

**Sađlık Bilimleri Fakóltesi**  
**Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü**  
**Omurga Sağlığı Röportajı**

(5 Şubat 2026, Erzurum Teknik Üniversitesi Sağlık Bilimler Fakóltesi FTR Laboratuvarı)

Erzurum Teknik Üniversitesi (ETÜ) Sağlık Bilimleri Fakóltesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (FTR) Laboratuvarı'nda "Omurga Sağlığı" temalı farkındalık programı kapsamında bir röportaj gerçekleştirildi. TRT HABER tarafından yapılan röportaj, Dr. Öğr. Üyesi Musa Eymir'in katkılarıyla yürütüldü.

Röportajda, omurga sağlığının korunmasında doğru duruş ve ergonominin önemi, günlük yaşam alışkanlıklarının omurga biyomekaniği üzerindeki etkileri ve özellikle uzun süreli oturma, yanlış yük kaldırma ve hareketsiz yaşamın yol açabileceği riskler ele alındı. Program kapsamında ayrıca, bel-boyun ağrılarının önlenmesine yönelik koruyucu yaklaşımlar, düzenli fiziksel aktivite ve uygun egzersiz prensipleri hakkında bilgilendirme yapıldı.

ETÜ Sağlık Bilimleri Fakóltesi FTR Laboratuvarı'nda gerçekleştirilen çekimlerde, omurganın fonksiyonel yapısı ve sık karşılaşılan postüral sorunlara ilişkin temel noktalar uygulama örnekleriyle aktarıldı. Farkındalık programının, toplumda omurga sağlığı bilincini artırması, koruyucu sağlık yaklaşımını güçlendirmesi ve özellikle genç erişkinlerde doğru ergonomi alışkanlıklarının geliştirilmesine katkı sunması hedeflendi.

Etkinlik, omurga sağlığının korunmasına yönelik doğru bilgiye erişimin desteklenmesi ve koruyucu/önleyici yaklaşımların yaygınlaştırılması açısından önemli bir farkındalık çalışması olarak tamamlandı.



