



تاثیر ویتامین دی بر شاخص های فیزیولوژیک استرس کارکنان فوریت های پزشکی

^۱ کارشناس ارشد روان شناسی بالینی، گروه روان شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران، soltanidm2@gmail.com^۲ دکترای تخصصی روان شناسی، گروه روان شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران، psynut.sh@gmail.com^۳ دکتر علی طلائی، دانشیار گروه روان پزشکی، واحد مشهد، دانشگاه علوم پزشکی، مشهد، ایران، talaeia@mums.ac.ir

چکیده

استرس حالتی احساسی است که با تنش، عصبانیت و نگرانی، هراس و افزایش ضربان قلب و فشار خون و برون ده قلبی و به بیان کامل تر با اثرات روانی و فیزیکی توصیف می گردد. [۱] مواجهه مکرر با استرس باعث افزایش ترشح میزان هورمون های غدد فوق کلیوی عمدتاً اپی نفرین و کورتیزول می شود که در کنار افزایش جریان خون در زمان تنش می تواند سبب آسیب سطح پوشاننده سرخرگ شود [۲]. استرس یک پاسخ جسمانی و زیست شیمیایی را تولید می کند که برای هر فرد با در نظر گرفتن دوره، شدت و تأثیر کلی منحصر به فرد می باشد و می تواند با فعال سازی محور هورمونی و سیستم عصبی هیپوتالاموس هیپوفیز آدرنال سمپاتییک باعث افزایش ضربان قلب و فشارخون گردد و با افزایش عملکرد سیستم قلبی عروقی و با جلوگیری از آرام بودن شخص، یک تأثیر منفی بر روی سلامت داشته و خطر آفرین باشد [۳ و ۴]. استرس حالتی هیجانی و فیزیولوژیکی است که می تواند بهره وری، سودمندی، سلامت فردی و کیفیت شغل فرد را تحت تاثیر قرار دهد [۵]. نوع شغلی که افراد در آن مشغول به کار هستند، در میزان ابتلای آنان به انواع فشارهای روانی تأثیر می گذارد [۶]. کارکنان فوریت های پزشکی یکی از پر استرس ترین حرفه های پزشکی را تجربه می کنند [۷]. ادراک خود گزارشی استرس زهای شغلی در میان جمعیت مشاغل فوریتی و اورژانسی در مقایسه با مشاغل غیر فوریتی بیشتر است. افراد شاغل در اورژانس ها فشار روانی متعدد و تغییرات جسمی، هیجانی و اجتماعی را تجربه می کنند، بنابراین از نظر جسمی مستعد بیماری های قلبی و عروقی و زخم معده و از نظر هیجانی مستعد افزایش حساسیت در روابط بین فردی، پرخاشگری، اضطراب و افسردگی، و از نظر اجتماعی و شغلی نیز مستعد غیبت های مکرر از محیط کار هستند [۸ و ۹]. بنابراین می توان گفت میزان فشارهای عصبی، نقل و انتقالات کارکنان و نارضایتی شغلی در بین مشاغل فوریتی و اورژانسی بیشتر از دیگر مشاغل است [۱۰ و ۱۱]. استرس، پیامدهای منفی قابل توجهی بر روی این افراد به جای می گذارد از جمله کاهش بهره وری و خدمات، مشکلات سلامتی، غیبت از محیط کار، ترک شغل و مصرف مواد مخدر و روان گردان و به شدت بهداشت روانی آنها را تهدید می کند. [۱۱]. اگر چه اضطراب و استرس برای بیشتر افراد یک واکنش بهنجار و گذرا است و موجب حفاظت آنان در برابر صدمات بالقوه می شود، ولی افراد دارای استرس و اضطراب زیاد در صورت افزایش کار به آسانی از رده خارج می شوند و دامنه کنشوری آنان در زمینه های اجتماعی، روان- ساختی، جسمانی و خانوادگی دچار اختلال می شود و کاهش

مقدمه

کلید واژگان: ویتامین دی، استرس، شاخص های فیزیولوژیک، فوریت های پزشکی

² One- way MANCOVA