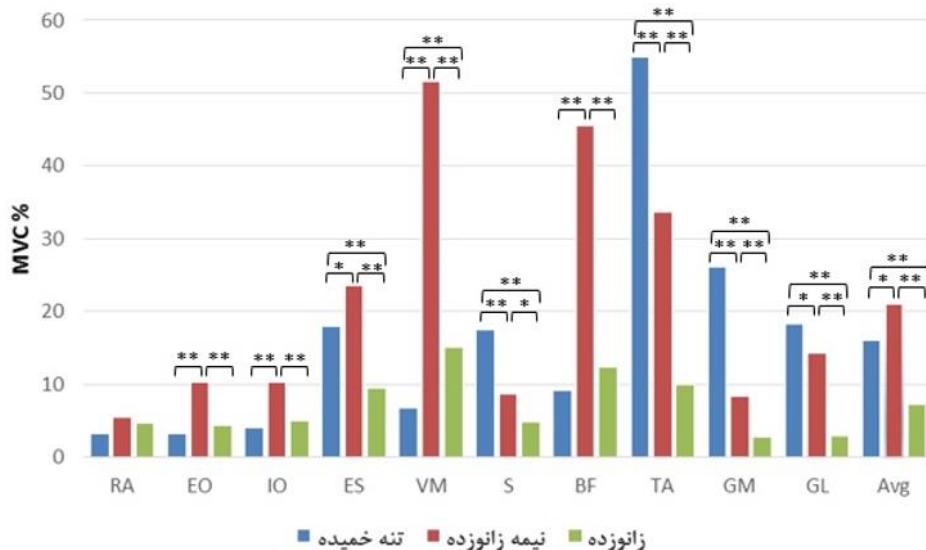
در پوسچر تنۀ خمیده، عضلات درشت‌نی قدمی با میانگین فعالیت ۵۵ درصد و دوقلوی داخلی با میانگین ۲۶/۲ درصد و در پوسچر نیمه زانوزده، عضله پهن داخلی با میانگین فعالیت ۵۱/۶ درصد، عضله دوسر رانی با ۴۵/۵ درصد، عضله درشت‌نی قدمی با ۳۳/۷ درصد و عضله راست کننده ستون مهره‌ای با ۲۳/۵ درصد بیشترین فعالیت را داشتند. مقایسه معناداری فعالیت عضلات بین پوسچرهای نشان داد که میانگین فعالیت عضلات در پوسچر نیمه زانوزده به صورت معناداری نسبت به دو پوسچر دیگر بالاتر بود ( $P < 0.001$ ). در پوسچر زانوزده، پنج عضله شامل عضلات راست کننده ستون مهره‌ای، نیم وتری، درشت‌نی قدمی، دوقلوی داخلی و دوقلوی خارجی نسبت به دو پوسچر دیگر فعالیت کمتری داشتند ( $P < 0.001$ ).

### تجزیه و تحلیل داده‌ها

شاخص الکتروموگرافی استفاده شده در این مطالعه، نسبت RMS/MVC بود. برای نرمال‌سازی اطلاعات خام به دست آمده از الکترودهای سطحی، از نرم‌افزار Mega Win 3.0.1 و فیلتر میان‌گذر ۱۰ تا ۴۵۰ هرتز استفاده شد. برای تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها، نرم‌افزار SPSS22 و روش آماری توصیفی و استنباطی استفاده شد. از آمار توصیفی برای تعیین میانگین، انحراف معيار و در بخش آمار استنباطی از آزمون آنالیز واریانس ANOVA استفاده شد. در تمام آنالیزها سطح معنی‌داری کمتر از ۰/۰۵ در نظر گرفته شد.

