

الملخص العربى

تعتبر ضغوط العمل اليوم من عوامل الخطورة التى تؤدى إلى الإصابة بالعديد من الأمراض ويعرف ضغط العمل بإزدیاد المتطلبات اليومية للعمل مع عدم القدرة على اتخاذ القرار . وتعتبر السيدات أكثر تعرضاً لهذه الضغوط نظراً لما تتحمله السيدات من الضغوط المنزلية أيضاً وفى هذه الدراسة تم اختيار ٤٠٠ سيدة كعينة أخذت حسب الموافقة من ٢٠٠ ممرضة تعملن فى مستشفى بنها الجامعى و ٢٠٠ موظفة (إدارية) تعملن فى كلية طب بنها على أن تكون مدة العمل لا تقل عن عشر سنوات وقد تم عمل الأتى لكل سيدة:

- ١- عمل استبان كامل عن الحالة الصحية .
- ٢- فحص كامل للسيدة مع أخذ الوزن والطول لتحديد السمنة .
- ٣- قياس ضغط الدم وعمل رسم قلب .
- ٤- فحص معملى بأخذ عينه دم صائم وعمل نسبة الدهون (الكوليسترول) -دهون عالية الكثافة - دهون منخفضة الكثافة - (التريجلسويد) نسبة حمض البوليك ونسبة السكر فى الدم .
- ٥- تم عمل تقييم شامل لظروف العمل وتحديد نوع العمل باستعمال كاراسيك موديل لتقييم ضغوط العمل .

وكانت نتائج الدراسة كالتالى:

- ١- وجد أن ٥٦% من الممرضات العاملات بالمستشفى يعانون من ازدياد فى ضغوط العمل بينما نسبة ضغوط العمل على الإداريات بالكلية لا تتعدى ٢١% .
- ٢- وجد أن ممرضات العناية المركزية أكثر تعرضاً لضغط العمل ونسبتتهن ٦٠% تليهم ممرضات العمليات ٥٢% ثم الممرضات العاملات بقسم الأطفال ٤٤% .
- ٣- وجد أن حوالى ٢٠% من الممرضات يعانون من ضغط الدم مقارنة بالإداريات ونسبتهم حوالى ١٠% .
- ٤- حوالى ٢٥% من الممرضات يعانون من السمنة وإزدیاد فى الوزن .
- ٥- وجد أنه لا يوجد اختلاف احصائى بين الممرضات والإداريات فى النسبة التى تشكو من الألم بالصدر أو تغيرات برسم القلب والتى تساعد فى تشخيص أمراض الشرايين التاجية .
- ٦- وجد اختلاف إحصائى بين الممرضات اللاتى يعانون من ازدياد فى نسبة الدهون وبين العاملات بالكلية .
- ٧- ١٧,٥% من الممرضات يعانون من مرض السكر .
- ٨- ٨,٥% من الممرضات يعانون من ارتفاع فى حمص البوليك .

وقد وجد أن السمنة لها علاقة بنسبة الكوليسترول ونسبة التريجيريد وأيضاً تزداد بازدياد عدد النوبات الليلية.

أما ضغط الدم قد وجد أن له علاقة بضغط العمل ونسبة الكوليسترول ونسبة حمض البوليك وأيضاً النوبات الليلية.

أما حمض البوليك فنسبته تتوقف على نسبة الدهون والسمنة وعدد ساعات العمل .
أما نسبة الدهون في الدم فلها علاقة بضغط العمل والسمنة والنوبات الليلية . وأخيراً وجد أن أكبر العوامل التي تؤدي إلى زيادة ضغط العمل هي زيادة عدد ساعات العمل وزيادة عدد النوبات.

وبناء على هذه النتائج تم إعطاء التوصيات الآتية:

- ١- ضرورة توفير نظام رعاية صحية شامل للممرضات وبشمل الكشف قبل استلام العمل ثم الكشف الدوري كل عام على الأكثر مع التركيز على الأمراض التي تصاحب ضغط العمل.
- ٢- التقليل من الضغوط الواقعة على الممرضة عن طريق التدريب الكافي لها على الأجهزة الجديدة وعمل العلاقات الطيبة بينها وبين الإدارة والأطباء والزميلات.
- ٣- رفع مستوى المعيشة لها مع توفير الوقت الكافي لممارسة الرياضة واكتساب المهارات.
- ٤- تهيئة الجو المناسب في العمل.
- ٥- تقليل ساعات العمل مع توزيع العمل على عدد أكبر خصوصاً في العناية والعمليات.
- ٦- تقليل أيام السهر في المستشفى.
- ٧- تشجيع الممرضات على الاشتراك في اتخاذ القرارات الخاصة بعملهن.
- ٨- التدريب المتواصل للممرضات.
- ٩- التثقيف الصحي للممرضات عن خطورة إزدیاد ضغوط العمل وتأثيره السلبي على الصحة.
- ١٠- خطورة العادات الغير الصحية المتبعة خصوصاً في النوبات من كثرة أكل الدهون والسكريات.
- ١١- تشجيع إقامة علاقات سليمة بين الحكمة وزميلاتها وبين الحكيم والأطباء والرؤساء في المستشفى.
- ١٢- إمداد الممرضات بوجبات صحية سليمة تحتوى على الأقل على ٢/١ الاحتياجات اليومية من الفيتامينات والبروتين.

تأثير ضغوط العمل على بعض المعدلات الصحية للسيدات العاملات بكلية طب بنها

مقدم من

أميمة محمود محمد حسن

ماجستير طب الصناعات



قسم طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات

كلية طب بنها - جامعة بنها

توطئة للحصول على درجة الدكتوراه في طب الصناعات

تحت إشراف

أ.د. حسنى أحمد عبدالرحمن

أستاذ الصحة المهنية وطب الصناعات

قسم طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات

كلية طب بنها - جامعة بنها

أ.د. نادية عبدالحميد منتصر

أستاذ الصحة العامة

قسم طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات

كلية طب المنصورة - جامعة المنصورة

أ.د. محمود على صالح

أستاذ الصحة المهنية وطب الصناعات

قسم طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات

كلية طب بنها - جامعة بنها

أ.م.د. أحمدى محمد إسماعيل

أستاذ مساعد الصحة العامة

قسم طب المجتمع والبيئة وطب الصناعات

كلية طب بنها - جامعة بنها

كلية طب بنها

جامعة بنها

