

# RỐI LOẠN CƠ XƯƠNG NGHỀ NGHIỆP Ở CÔNG NHÂN NGÀNH MAY CÔNG NGHIỆP

Trịnh Hồng Lân\* và cộng sự\*

## TÓM TẮT

**Đặt vấn đề:** Rối loạn cơ xương nghề nghiệp (RLCXNN) là một bệnh rất phổ biến và có xu hướng ngày càng gia tăng. Bệnh thường xuất hiện ở những người lao động phải làm việc thủ công nặng nhọc, tư thế lao động không hợp lý (Tư thế quỳ, bẻ gập lưng...). Công nhân Ngành may công nghiệp Việt Nam hiện nay cũng thường phải làm việc với những điều kiện như vậy. Những điều này đã ảnh hưởng không nhỏ tới sức khỏe người lao động, và thậm chí có thể gây ra bệnh RLCX nghề nghiệp cho người lao động. Việc nghiên cứu tìm ra những yếu tố có liên quan gây ra RLCXNN và qua đó đưa ra các giải pháp phòng chống RLCX cho người lao động là hết sức cần thiết.

**Mục tiêu:** Xác định tỉ lệ công nhân ngành may công nghiệp bị RLCXNN và các yếu tố liên quan tại một số doanh nghiệp may thuộc các tỉnh thành phía Nam.

**Phương pháp và đối tượng nghiên cứu:** Nghiên cứu cắt ngang mô tả được thực hiện bằng cách điều tra phỏng vấn các công nhân ngành may công nghiệp.

**Kết quả:** Kết quả nghiên cứu của chúng tôi đã cho thấy: Công nhân may đa số là công nhân trẻ với 89% là lao động nữ. Tỉ lệ công nhân bị RLCX nghề nghiệp là 83% trong đó đau thắt lưng chiếm tỉ lệ cao nhất là 54,3%. Có mối liên quan giữa RLCX với tư thế lao động và tính chất công việc, với  $p = 0,004$  và  $p < 0,001$ .

**Kiến nghị:** Công ty nên tổ chức các khoảng nghỉ ngắn (5 – 10 phút) giữa các ca lao động; công ty nên tổ chức cho công nhân tập thể dục giữa giờ; tạo điều kiện cho công nhân được thao tác công việc với các tư thế hợp lý hơn bằng cách hạn chế các tư thế lao động không tự nhiên.

**Từ khóa:** rối loạn cơ xương nghề nghiệp, công nhân ngành may công nghiệp

## ABSTRACT

### OCCUPATIONAL MUSCULOSKELETAL DISORDERS OF WORKERS AT GARMENT INDUSTRY IN THE SOUTHERN PROVINCES OF VIETNAM

Trinh Hong Lan and el al \* Y Hoc TP. Ho Chi Minh \* Vol. 14 - Supplement of No 1 - 2010: 222 - 225

**Background:** Occupational musculoskeletal disorders is a very popular status of individuals and increasing more now in the world. The ILO and WHO have identified musculoskeletal disorders as one of the typical work-related diseases. This work-related diseases often appear at workers who have to work hard, to have unseasonable working posture (the bending forward posture, squatting posture, much static work posture...). Vietnam garment workers often have to do with conditions like this. This has affected their health, and even to be under Occupational musculoskeletal disorders. Therefore, it's essential to research for factors causing musculoskeletal disorders and find out solutions for musculoskeletal disorders prevention.

**Objectives:** Determine the prevalence of worker with stress and related factors at garment companies in the Southern provinces of Vietnam.

\* Viện Vệ sinh - Y tế Công cộng Tp. Hồ Chí Minh

Địa chỉ liên hệ: ThS. Trịnh Hồng Lân

ĐT: 0903736894

Email: trinhhonglan07@yahoo.com.vn

**Materials and Method:** A descriptive cross-sectional study. Data were collected through interviews using structured questionnaire.

**Results:** The results showed that: almost all workers are young and 89% of them are women. The prevalence of Occupational musculoskeletal disorders of subjects was 83%, among them the prevalence of low back pain of subjects was the most (54.3%). The relationship between regular musculoskeletal disorders and potential factors include: Working posture, nature of the work (with  $p = 0.004$  and  $p < 0.001$ ).