### یافته‌ها

داده‌های حاصل از فعالیت عضلات افراد شرکت‌کننده در آزمایش در سه پوسچر ارزیابی و جمع‌آوری شده و پس از نرمال‌سازی، بر حسب شاخص %MVC تجزیه و تحلیل شد. نتایج حاصل از تجزیه و تحلیل داده‌ها در شکل ۳ نشان داده شده است. همان‌گونه که ملاحظه می‌شود، در بین پوسچرهای بررسی شده، بیشترین میانگین فعالیت عضلات مربوط به وضعیت نیمه زانوزده با میانگین فعالیت ۲۱/۱ درصد و کمترین فعالیت عضلات مربوط به پوسچر زانوزده با میانگین فعالیت ۷/۳ درصد بود. نتایج بررسی فعالیت عضلات



شکل ۳. مقایسه میانگین فعالیت عضلات بررسی شده در پوسچرهای مختلف براساس شاخص  $MVC\%$   
اختصارات: RA: عضله راست شکمی؛ EO: عضله مایل خارجی شکم؛ IO: عضله مایل داخلی شکم؛ ES: عضله راست کننده ستون مهره‌ای؛ VM: عضله پهن داخلی؛ S: عضله نیم وتری؛ BF: عضله درشت‌تنی قدامی؛ TA: عضله دوسروزانی؛ GM: عضله دوقلوی داخلی؛ GL: عضله دوقلوی خارجی.  
سطح معناداری کمتر از  $0.05$  با (\*) و کمتر از  $0.01$  با (\*\*) نشان داده شده است.

عضلات در حفظ تعادل در پوسچرهای بررسی شده و همچنین زاویه مفاصل زانو و ران اشاره کرد. در این پوسچرهای عضلات شکم با توجه به نوع پوسچر نسبت به سایر عضلات فعالیت کمتری داشتند. از بین سه پوسچر ارزیابی شده، میانگین فعالیت عضلات در پوسچر زانوزده به طور معناداری نسبت به دو پوسچر دیگر کمتر بود. در این پوسچر با توجه به قرارگیری فرد در وضعیت زانوزده و زاویه مناسب مفصل ران، همچنین انتقال مستقیم نیروی وزن بدن، عضلات بررسی شده، فعالیت کمتری داشتند ولی باید به این نکته توجه داشت که براساس مطالعات انجام شده قرارگیری زانوها روی زمین و انتقال نیروی وزن بدن به وسیله زانوها باعث ایجاد آسیب در زانوها می‌شود [۲۵، ۲۶]. از این‌رو در چنین پوسچرهایی، استفاده از زانوبندهای مناسب یا پدهای نرم، زیر زانو توصیه می‌شود [۲۷].

براساس مطالعات اختلالاتی که پوسچرهای نامناسبِ حین کار، در ارتفاع پایین و نزدیک سطح زمین در پی‌دارند، تحت تأثیر زاویه مفاصل فرد، فشار وارد بر عضلات و مدت زمان فعالیت فرد است [۲۸]. در بسیاری از مشاغل از جمله جوشکاری با توجه به ماهیت کار، پوسچرهای تنہ خمیده و زانوزده رایج بوده که چنین پوسچرهایی برای طولانی مدت و بدون هرگونه حمایت‌کننده باعث اختلالات اسکلتی عضلانی می‌شود. همچنین مطالعات نشان داده‌اند که خم

## بحث

این مطالعه با هدف شناسایی پوسچرهای رایج جوشکاری در خطوط انتقال گاز و ارزیابی فعالیت عضلات جوشکاران در پوسچرهای شناسایی شده انجام شد. با توجه به متغیربودن ارتفاع جوشکاری در خطوط انتقال گاز، جوشکاران هنگام کار از پوسچرهای مختلفی استفاده می‌کردند. پس از انجام بررسی‌های لازم سه پوسچر (تنه خمیده، نیمه زانوزده و زانوزده) شناسایی شدند که بیشترین استفاده را داشتند. جوشکاران از این سه پوسچر به صورت ترکیبی در طول جوشکاری استفاده می‌کردند. نتایج ارزیابی فعالیت عضلات در پوسچرهای شناسایی شده در محیط آزمایشگاهی نشان داد که برخی عضلات فعلیت بالای ۵۰ درصد داشتند که این امر در طولانی مدت منجر به بروز اختلالات اسکلتی عضلانی و از کارافتادگی کارگران می‌شود [۲۲]. مطالعات نشان داده‌اند که شیوع اختلالات اسکلتی عضلانی میان جوشکاران، بالا بوده و علت اصلی آن پوسچر نامناسب جوشکاران هنگام جوشکاری گزارش شده است [۲۳، ۲۴]. در این مطالعه ارزیابی میانگین فعالیت عضلات جوشکاران در سه پوسچر شناسایی شده نشان داد که عضلات درشت‌تنی قدامی، پهن داخلی، دوسر رانی و راست‌کننده ستون مهره‌ای نسبت به سایر عضلات بررسی شده، فعالیت بیشتری داشتند که از دلایل این امر می‌توان به تغییر مرکز ثقل بدن و نقش این

