

PROFESIONÁLNĚ PODMÍNĚNÁ ONEMOCNĚNÍ HORNÍCH KONČETIN

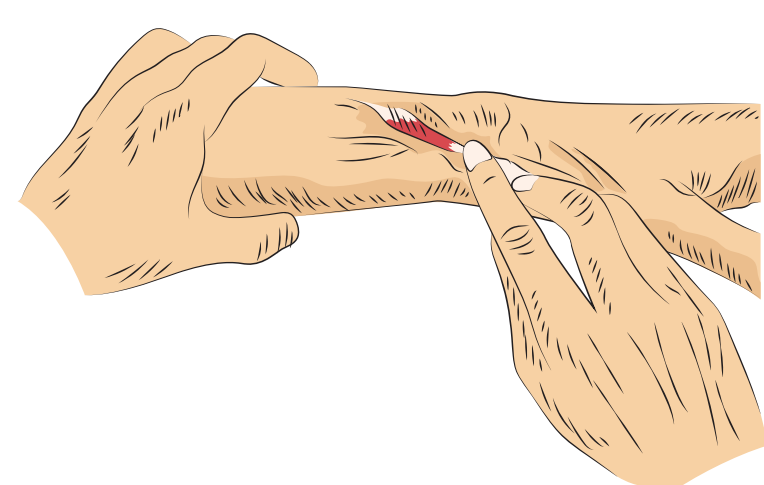
AUTOŘI: MUDr. Sylva Gilbertová, Výzkumný ústav bezpečnosti práce, Praha | Mgr. Tomáš Mixa, ZdravýPodnik s.r.o., Olomouc

TENDINITIDY, TENDOVAGINITIDY
(nemoci šlach a šlachových pouzder)

DE QUERVAIN

Projevy:

Bolest, otok,
krepitace v oblasti
palcové strany zápěstí



Profesionální faktory:

Opakované pohyby rukou, zejména s dukcí palce,
silové prvky, jednostranné opakované přetížení.

Příklady povolání:

Šičky, servírky, pokladní, pásová výroba.

Řešení:

Stabilizace ruky a zápěstí,
Flossband (myofasciální), Kinesiotape (stabilizační),
fyzikální terapie (ultrazvuk, laser, DD aj.),
protizánětlivá léčba (NSA)

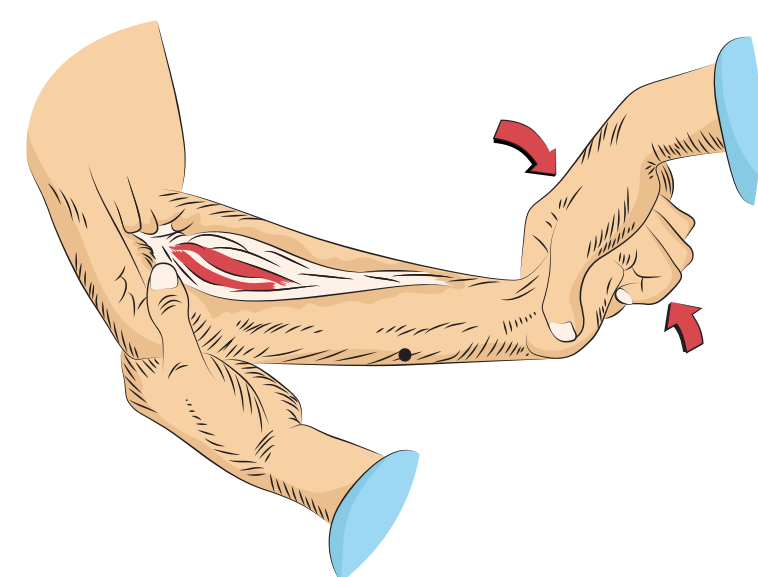
EPIKONDYLITIDY

RADIÁLNÍ EPIKONDYLITIDA

(Tenisový loket)

Projevy:

Bolest na vnější straně
lokte, snížení úchopové
funkce ruky.



Profesionální faktory:

Kombinace síly a opakovatelnosti, rotační pohyby v předloktí,
statické pozice v lokti, zvedání břemen.

Příklady povolání:

Obuvníci, baliči, montáž, lakýrníci,
řezníci, natěrači, kováři.

