

Impact of work related stress on some health parameters among women working in benha faculty of medicine

Omyma Mahmoud Mohamed

تعتبر ضغوط العمل اليوم من عوامل الخطورة التي تؤدي الى الاصابة بالعديد من الامراض ويعرف ضغط العمل بازدياد المتطلبات اليومية للعمل مع عدم القدرة على اتخاذ القرار. وتعتبر السيدات اكثر تعرضا لهذه الضغوط نظرا لما تتحمله السيدات من الضغوط المنزلية ايضا وفي هذه الدراسة تم اختيار 400 سيدة كعينة اخذت حسب الموافقة من 200 ممرضة تعملن في مستشفى بنها الجامعي و 200 موظفة تعملن في كلية طب بنها على ان تكون مدة العمل لا تقل عن عشر سنوات وقد تم عمل الاتي لكل سيدة:-
1- عمل استبيان كامل عن الحالة الصحية.
2- فحص كامل للسيده مع اخذ الوزن والطول لتحديد السمنه.
3- قياس ضغط الدم وعمل رسم قلب.
4- فحص معملى باخذ عينه دم صائم وعمل نسبة الدهون.
5- تم عمل تقييم شامل لظروف العمل وتحديد نوع العمل باستعمال كاراسيك موديل لتقييم ضغوط العمل. وكانت نتائج الدراسة:-
1- وجد ان 56% من الممرضات العاملات بالمستشفى يعانون من ازدياد في ضغوط العمل بينما نسبة ضغوط العمل على الاداريات بالكلية لا تتعدي 2.21%.
2- وجد ان ممرضات العناية المركزية اكثر تعرضا لضغط العمل ونسبةهن 60% تليهم ممرضات العمليات 52% ثم الممرضات العاملات بقسم الاطفال 3.44%.
3- وجد ان حوالي 20% من الممرضات يعانون من ضغط الدم مقارنة بالاداريات ونسبةهم حوالي 4.10%.
4- وجد 25% من الممرضات يعانون من السمنه وازدياد في الوزن.
5- وجد انه لا يوجد اختلاف احصائي بين الممرضات والاداريات في النسبة التي تشكو من الالم بالصدر او تغيرات برسم القلب والتي تساعده في تشخيص امراض الشرايين التاجية.
6- وجد اختلاف احصائي بين الممرضات اللاتي يعانون من ازدياد في نسبة الدهون وبين العاملات بالكلية.
7- 17.5% من الممرضات يعانون من مرض السكر.
8- 5% من الممرضات يعانون من ارتفاع في حمض البوليك.وبناء على هذه النتائج تم اعطاء التوصيات:-
1- ضرورة توفير نظام رعاية صحية شامل للمرضات.
2- التقليل من الضغوط الواقعه على الممرضة عن طريق التدريب الكافي لها على الاجهزه الجديدة وعمل العلاقات الطيبة بينها وبين الادارة والاطباء والزميلات.
3- رفع مستوى المعيشة لها مع توفير الوقت الكافي لممارسة الرياضة واكتساب المهارات.
4- تهيئة الجو المناسب في العمل.
5- تقليل ساعات العمل مع توزيع العمل على الاشتراك في اتخاذ القرارات والعمليات.
6- تقليل ايام السهر في المستشفى.
7- تشجيع الممرضات على الاشتراك في اتخاذ القرارات الخاصة بعملهن.
8- التدريب المتواصل للمرضات.
9- التنقيف الصحى للمرضات عن خطورة ازدياد ضغوط العمل.
10- خطوره العادات الغير الصحيحة المتبعة من كثرة اكل الدهون والسكريات.