**Conclusion:** The prevalence of Occupational musculoskeletal disorders of garment workers is rather high. To solve this, garment companies should plan appropriate such as: to rearrange the time of operation and short break/rest (5 – 10 min); making opportunities physical exercise at the middle of the work-shifts. To help workers handle objects with proper posture by limiting unnatural working postures.

**Keywords:** Occupational musculoskeletal disorders, workers at garment industry

## ĐẶT VẤN ĐỀ

Rối loạn cơ xương là một biểu hiện của tác hại nghề nghiệp gặp khá phổ biến ở nhiều quốc gia trên thế giới và là một trong những vấn đề sức khỏe thường gặp nhất ở người lao động ở trong hầu hết các ngành nghề hiện nay. Rối loạn cơ xương nghề nghiệp trong những năm gần đây đã được Tổ chức Lao động Thế giới và Tổ chức Y tế Thế giới coi là một trong các bệnh có liên quan tới công việc và đã được coi như một “Bệnh dịch mới – new epidemic” cần tập chung nghiên cứu giải quyết.<sup>(2)</sup>

Rối loạn cơ xương nghề nghiệp được ghi nhận như là một nguyên nhân hàng đầu của các vấn đề đau đớn đáng kể của con người, gây suy giảm năng suất lao động và là một gánh nặng kinh tế lớn của xã hội. Khá nhiều các số liệu thống kê đã cho thấy tính chất nghiêm trọng của vấn đề rối loạn cơ xương có liên quan tới nghề nghiệp.

Theo một số công trình nghiên cứu thì RLCX thường gặp ở những ngành nghề đòi hỏi người lao động phải ngồi hay đứng liên tục trong nhiều giờ, hay những ngành làm việc theo dây chuyền nói chung. Ảnh hưởng của RLCX hiếm khi gây ra các trường hợp tai nạn lao động nặng hay tử vong, nhưng nó làm cho người lao động phải chịu đựng sự đau mỏi nhiều, đặc biệt là ở vùng lưng, cổ, vai, cột sống, cổ tay, bàn tay. Bên cạnh đó chi phí dành cho điều trị bệnh RLCX là rất lớn và cần thời gian điều trị lâu dài. Chỉ ở một bang Ontario của Canada trong năm 1987 có

tới 20.000 công nhân mới mắc bệnh đã được nhận tiền bồi thường do RLCX và có tới 600.000 ngày công đã bị mất do RLCX. Hay ở British Columbia, có tới hơn 50% các vấn đề về sức khỏe của người lao động là do RLCX.<sup>(1)</sup>

Việc nghiên cứu tìm ra những yếu tố có liên quan gây RLCXNN và qua đó đưa ra các giải pháp phòng chống cho người lao động ngành may công nghiệp là hết sức cần thiết để bảo vệ sức khỏe cho người lao động.

## MỤC TIÊU NGHIÊN CỨU

### Mục tiêu chung

Xác định tỉ lệ công nhân ngành may công nghiệp bị RLCX nghề nghiệp và các yếu tố liên quan tại một số doanh nghiệp may thuộc các tỉnh thành phía Nam.

### Mục tiêu cụ thể

- Xác định tỉ lệ công nhân may bị RLCX nghề nghiệp.

- Xác định các yếu tố liên quan gây ra RLCXNN.

## PHƯƠNG PHÁP NGHIÊN CỨU

**Thiết kế nghiên cứu:** Cắt ngang mô tả

**Địa điểm nghiên cứu:** Tại 3 Công ty thuộc 3 tỉnh: Đồng Nai, Bình Dương và Tp. HCM

**Thời gian nghiên cứu:** Từ năm 2007 - 2008

**Đối tượng nghiên cứu:** Tất cả công nhân trực tiếp và gián tiếp tại các phân xưởng may công nghiệp, có tuổi nghề  $\geq 1$  năm.

**Kỹ thuật chọn mẫu:** Lấy mẫu toàn bộ 3 phân xưởng may công nghiệp tại 3 công ty may (mỗi công ty chọn toàn bộ 1 phân xưởng) với  $n = 1.009$  công nhân.