## نتیجه‌گیری

در بررسی فرایند جوشکاری در خطوط انتقال گاز، سه پوسچر تنہ خمیده، نیمه زانوزده و زانوزده به عنوان پوسچرهای رایج جوشکاری شناسایی شدند. نتایج ارزیابی پوسچرهای شناسایی شده به وسیله الکترومیوگرافی نشان داد که برخی عضلات جوشکاران تحت تاثیر نوع پوسچر، فعالیت بسیار شدیدی داشتند. در پوسچر زانوزده با توجه به زاویه مناسب مفاصل و انتقال مستقیم نیروی وزن بدن، فعالیت عضلات به طور معناداری نسبت به دو پوسچر دیگر پایین بود. بین عضلات بررسی شده در هر سه پوسچر، عضلات شکم نسبت به سایر عضلات فعالیت کمتری داشتند. براساس نتایج این مطالعه، پوسچرهای ارزیابی شده منجر به فعالیت شدید عضلات پایین تنہ می‌شود. بین پوسچرهای ارزیابی شده، پوسچر زانوزده، بار کمتری نسبت به سایر پوسچرها بر عضلات وارد می‌کرد ولی با توجه به شرایط جوشکاری در خطوط انتقال گاز که نیازمند جوشکاری در ارتفاع متغیر بین سطح زمین تا ارتفاع سینه است، پوسچر زانوزده به تنها بی انجام دسترسی لازم را برای جوشکاران فراهم نمی‌کند و نیاز به ابزاری برای حمایت جوشکار در پوسچرهای مختلف و ارتفاعات متغیر است. یافته‌های مطالعه حاضر می‌تواند به انجام مداخلات مناسب از قبیل طراحی صندلی یا حمایت‌کننده مناسب بهمنظور کاهش فعالیت عضلات و جلوگیری از بروز اختلالات اسکلتی عضلانی کمک کند. با این وجود باید به محدودیت‌های این مطالعه هم توجه داشت. اول اینکه، پوسچرهایی که در این مطالعه بررسی شده‌اند، پوسچرهای پرکاربرد هنگام جوشکاری در خطوط انتقال گاز در ارتفاع پایین بودند. با این حال جوشکاران از پوسچرهای دیگری نیز هنگام کار استفاده می‌کردند که با توجه به حساسیت کار آنان نیازمند تحقیقات بیشتر در این زمینه و بررسی پوسچرهای بیشتر است. در این مطالعه با توجه به پوسچرهای بررسی شده، فعالیت عضلات اندام‌های تحتنی ارزیابی شد. با توجه به درگیری‌بودن عضلات اندام‌های فوقانی هنگام جوشکاری، در مطالعات آینده می‌توان به ارزیابی فعالیت این عضلات پرداخت. علاوه بر این، در بررسی‌های انجام شده، فعالیت عضلات بر حسب شاخص MVC ارزیابی شده و خستگی عضلانی با توجه به محدودیت‌های پروژه بررسی شد. از این رو بررسی خستگی عضلانی در پوسچرهای ارزیابی شده می‌تواند در مطالعات آینده مدنظر قرار گیرد.

## تقدیر و تشکر

این مقاله برگفته از پایان‌نامه کارشناسی ارشد ارگونومی با شماره مصوب ۹۴۰۹۲۴۵۱۸۱ در دانشگاه علوم پزشکی همدان است. نویسنده‌گان بدین‌وسیله مراتب تقدیر و تشکر خود را از بخش HSE منطقه هفت عملیات انتقال گاز به خصوص آفیایان مهندس مهدی علیزاده و مهندس صادق افشور که ما را در انجام این پروژه باری کردند، اعلام می‌کنند. همچنین از جوشکاران این شرکت که در گردآوری داده‌ها همکاری داشتند، کمال تقدیر و تشکر را داریم.