Řešení:

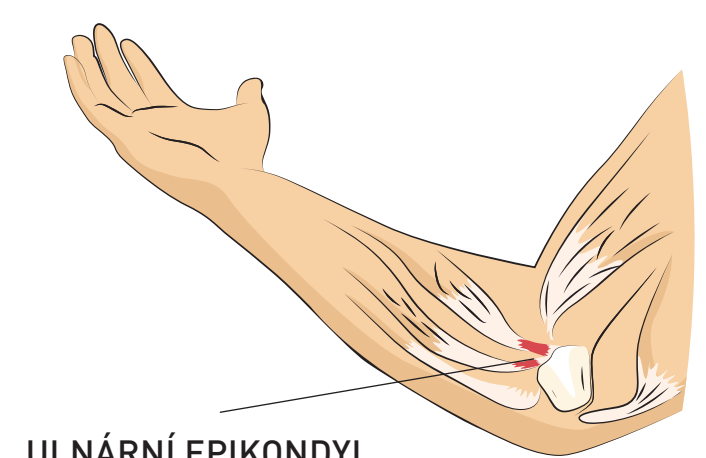
Flossband (svalová technika) Kinesiotape (smíšený),
imobilizace, epikondylární pásky,
fyzikální terapie (např. ultrazvuk, rázová vlna, DD),
měkké a mobilizační techniky,
kompenzační LTV, protizánětlivá léčba (NSA)

ULNÁRNÍ EPIKONDYLITIDA

(Oštěpařský loket)

Projevy:

Bolest na vnitřní straně
lokte, omezení úchopové
funkce ruky.



Profesionální faktory:

Kombinace síly a opakovatelnosti, rotační pohyby v předloktí,
statické pozice v lokti, zvedání břemen.

Příklady povolání:

Obuvníci, baliči, montáž, lakýrníci,
řezníci, natěrači, kováři.

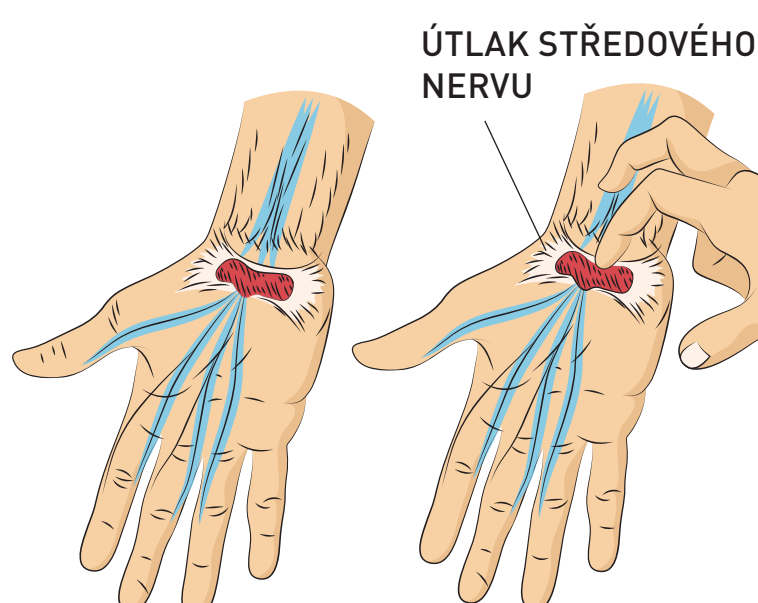
NEMOCI PEROFERNÍCH NERVŮ

SYNDROM KARPÁLNÍHO TUNELU

(Útlak středového nervu)

Projevy:

Brnění a snížená citlivost
1 - 3 prstu, především v noci,
svalová slabost ruky
při drobných úchopech.



Profesionální faktory:

Opakovaná flexe/extenze v zápěstí, silové úchopy,
vibrace, tlak náradí na dlaň.