### Phương pháp nghiên cứu

Nghiên cứu được tiến hành bằng cách phỏng vấn người lao động các phân xưởng may công nghiệp theo bộ câu hỏi soạn sẵn.

## KẾT QUẢ VÀ BÀN LUẬN

### Đặc tính mẫu nghiên cứu

Kết quả điều tra khảo sát cho thấy công nhân may công nghiệp có độ tuổi khá trẻ. Số công nhân có độ tuổi dưới 35 chiếm tới 65%, trong đó riêng độ tuổi  $\leq 25$  tuổi chiếm 30%. Về thâm niên công tác, có tới 83% công nhân có thâm niên công tác trong ngành may công nghiệp  $\leq 15$  năm, trong đó có tới 39% công nhân có tuổi nghề từ 1 – 5 năm.

Về giới tính thì có tới 89% là lao động nữ. Những kết quả này hoàn toàn phù hợp với thực tế đặc điểm của ngành may công nghiệp đó là đòi hỏi công nhân có độ tuổi còn trẻ, công việc phù hợp với lao động nữ. Các kết quả nghiên cứu này cũng tương tự với các kết quả điều tra nghiên cứu của Nguyễn Đình Dũng và CS.<sup>(4,5)</sup>

### Tình trạng RLCX nghề nghiệp

**Bảng 1:** Tỷ lệ công nhân bị RLCXNN ( $n = 1.009$ )

	Tần số	Tỷ lệ (%)
Có bị RLCX	841	83
Không bị RLCX	168	17
Tổng cộng	1009	100

Kết quả bảng 1 cho thấy tỷ lệ công nhân có đau mỗi cơ xương khớp (RLCX) ở các vị trí khác nhau là rất cao (83%). Trong đó, công nhân trực tiếp làm việc trong dây chuyền may có tỷ lệ RLCX cao hơn bộ phận cán bộ quản lý, phục vụ (gián tiếp) bên ngoài dây chuyền may (86% và 73%). Điều này cũng là hợp lý vì trên thực tế người công nhân may công nghiệp phải duy trì tư thế lao động gò bó và tĩnh tại liên tục suốt ca lao động. Kết quả khảo sát này cũng tương đương với kết quả nghiên cứu của Nguyễn Đình Dũng

và Nguyễn Thu Hà khi điều tra khảo sát về rối loạn cơ xương ở nông nhân may công nghiệp ở một số tỉnh thành phía Bắc<sup>(4,5)</sup>

**Bảng 2:** Tỷ lệ từng vị trí bị RLCX ( $n = 1.009$ )

Vị trí	Đầu ca		Cuối ca		p-value
	N	%	n	%	
Cổ	123	12	425	42,2	<0,001
Vai trái	85	8,4	355	35,2	<0,001
Vai phải	84	8,3	327	32,4	<0,001
Cánh tay trái	35	3,5	84	8,3	<0,001
Cánh tay phải	28	2,8	85	8,4	<0,001
Cổ tay trái	21	2,1	107	10,6	<0,001
Cổ tay phải	19	1,9	75	7,4	<0,001
Lưng	33	3,3	98	9,7	<0,001
Thắt lưng	91	9,0	548	54,3	<0,001
Mông	34	3,4	113	11,2	<0,001
Cẳng chân trái	48	4,8	203	20,1	<0,001
Cẳng chân phải	49	4,9	203	20,1	<0,001
Bàn chân trái	37	3,7	153	15,2	<0,001
Bàn chân phải	42	4,2	179	17,7	<0,001

Kết quả bảng 2 cho thấy tỷ lệ công nhân may công nghiệp có biểu hiện đau mỗi cơ xương khớp ở rất nhiều vị trí khác nhau, trong đó vùng thắt lưng có tỷ lệ đau mỗi cao nhất (54,3%); tiếp đến là các vùng cổ và hai bả vai (với tỷ lệ lần lượt là 42,2; 35,2 và 32,4%). Tỷ lệ đau mỗi này trong nghiên cứu của chúng tôi thấp hơn so với kết quả nghiên cứu của Nguyễn Bạch Ngọc và Nguyễn Thu Hà, 1998 (tư thế lao động bất hợp lý đã dẫn tới hiện tượng đau mỗi cơ xương sau ca lao động là đau mỗi vùng gáy 74,2%; vùng đai vai 68%; thắt lưng 79%).<sup>(3)</sup> Tuy vậy tỷ lệ đau thắt lưng ở công nhân may trong nghiên cứu này lại tương đương kết quả nghiên cứu của Nguyễn Đình Dũng (2000).<sup>(4)</sup>

