



## بررسی جامع ارگونومی در رانندگی

علیرضا محمودی فرد<sup>\*1</sup>

1- دانشجوی کارشناسی ارشد مدیریت صنعتی (و مدرس دانشگاه‌ها در رشته‌های مختلف)، گروه مدیریت صنعتی، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران، alireza10.m10@gmail.com

### چکیده

ارگونومی جزو مباحثی است که اهمیت آن بر کسی پوشیده نیست؛ یکی از موارد مهم ارگونومی، ارگونومی مربوط به رانندگی است؛ به دلیل محدودیت حرکت داینامیک در هنگام رانندگی، طرز قرارگیری بدن هنگام رانندگی بسیار مهم است؛ در غیر این صورت، فرد دچار کمردرد و بیماری‌های ستون فقرات، از جمله فتق دیسک کمر خواهد شد؛ قابل ذکر است که میزان ابتلا به بیماری‌های اسکلتی عضلانی در میان رانندگان حتی از کارمندان بانک بیشتر است؛ مشخص شده است که رانندگان حرفه‌ای وسایل نقلیه‌ی مختلف، ریسک بالایی برای ابتلا به سیاتیک، تغییر مکان دیسک‌های بین مهره‌ای، بیماری‌های ستون فقرات کمری و کمردرد‌ها دارند؛ در این مقاله، به فاکتورهای ارگونومی در رانندگی پرداخته می‌شود.

**کلمات کلیدی:** ارگونومی، ستون فقرات، رانندگی، وسایل نقلیه، طرز نشستن صحیح، سلامتی، کمر

A comprehensive review of ergonomics in driving

1. Alireza Mahmoodi Fard, alireza10.m10@gmail.com

### 1. مقدمه

ارگونومی یا مهندسی فاکتورهای انسانی، علمی است که به شناخت تعامل میان انسان و سایر اجزای سیستم می‌پردازد و از تئوری‌ها، اصول و متدها در طراحی استفاده می‌کند تا سلامت کامل و عملکرد بهینه سیستم تأمین گردد [1]؛ علم ارگونومی، دو هدف مهم را دنبال می‌کند که عبارتند از: افزایش کارایی و بازده انجام کار و فعالیت‌های دیگر؛ تقویت برخی از ارزش‌های انسانی مطلوب نظیر افزایش ایمنی، کاهش خستگی و تنش، افزایش مقبولیت نزد کاربر، افزایش میزان رضایت شغلی و بهبود کیفیت زندگی [2].