



برگزاری اولین دوره آموزشی "مدیریت خستگی در هوانوردی" یا "Fatigue Risk Management" برای خلبانان شرکت هواپیمایی سپهران در مشهد

اولین دوره آموزشی (FRM) Fatigue Risk Management برای خلبانان شرکت هواپیمایی سپهران در تاریخ ۲۷ و ۲۸ مردادماه ۱۴۰۲ در مرکز آموزش هوانوردی شرکت هواپیمایی سپهران توسط دکتر بابک آل آقا پزشک هوایی و رییس انجمن علمی کاپروپراکتیک ایران برگزار شد. با توجه به اینکه یکی از مهمترین و خطرناکترین استرس‌هایی که پرسنل شاغل در حرفه هوانوردی (شامل خلبانان، مهمانداران، مهندسين و تکنیسینهای تعمیرات و نگهداری، دیسپچر و مراقبت پرواز) با آن روبرو هستند بروز خستگی یا Fatigue می‌باشد، شناخت و نحوه رویارویی با آن برای این گروه از مخاطبان دارای اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. مطالعات سوانح هوایی از دهه هفتاد میلادی تاکنون نشان داده که حدود ۲۵ درصد از علل بروز سوانح هوایی، بروز خستگی در پرسنل پروازی به صورت حاد یا مزمن بوده که متأسفانه در طی ۱۰ سال اخیر روندی صعودی داشته است. خستگی از جمله مشکلاتی است که در کوتاه مدت و دراز مدت می‌تواند منجر به کاهش شدید کارایی یا Performance در پرسنل هوانوردی شده و ریسک بروز حوادث و سوانح غیر قابل جبران را به میزان بسیار زیادی افزایش دهد. علاوه بر این Fatigue باعث بروز بسیاری از بیماری‌های داخلی و اعصاب نیز می‌شود که می‌تواند در هر زمانی منجر به ابطال صلاحیت پروازی و کاری در پرسنل هوانوردی گردد. مباحث اصلی مطرح شده در این دوره ۱۶ ساعته به شرح ذیل می‌باشد:

- ◀ نحوه پردازش اطلاعات در سیستم اعصاب مرکزی و محیطی بدن انسان
 - ◀ آشنایی با عوامل انسانی و محیطی تاثیرگذار بر روی پروسه پردازش اطلاعات در بدن خلبانان
 - ◀ تعریف Fatigue و اهمیت شناخت آن در پرسنل هوانوردی
 - ◀ آشنایی با عوامل ایجادکننده Fatigue در پرسنل هوانوردی
 - ◀ آشنایی با راههای پیشگیری، درمان و کاهش اثرات نامناسب Fatigue در پرسنل هوانوردی
- لازم به ذکر است که یکی از مهمترین عوامل بروز از کارافتادگی زودرس پرسنل پروازی، بروز آسیب در مفاصل شانه، دیسک‌های ستون فقرات گردنی، کمری و مفاصل زانوها می‌باشد. با توجه به اینکه یکی از عوارض مهم خستگی افزایش بروز انواع آسیب‌های سیستم اسکلتی-عضلانی است، در جلسات فوق در خصوص نقش ورزش و اصلاح سبک زندگی در کاهش آسیب‌های فوق و ارتقای آمادگی جسمانی-روانی نیز توضیحات لازم برای خلبانان محترم ارائه شده است.

همچنین در خصوص فواید روشهای درمانی کایروپراکتیک و ورزش درمانی در بهبود و توانبخشی آسیب‌های مذکور نیز توضیحات کاملی در دوره ارائه شده است.