## تعارض منافع

بین نویسنده‌گان هیچ‌گونه تعارضی در منافع وجود ندارد.

## References

1. da Costa BR, Vieira ER. Risk factors for work-related musculoskeletal disorders: a systematic review of recent longitudinal studies. *Am J Ind Med.* 2010;53(3):285-323. PMID:[19753591](#)
2. Aghilinejad M, Choobineh A, Sadeghi Z, Nouri MK, Bahrami Ahmadi A. Prevalence of musculoskeletal disorders among Iranian steel workers. *Iran Red Crescent Med J.* 2012;14(4):198-203. PMID:[22754681](#) PMCID:PMC3385797
3. Widanarko B, Legg S, Stevenson M, Devereux J, Eng A, Cheng S, et al. Prevalence of musculoskeletal symptoms in relation to gender, age, and occupational/industrial group. *Int J Ind Ergon.* 2011;41(5):561-72. <https://doi.org/10.1016/j.ergon.2011.06.002>
4. Motamedzadeh M, Golmohammadi R, Faradmal J, Mohammadi H, Gargaz A. The investigation of relationship between pain and sick leave in an automobile manufacturing company. *Iran Occupational Health.* 2014;11(4):56-66.
5. Motamedzadeh M, Faghih MA, Golmohammadi R, Faradmal J, Mohammadi H. Effects of physical and personal risk factors on sick leave due to musculoskeletal disorders. *Int J Occup Saf Ergon.* 2013;19(4):513-21. <https://doi.org/10.1080/10803548.2013.1107012> PMID:[24321630](#)
6. Kirkhorn SR, Earle-Richardson G, Banks R. Ergonomic risks and musculoskeletal disorders in production agriculture: recommendations for effective research to practice. *J Agromedicine.* 2010;15(3):281-99. <https://doi.org/10.1080/1059924X.2010.488618> PMID:[20665313](#)
7. Widanarko B, Legg S, Devereux J, Stevenson M. The combined effect of physical, psychosocial/organisational and/or environmental risk factors on the presence of work-related musculoskeletal symptoms and its consequences. *Appl Ergon.* 2014;45(6):1610-21. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2014.05.018> PMID:[24934982](#)
8. Reid CR, Bush PM, Karwowski W, Durrani SK. Occupational postural activity and lower extremity discomfort: A review. *Int J Ind Ergon.* 2010;40(3):247-56. <https://doi.org/10.1016/j.ergon.2010.01.003>
9. Van Rijn RM, Huisstede BM, Koes BW, Burdorf A. Associations between work-related factors and specific disorders of the shoulder—a systematic review of the literature. *Scand J Work Environ Health.* 2010;189-201. <https://doi.org/10.5271/sjweh.2895> PMID:[20094690](#)
10. Meucci RD, Fassa AG, Paniz VM, Silva MC, Wegman DH. Increase of chronic low back pain prevalence in a medium-sized city of southern Brazil. *BMC Musculoskelet Disord.* 2013;14(1):155. <https://doi.org/10.1186/1471-2474-14-155> PMID:[23634830](#) PMCID:PMC3651714
11. Finneran A, O'Sullivan L. Effects of grip type and wrist posture on forearm EMG activity, endurance time and movement accuracy. *Int J Ind Ergon.* 2013;43(1):91-9. <https://doi.org/10.1016/j.ergon.2012.11.012>
12. Francisco C, Edwin T. Implementation of an ergonomics program for the welding department inside a car assembly company. *Work.* 2012;41(S1):1618-21. PMID:[22316946](#)
13. Soltani R, Dehghani Y, SADEGHI NH, Falahati M, Zokai M. The welders posture assessment by OWAS technique. *J Shaheed Sadoughi Univ Med Sci.* 2011;3(1):34-9.
14. Tayefe Rahimian J, Choobineh A, Dehghan N, Tayefe Rahimian R, Kolahi H, Abbasi M et al . Ergonomic Evaluation of Exposure to Musculoskeletal Disorders Risk Factors in Welders. *J Ergon.* 2014;1(3):18-26.
15. Vieira E, Kumar S. Occupational risks factors identified and interventions suggested by welders and computer numeric control workers to control low back disorders in two steel companies. *Int J Ind Ergon.* 2007;37(6):553-61. <https://doi.org/10.1016/j.ergon.2007.03.001>
16. Kumar S. Electromyography in ergonomics. New York: Routledge; 2017.
17. Strasser H. Electromyography of upper extremity muscles and ergonomic applications. *Electromyography in ergonomics.* New York: Routledge; 2017. p. 183-226.
18. Ellegast RP, Kraft K, Groenesteijn L, Krause F, Berger H, Vink P. Comparison of four specific dynamic office chairs with a conventional office chair: impact upon muscle activation, physical activity and posture. *Appl Ergon.* 2012;43(2):296-307. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2011.06.005> PMID:[21714953](#)
19. Hermens HJ, Freriks B, Disselhorst-Klug C, Rau G. Development of recommendations for SEMG sensors and sensor placement procedures. *J Electromyogr Kinesiol.* 2000;10(5):361-74.

