



تأثیر آرام‌سازی بر شاخص‌های فیزیولوژیک استرس کارکنان فوریت‌های پزشکی

محمد سلطانی دلگشا^۱، شهنواز نوحی^۲، علی طلایی^۳^۱ کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی، گروه روان‌شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران، soltanidm2@gmail.com^۲ دکترای تخصصی روان‌شناسی، گروه روان‌شناسی، واحد شاهرود، دانشگاه آزاد اسلامی، شاهرود، ایران، psynut.sh@gmail.com^۳ دکتر علی طلایی، دانشیار گروه روان‌پزشکی، واحد مشهد، دانشگاه علوم پزشکی، مشهد، ایران، talaeia@mums.ac.ir

شاخص‌های فیزیولوژیک استرس کارکنان فرماندهی فوریت‌های

پزشکی باشد.

کلید واژگان: آرام‌سازی، فیزیولوژیک، استرس، کارکنان فرماندهی

فوریت‌های پزشکی

مقدمه

استرس در بسیاری از افراد با یک سری از تغییرات فیزیولوژیکی مانند افزایش ضربان قلب و فشار خون، افزایش جریان خون ماهیچه‌ها، لرزش، تعریق، تحریک پذیری، آسیب خودانگاره و عزت نفس می‌گردد. نتایج حاصل از مطالعات مونیوا و همکاران نشان داد که عوامل استرس‌زا باعث افزایش نوراپی‌نفرین و اپی‌نفرین و کاهش واضح عملکرد سیستم ایمنی می‌گردد [۱]. مواجهه مکرر با استرس باعث افزایش ترشح میزان هورمون‌های غدد فوق کلیوی عمدتاً اپی‌نفرین و کورتیزول می‌شود که در کنار افزایش جریان خون در زمان تنش می‌تواند سبب آسیب سطح پوشاننده سرخرگ شود [۲]. استرس یک پاسخ جسمانی و زیست‌شیمیایی را تولید می‌کند که برای هر فرد با در نظر گرفتن دوره، شدت و تأثیر کلی منحصر به فرد می‌باشد و می‌تواند با فعال‌سازی محور هورمونی و سیستم عصبی هیپوتالاموس هیپوفیز آدرنال سمپاتیک 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 می‌تواند بهره‌وری، سودمندی، سلامت فردی و کیفیت شغل فرد را تحت تأثیر قرار دهد [۵]. نوع شغلی که افراد در آن مشغول به کار هستند، در میزان ابتلای آنان به انواع فشارهای روانی تأثیر می‌گذارد [۶]. کارکنان فوریت‌های پزشکی یکی از پر استرس‌ترین حرفه‌های پزشکی را تجربه می‌کنند [۷]. ادراک خود گزارشی استرس‌زاهای شغلی در میان جمعیت مشاغل فوریتی و اورژانسی در مقایسه با مشاغل غیر فوریتی بیشتر است. افراد شاغل در اورژانس‌ها فشار روانی متعدد و تغییرات جسمی، هیجانی و اجتماعی را تجربه می‌کنند، بنابراین از نظر جسمی مستعد بیماری‌های 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 غیبت‌های مکرر از محیط کار هستند [۸ و ۹]. بنابراین می‌توان گفت میزان فشارهای عصبی، نقل و انتقالات کارکنان و ناراضبیتی شغلی

چکیده

استرس حالتی احساسی است که با تنش، عصبانیت و نگرانی، هراس و افزایش ضربان قلب و فشار خون و برون‌ده قلبی و به بیان کامل‌تر با اثرات روانی و فیزیکی توصیف می‌گردد. استرس یکی از عوامل اساسی در کاهش بهره‌وری در سازمان‌ها و ایجاد عوارض جسمی و روانی در کارکنان است و از آن جا که استرس به عنوان یک جزء مهم سیستم‌های درمانی بهداشتی، دارای اثرات زیاد بر کیفیت مراقبت بالینی است. همواره توجه به مسائل روانی پرسنل فوریت‌های پزشکی که قلب تپنده سلامت کشور محسوب می‌شوند از مهم‌ترین وظایف مدیران ارشد دانشگاه‌های علوم پزشکی می‌باشد. پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر بخشی آرام‌سازی بر شاخص‌های فیزیولوژیک استرس کارکنان مرکز فرماندهی فوریت‌های پزشکی دانشگاه علوم پزشکی مشهد انجام شد. روش پژوهش حاضر مدل نیمه تجربی با روش پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل است. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل ۳۰ نفر از کارکنان پیش‌بیمارستانی اورژانس شامل کارکنان بیسیسم و اپراتور در سال ۱۳۹۶ می‌باشند که با استفاده از روش در دسترس به صورت تصادفی به دو گروه تقسیم شدند که در گروه اول آرام‌سازی طبق پروتکل درمانی ۹ جلسه آموزش و تمرین طی دو ماه انجام شد و گروه دوم به عنوان گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند. برای سنجش داده‌ها از پرسشنامه اندازه‌گیری استرس و اضطراب DASS-21 برای سنجش استرس افراد استفاده شد و برای کنترل فشار خون از گوشی و فشارسنج عقربه‌ای و برای اندازه‌گیری وزن از ترازوی دیجیتال و برای اندازه‌گیری قد از متر استفاده شد و شاخص حجم بدن با استفاده از فرمول آدولف کتلت^۱ محاسبه شد. همچنین در این پژوهش از روش‌های آمار توصیفی شامل میانگین و انحراف استاندارد و از روش آمار استنباطی از تحلیل کوواریانس چند متغیری یک راه مانکوا^۲ و با استفاده از نرم افزار SPSS-20 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. با توجه به نتیجه پژوهش آرام‌سازی در کاهش شاخص‌های فیزیولوژیک استرس کارکنان فرماندهی فوریت‌های پزشکی موثر بود. در نتیجه آرام‌سازی می‌تواند به عنوان روش موثری بر کاهش

^۱ One-way MANCOVA