

تحقیقی

اثر بی‌خوابی بر سلامت عمومی پرستاران شیفت شب شاغل در بیمارستان‌های دانشگاه علوم پزشکی گلستان (۱۳۸۷)

حمیدحجتی*^۱، شمس الملوک جلال منش^۲، دکتر محمد فشارکی^۳

۱- کارشناس ارشد پرستاری و عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری مامایی آمل، دانشگاه علوم پزشکی بابل، عضو باشگاه پژوهشگران جوان دانشگاه آزاد اسلامی

واحد علی‌آباد کتول. ۲- کارشناس ارشد مامایی، عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم پزشکی تهران.

۳- دکترای آمار زیستی، دانشیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد علوم پزشکی تهران

چکیده

زمینه و هدف: کار در شیفت شب اثرات منفی فیزیکی، روانی و اجتماعی روی زندگی فردی پرستاران دارد و در ساعات طولانی کار، سلامت آنها را به مخاطره می‌اندازد. این مطالعه به منظور بررسی اثر بی‌خوابی بر سلامت عمومی پرستاران شیفت شب شاغل در بیمارستان‌های دانشگاه علوم پزشکی گلستان انجام شد.

روش بررسی: در این مطالعه توصیفی تحلیلی مقطعی ۱۲۴ پرستاری که شرایط ورود به مطالعه را داشتند؛ به صورت سرشماری از بیمارستان‌های وابسته به دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان گلستان طی سال ۱۳۸۷ انتخاب شدند. داده‌ها در یک پرسشنامه حاوی مشخصات فردی و دو پرسشنامه در ارتباط با اثر بی‌خوابی و سلامت عمومی (GHQ-28) ثبت گردید.

یافته‌ها: اثر بی‌خوابی به ترتیب در بیشترین و کمترین واحدهای مورد پژوهش ۵۵/۶ درصد و ۲/۴ درصد و میزان بی‌خوابی (۵۸±۹) در حد متوسط بود. بیشترین درصد (۶۰/۶ درصد) سلامت عمومی مطلوب و کمترین درصد (۲/۵ درصد) سلامت عمومی نامطلوب داشتند. اثر بی‌خوابی بر سلامت عمومی پرستاران از نظر آماری معنی‌داری بود ($P < 0/05$) و با افزایش اثرات بی‌خوابی، سلامت عمومی کاهش می‌یافت. همچنین بین اثر بی‌خوابی با سن، سابقه کار و تعداد شیفت شب ارتباط آماری معنی‌داری یافت شد ($P < 0/05$). به طوری که با افزایش سن، سابقه کار و تعداد شیفت شب میزان اثرات و عوارض بی‌خوابی کمتر می‌شد.

نتیجه‌گیری: این مطالعه نشان داد که بی‌خوابی در پرستاران سبب کاهش سلامت عمومی می‌گردد. لذا برنامه‌ریزی در راستای بهبود کیفیت خواب پرستاران ضروری است.

کلید واژه‌ها: بی‌خوابی، سلامت عمومی، پرستار، سابقه کار، سن

* نویسنده مسؤول: حمید حجتی، پست الکترونیکی: h_hojjati1362@yahoo.com

نشانی: مازندران، آمل، دانشکده پرستاری و مامایی حضرت زینب (س)، تلفن: ۲۲۲۱۹۱۹ (۰۱۲۱)، نمابر: ۲۱۵۱۲۲۲

وصول مقاله: ۸۷/۷/۳، اصلاح نهایی: ۸۸/۳/۱۹، پذیرش مقاله: ۸۸/۴/۲۱