Příklady povolání:

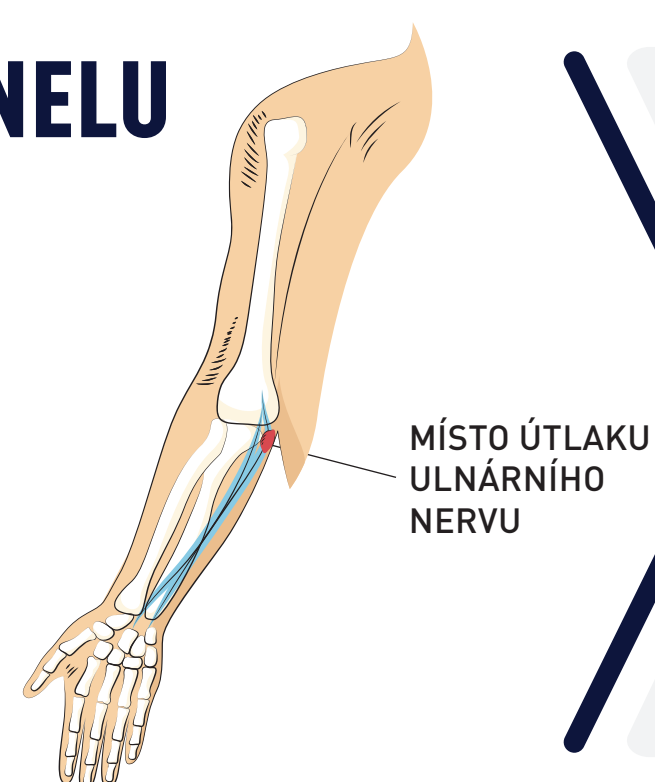
Montáž, svářeči, čalouníci,
zubní technici, maséři, hudebníci.

SYNDROM KUBITÁLNÍHO TUNELU

(Útlak ulnárního nervu)

Projevy:

Brnění a snížená citlivost
4 - 5. prstu, oslabení svalů
malíkové strany ruky.



Profesionální faktory:

Opakované ohýbání v lokti, časté opírání o loket.

Příklady povolání:

Jemná montáž, obuvníci, brusiči, horníci,
lesní dělníci, elektrikáři.

Řešení:

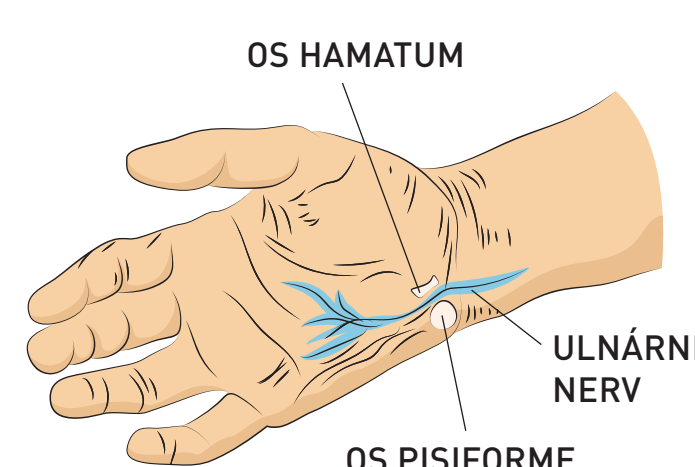
Flossband (kloubní, myofasciální),
neurostrečink,
fyzikální terapie (např. ultrazvuk, laser),
kompenzační LTV

SYNDROM GUYONOVA KANÁLU

(Útlak ulnárního nervu))

Projevy:

Brnění a snížená
citlivost 4 - 5. prstu.



Profesionální faktory:

Časté opírání o malíkovou stranu ruky (náradí, práce na PC).

Příklady povolání:

Montáž, svářeči, čalouníci, zlatníci, operátoři PC.

RIZIKOVÉ PARAMETRY LOKÁLNÍ SVALOVÉ A POLOHOVÉ ZÁTĚŽE (NV 361/2007 Sb.)

Lokální svalová zátěž:

Nadměrný počet pohybů ruky a předloktí
(20 000 a více pohybů za směnu).

Polohová zátěž:

Nepříjemné polohy horních končetin
(>60° flexe/extenze, více než 30 min/směna).

Nadměrná síla využívaná při práci (55 – 75 % Fmax) při výskytu 600x a více za průměrnou 8h. směnu.



ČESKÁ
ERGONOMICKÁ
SPOLEČNOST



©2021

Tento výsledek byl finančně podpořen z institucionální podpory na dlouhodobý koncepční rozvoj výzkumné organizace na léta 2018–2022 a je součástí výzkumného úkolu V01-S4 Výzkum ergonomických aspektů v kontextu moderních přístupů a změn na pracovištích pro prevenci muskuloskeletálních onemocnění, řešeného Výzkumným ústavem bezpečnosti práce, v. v. i., v letech 2019–2021.