

Impaction 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 الخطوره التى تؤدى 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 تتحملة السيدات من الضغوط المنزلية ايضا وفى هذه الدراسة تم اختيار 400 سيدة كعينه اخذت حسب الموافقة من 200 ممرضة تعملن فى مستشفى بنها الجامعى و 200 موظفه تعملن فى كلية طب بنها على ان تكون مده العمل لا تقل عن عشر سسنوات وقد تم عمل الاتى لكل سيده: 1- عمل استبيان كامل عن حاله الصحية. 2- فحص كامل للسيدة مع اخذ الوزن والطول لتحديد السمنه. 3- قياس ضغط الدم وعمل رسم قلب. 4- فحص معملى باخذ عينه دم صائم وعمل نسبة الدهون- دهون عالية الكثافه- دهون منخفضة الكثافة- الترجلسويد) نسبة حمض البوليك ونسبة السكر فى الدم. 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 فى ضغوط العمل بينما نسبة ضغوط العمل على الاداريات بالكلية لا تتعدى 2.21% 2- وجد ان ممرضات العناية المركزية اكثر تعرضا لضغط العمل ونسبتهن 60% تليهم ممرضات العمليات 52% ثم الممرضات العاملات بقسم الاطفال 3.44% 3- وجد ان حوالى 20% من الممرضات يعانون من ضغط الدم مقارنة بالاداريات ونسبتهن حوالى 4.10% 4- حوالى 25% من الممرضات يعانون من السمنه وازدياد فى الوزن. 5- وجد انه لا يوجد اختلاف احصائى بين الممرضات والاداريات فى النسبة التى تشكو من الالم بالصدر او تغيرات برسم القلب والتى تساعد فى تشخيص امراض الشرايين التاجية. 6- وجد اختلاف احصائى بين الممرضات اللاتى يعانون من ازدياد فى نسبة الدهون وبين العاملات بالكلية. 7- 17.5% من الممرضات يعانون من مرض السكر. 8- 5% من الممرضات يعانون من ارتفاع فى حمض البوليك. وبناء على هذه النتائج تم اعطاء التوصيات :- 1- ضرورة توفير نظام رعاية صحية شامل للممرضات 2- التقليل من الضغوط الواقعه على الممرضة عن طريق التدريب الكافى لها على الاجهزه الجديدة وعمل العلاقات الطبية بينها وبين الادارة والاطباء والزميلات. 3- رفع مستوى المعيشة لها مع توفير الوقت الكافى لممارسة الرياضة واكتساب المهارات. 4- تهيئة الجو المناسب فى العمل. 5- تقليل ساعات العمل مع توزيع العمل على عدد اكبر فى العناية والعمليات. 6- تقليل ايام السهر فى المستشفى. 7- تشجيع الممرضات على الاشتراك فى اتخاذ القرارات الخاصة بعملهن. 8- التدريب المتواصل للممرضات. 9- التثقيف الصحى للممرضات عن خطورة ازدياد ضغوط العمل. 10- خطوره العادات الغير الصحيحة المتبعه من كثرة اكل الدهون والسكريات.