

بررسی سطح استرس شغلی در پرستاران شاغل در بخش های CCU

پرنده پورقانع^۱، ساره جفاکش^۲، آزاده شهبازی^۲

۱. مربی، عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی گیلان، دانشکده پرستاری مامایی و پیرا پزشکی زینب(س) شرق گیلان، دانشجوی دکترا تخصصی پرستاری
۲. دانشجوی کارشناسی پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی و پیرا پزشکی زینب(س) شرق گیلان

افلاک / سال سوم / شماره ۸ و ۹ / پاییز و زمستان ۱۳۸۶

چکیده

مقدمه و هدف: استرس به معنای فشار یا نیرویی است که از انواع عوامل درونی و بیرونی بر فرد وارد شده و بر رفتار او تأثیر می گذارد. یکی از انواع استرس، استرس ناشی از محیط کار است که بسته به عوامل استرس زای درونی خود می تواند کارکنان را تحت تأثیر قرار دهد. به طور کلی استرس شغلی نوعی استرس است که با عوامل مرتبط با محیط کاری فرد ارتباط دارد. محیط بخش های ویژه از جمله CCU جزو بخش هایی هستند که به دلایل مختلف شغلی، جسمی و روحی می توانند سبب بروز استرس در پرستاران گردند. همچنین می توان گفت افزایش خطاهای شغلی یکی از دهها مشکلی است که با افزایش سطح استرس ارتباط مستقیمی دارد. با توجه به اهمیت موضوع، پژوهش حاضر با هدف تعیین سطح استرس پرستاران شاغل در بخش های CCU بیمارستان های شرق گیلان به عمل آمده تا با شناخت سطح استرس آنان در صورت نیاز راهکارهایی برای کاهش استرس یا سازگاری مثبت آنان ارائه شود.

مواد و روش ها: مطالعه حاضر، یک پژوهش توصیفی - مقطعی است. نمونه مورد مطالعه کلیه پرستاران شاغل در بخش های CCU بیمارستان های شرق گیلان بود (۳۹ نفر). روش نمونه گیری سرشماری بود. ابزار جمع آوری اطلاعات پرسشنامه استرس شغلی (KARASEK) بود. پاسخ های داده شده به صورت مواجهه ۴ تایی (همیشه، اغلب اوقات، گاهی اوقات و هرگز) امتیاز بندی گردید. پرسشنامه ها به روش خود گزارش دهی تکمیل گردیدند.

یافته ها: یافته های پژوهش نشان داد، اکثریت پرستاران (۶۴/۱٪) دارای سطح استرس کم بودند. بر اساس نتایج، ارتباط معنی دار آماری بین جنس و استرس دیده نشد. بین وضعیت تأهل و شدت استرس ($p < 0/001$) و همچنین بین سن و شدت استرس ($p < 0/001$) و سابقه کار و میزان استرس ($p < 0/001$) نیز رابطه معنی دار آماری مشاهده گردید.

نتیجه گیری: استرس شغلی، جدا از به خطر انداختن سلامت جسمی و روحی، روانی پرستاران می تواند مسائلی همچون غیبت های مکرر، کاهش انرژی و بازده کاری و عدم ارائه مراقبت های صحیح پرستاری را به همراه داشته باشد. با توجه به نتایج کسب شده از تحقیق، به نظر می رسد به کار گرفتن پرسنل با تجربه کار بیشتر در کنار افراد کم تجربه و همچنین به کار گرفتن افراد مجرد در کنار افراد متأهل خواهد توانست تا حد زیادی از استرس موجود در بخش های مراقبت های ویژه قلبی بکاهد.

واژه های کلیدی: استرس شغلی، پرستاران، بخش مراقبت ویژه قلبی

مقدمه

انسان موجودی است که به طور مستمر با دنیای خارج در تعامل است. استرس چه به شکل مثبت و چه به شکل منفی، بخشی از زندگی هر فرد می باشد (۱). استرس عاملی است که می تواند با ایجاد مشکلات جسمی و روانی، کارآئی فرد را کاهش دهد (۲). انسان باید در سراسر زندگی به طور مداوم خود را با این استرسورها تطبیق دهد تا بتواند سلامت خود را حفظ نماید (۳). یکی از انواع استرس، استرس ناشی از مشاغل، حرفه ها و در کل محیط کاری است (۴). در واقع کار یک منبع بسیار مهم برای امرار معاش بوده و دارای مقام اجتماعی بالا است و در عین حال می تواند به نارضایتی و تحلیل قوای جسمانی و روانی منجر شود (۵). بسیاری از موارد در بیمارستانها وجود دارند که می توانند سبب ایجاد استرس در پرستاران گردند (۶) و هر کدام از این استرسورها می توانند باعث بروز مشکلات عدیده کاری گردند که افزایش خطاهای شغلی می تواند یکی از دهها مشکل باشد (۱). پرستاران در محیط کاری خود استرس و فشار زیادی را تجربه می کنند که می تواند بر خلق و خوی آنان تأثیر بگذارد و آنان را دچار دلسردی و افسردگی نماید (۷). همچنین استرس های طولانی و مداوم محیط کار می تواند باعث بروز فرسودگی شغلی شده و مسائلی چون استعفا، غیبت های مکرر، کاهش انرژی و بازده کاری را به دنبال آورد (۵). این مسأله شاید ناشی از ماهیت و کیفیت شغل پرستاری باشد، چرا که یک پرستار در کار خویش با مرگ و زندگی، سلامتی و بهبودی انسان ها سر و کار دارد؛ مسائلی که به خودی خود استرس فراوان دارند (۸). بخش های مراقبت ویژه به دلیل ساختار فیزیکی و روانی خاص، دارای استرسورهای فراوانی هستند. وجود دستگاههای متنوع و پروسبجرهای متفاوت درمانی و گوناگونی بیماران، همگی می توانند استرسهای زیادی را برای پرستاران ایجاد کنند (۹). در تحقیقی که بهزادی انجام داد، به این نتیجه رسید