- [https://doi.org/10.1016/S1050-6411\(00\)00027-4](https://doi.org/10.1016/S1050-6411(00)00027-4)
20. Jung M-C, Park D, Lee S-J, Lee K-S, Kim D-M, Kong Y-K. The effects of knee angles on subjective discomfort ratings, heart rates, and muscle fatigue of lower extremities in static-sustaining tasks. *Appl Ergon.* 2010;42(1):184-92.  
<https://doi.org/10.1016/j.apergo.2010.07.004>  
PMID:[20723884](#)
21. Perotto AO. Anatomical guide for the electromyographer: the limbs and trunk. Springfield, IL: Charles C Thomas Publisher; 2011. PMCID:PMC3177179
22. Mehta RK, Agnew MJ. Influence of mental workload on muscle endurance, fatigue, and recovery during intermittent static work. *Eur J Appl Physiol.* 2012;112(8):2891-902. <https://doi.org/10.1007/s00421-011-2264-x> PMID:[22143842](#)
23. TÖRNER M, ZETTERBERG C, ANDÉN U, HANSSON T, LINDELL V. Workload and musculoskeletal problems: a comparison between welders and office clerks (with reference also to fishermen). *Ergonomics.* 1991;34(9):1179-96.  
<https://doi.org/10.1080/00140139108964854>  
PMID:[1743177](#)
24. Abolfazl M, Hossein E, Reza K. Comparative survey of work related musculoskeletal disorders (WRMDs) prevalence and related factors in Iranian welders. *Pak J Med Sci.* 2011;27(2):282-5.
25. Reid CR, Bush PM, Cummings NH, McMullin DL, Durrani SK. A review of occupational knee disorders. *J Occup Rehabil.* 2010;20(4):489-501.  
<https://doi.org/10.1007/s10926-010-9242-8>  
PMID:[20490901](#)
26. Porter WL, Mayton AG, Moore SM. Pressure distribution on the anatomic landmarks of the knee and the effect of kneepads. *Appl Ergon.* 2010;42(1):106-13.  
<https://doi.org/10.1016/j.apergo.2010.05.007>  
PMID:[20554268](#)
27. Gallagher S, Pollard J, Porter WL. Electromyography of the thigh muscles during lifting tasks in kneeling and squatting postures. *Ergonomics.* 2011;54(1):91-102.  
<https://doi.org/10.1080/00140139.2010.535025> PMID:[21181592](#)
28. Chung MK, Lee I, Kee D. Effect of stool height and holding time on postural load of squatting postures. *Int J Ind Ergon.* 2003;32(5):309-17.  
[https://doi.org/10.1016/S0169-8141\(03\)00050-7](https://doi.org/10.1016/S0169-8141(03)00050-7)
29. Karhu O, Häkkinen R, Sorvali P, Vepsäläinen P. Observing working postures in industry: Examples of OWAS application. *Appl Ergon.* 1981;12(1):13-7.  
[https://doi.org/10.1016/0003-6870\(81\)90088-0](https://doi.org/10.1016/0003-6870(81)90088-0)