### Một số yếu tố liên quan trong công việc thường gây stress

**Bảng 3:** Mối liên quan giữa rối loạn cơ xương nghề nghiệp với tư thế lao động ( $n = 1009$ )

Tư thế lao động	RLCX nghề nghiệp Tần số (Tỷ lệ)		p-value	OR (KTC 95)
	RLCX	Không RLCX		
Đứng	138 (83)	28 (17)		1
Ngồi	602 (86)	95 (14)	0,285	1,29 (0,81 –

Tư thế lao động	RLCX nghề nghiệp Tần số (Tỷ lệ)		p-value	OR (KTC 95)
	RLCX	Không RLCX		
				2,04
Luôn thay đổi	101 (69)	45 (31)	0,004	0,46 (0,27 – 0,78)

Kết quả bảng 3 cho thấy có sự liên quan khá rõ giữa tỉ lệ RLCX và tư thế lao động. Tỉ lệ RLCX ở công nhân may làm việc ở tư thế luôn thay đổi thấp hơn nhiều so với những người phải duy trì liên tục tư thế lao động đứng và ngồi. Sự khác biệt này có ý nghĩa thống kê ( $p = 0,004$ ).

**Bảng 4:** *Mối liên quan giữa RLCXNN với tính chất công việc (n = 1009)*

Tính chất công việc	RLCX nghề nghiệp (Tần số/Tỷ lệ)		p-value	OR (KTC 95)
	RLCX	Không RLCX		
Đơn điệu - liên tục	524 (89)	68 (11)	<0,001	1
Đa dạng - liên tục	167 (68)	77 (32)		0,28 (0,19 – 0,41)

Kết quả bảng 5 cho thấy có mối liên quan giữa tính chất công việc và RLCX. Những công nhân làm các công việc đa dạng có nguy cơ bị RLCX ít hơn những công nhân làm các công việc đơn điệu, lặp lại 0,28 lần (KTC 95%: 0,19 – 0,41) với  $p < 0,001$ .

## KẾT LUẬN

Kết quả nghiên cứu của chúng tôi đã cho thấy: Công nhân may đa số là công nhân trẻ với 89% là lao động nữ. Tỉ lệ công nhân bị RLCX nghề nghiệp là 83%. Có mối liên quan giữa RLCX với tư thế lao động và tính chất công việc, với  $p = 0,004$  và  $p < 0,001$ .

## KIẾN NGHỊ

Để giảm RLCX cho người lao động, Công ty nên thực hiện những cải thiện sau:

- Công ty nên tổ chức các khoảng nghỉ ngắn (5 – 10 phút) sau mỗi khoảng thời gian lao động khoảng 120 phút giữa các ca lao động.

- Công ty nên tổ chức cho công nhân tập thể dục giữa giờ.

- Tạo điều kiện cho công nhân được thao tác công việc với các tư thế hợp lý hơn bằng cách hạn chế loại bỏ các tư thế lao động không tự nhiên.

## TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Canadian Center for Occupational Health and Safety – CCOHS (2005), Work – related Musculoskeletal Disorders.
2. Joint ILO/WHO Committee for Occupational Health (1989). WHO Technical Report Series No.777 – Epidemiology of work – related diseases and accidents. World Health Organization, Geneva.
3. Nguyễn Bạch Ngọc (1988). Sự phụ thuộc giữa mức độ căng thẳng mệt mỏi thần kinh cơ vùng đai vai và đặc điểm tư thế lao động ngồi. Tập san Viện YHLD và VSMT, tr.70 – 77.
4. Nguyễn Đình Dũng và CS (2000). Bước đầu tìm hiểu tình hình đau thắt lưng ở công nhân may công nghiệp thuộc Tổng công ty dệt may Việt Nam.
5. Nguyễn Đình Dũng và CS (2003). Điều kiện lao động và gánh nặng lao động ở công nhân tại các Công ty may thuộc Tổng công ty Dệt – May Việt Nam

---

