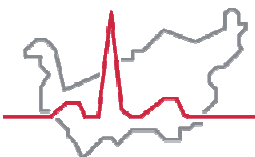


Ergonomie au bloc opératoire

INFORMATION INTERNE



Dans ce feuillet, vous trouverez des informations sur le comportement conseillé lors d'un soulèvement de charge.



Hôpital du Valais
Spital Wallis

www.hopitalvs.ch | www.spitalvs.ch

Lors d'une intervention dans un bloc opératoire, il est conseillé de

- ne soulever des charges que si nécessaire ;
- d'utiliser des moyens auxiliaires ;
- de travailler de manière coordonnée, si possible à deux ;
- de soulever les charges lentement, de ne pas les arracher ;
- de répartir le poids de manière symétrique sur les deux bras ;
- d'éviter les torsions de la colonne vertébrale ;
- de ne rien soulever au-dessus de la hauteur des épaules, ni ne rien placer au-dessous de la hauteur des genoux.

ERGONOMIE AU BLOC OPÉRATOIRE

1. Tourner décubitus latéral – ventral
 2. Transfert couché(e) – couché(e)
 3. Pousser – tirer la table d'opération
 4. Maintenir de manière statique un membre pour la désinfection
 5. Position statique prolongée
 6. Port de charge
-

1. Tourner décubitus latéral – ventral

Se rapprocher de la charge.



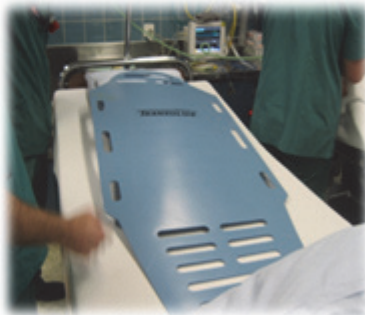
Fixer la colonne vertébrale,
verrouiller les lombaires.

2. Transfert couché(e) – couché(e)



Choisir des prises sûres.

Utiliser son corps en contrepoids.



3. Pousser – tirer la table d'opération

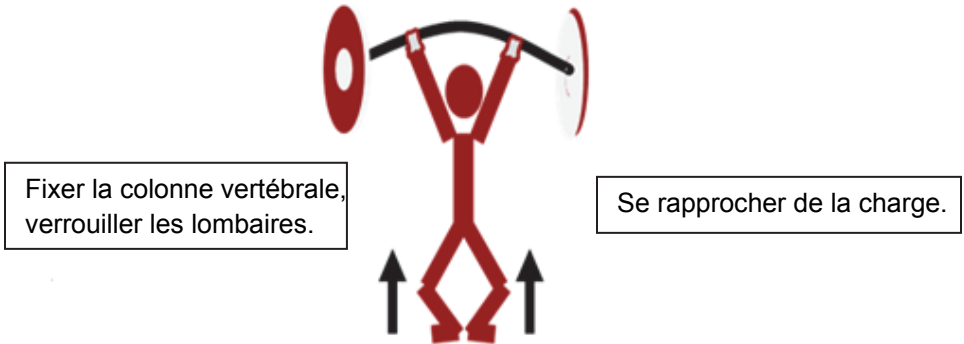


Utiliser les membres inférieurs pour mobiliser la charge.

Tenir compte de la direction poussée d'une charge.



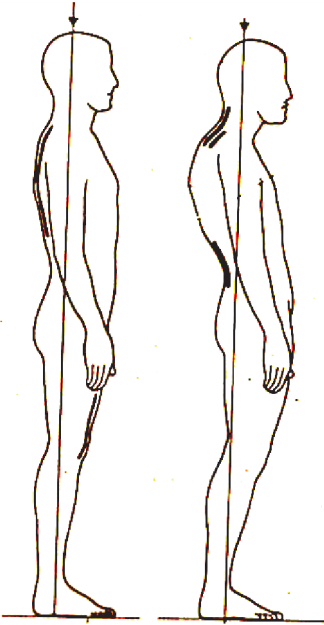
4. Maintenir de manière statique un membre pour la désinfection



5. Position statique prolongée

Pour maintenir une position statique prolongée, posez-vous la question de savoir :

- si vous vous tenez debout correctement ;
- si vos genoux sont légèrement fléchis ;
- si votre bassin est en position intermédiaire,
- c'est-à-dire s'il bascule légèrement ;
- si votre sternum est légèrement relevé ;
- si vous tirez vos épaules légèrement vers l'arrière/ vers le bas ;
- si vous tenez votre tête droite ;
- si vos oreilles, vos articulations des épaules et des hanches sont situées dans le prolongement d'une ligne droite ;

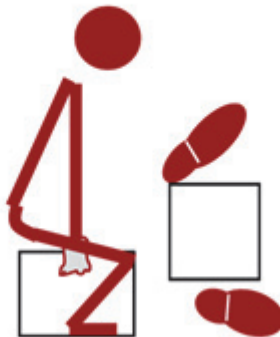


- si vos pieds reposent régulièrement sur le sol à une distance l'un de l'autre, correspondant environ à la largeur des épaules ;
- si vos pointes de pieds sont dirigées légèrement vers l'extérieur ;
- si votre bassin est droit ;
- si vos deux épaules sont à la même hauteur ;
- si vous tenez votre tête droite...

... et tentez de le faire si tel n'est pas le cas !

6. Port de charge

Rapprocher les centres de gravité.



Utiliser les membres inférieurs pour mobiliser la charge.

CONTACTS

**Hôpital du Valais – Centre Hospitalier du Valais Romand
Secteur médicothérapeutique – Service de physiothérapie**

Centre Valaisan de Pneumologie (CVP)

Route de la Moubra 87, 3963 Crans-Montana, T 027 603 81 33

Hôpital de Sierre

Rue St-Charles 14, 3960 Sierre, T 027 603 78 65

Hôpital de Sion

Avenue du Grand-Champsec 80, 1951 Sion, T 027 603 88 45

Hôpital de Martigny

Avenue de la Fusion 27, 1920 Martigny, T 027 603 94 39

Clinique Saint-Amé

Vers Saint-Amé 10, 1890 Saint-Maurice, T 027 604 68 73

Hôpital de Malévoz

Route de Morgins 10, 1870 Monthey, T 027 604 73 93