که بین میزان استرس شغلی پرستاران شاغل در بخشهای عادی و ویژه تفاوت معنا داری وجود دارد و پرستاران شاغل در بخشهای ویژه نسبت به پرستاران شاغل در بخشهای عادی از استرس شغلی بیشتری برخوردارند (۱۰). بخش مراقبت ویژه قلبی^۱ از جمله بخش هایی است که پرستاران باید در آن همیشه کاملاً هوشیار باشند، چرا که حیات بیماران در این بخش ها در گرو یک لحظه است و غفلت در این مراکز هرگز معنا ندارد، که این مسأله به نوبه خود می تواند استرس زیادی را برای پرستاران ایجاد کند (۱۱). اگر چه برخی از نتایج نشان می دهند که تنها ۰/۵٪ از پرستاران استرس شدید (۱۲) و همچنین فقط ۲۱/۶۷٪ از این پرستاران علائم جسمی و روانی ناشی از استرس را نشان می دهند (۱۳)، اما از آنجا که نیروی انسانی از ارکان مهم هر سازمانی به شمار می آید و پرستاران در بیمارستانها به عنوان بازوی توانمند سیستم خدمات بهداشتی، درمانی نقش به سزایی در تحول و پیشرفت امور مراقبتی و اجتماعی و درمانی دارند (۱۴) و همچنین به سبب فراوانی بالای پرستاران در گروههای درمانی مراقبتی زمان تماس و ارتباط با بیماران نقش بالای مراقبتی آنها و با توجه به اهمیت پیشگیری و کنترل استرس و نیز ارتقا کیفیت و اثر بخشی مراقبتها شناخت عوامل استرس زای پرستاران بخشهای ویژه می تواند، گام موثری در جهت اتخاذ تدابیر مناسب جهت کاهش استرس کادر پرستاری و ارتقا کیفیت خدمات پرستاری باشد. با توجه به اجتناب ناپذیر بودن برخی از عوامل استرس زا در حرفه پرستاری خصوصاً در بخش های ویژه و لزوم پیشگیری از عوارض جسمی و روانی استرس در شاغلان این حرفه پیشگیری و کاهش استرس بهبود شرایط محیط کار و آموزش روش های مقابله با استرس از جمله مواردی است که بسیار مهم به نظر می رسد. بنابر این با توجه به اهمیت حفظ نیروی پرستاری، سالم نگاه داشتن این قشر در درجه اول به عنوان یک انسان و در

1. Cardiac Care Unit (CCU)

ها را پر نمایند. پس از جمع آوری پرسشنامه ها، پاسخ های داده شده که به صورت مواجهه ۴ تایی (همیشه، اغلب اوقات، گاهی اوقات و هرگز) بود امتیاز بندی گردیدند. به هر یک از پاسخ های داده شده بین ۱ تا ۴ امتیاز داده شد. سپس بر اساس میانه بدست آمده، افراد به دو گروه دارای استرس شغلی زیاد و دارای استرس شغلی کم دسته بندی شدند. از آمار توصیفی و تحلیلی جهت تجزیه و تحلیل آماری استفاده شد، از آزمون مجذور کای دو جهت تعیین چگونگی ارتباط استرس شغلی و متغیر های موجود استفاده شد.

یافته ها

اکثریت واحد های مورد پژوهش (۹۴/۸٪) زن و متأهل (۶۶/۶٪) بودند. ۶۱/۵٪ نمونه در محدوده سنی ۳۰-۴۰ سال قرار داشته و اکثریت (۷۴/۳۵٪) دارای سابقه کار ۵ سال به بالا در CCU بودند (جدول شماره ۱).

یافته های تحقیق نشان داد ۶۴/۱٪ نمونه ها دارای سطح استرس کم (هرگز و گاهی اوقات) بودند و ۳۵/۸٪ سطح استرس زیاد (اغلب اوقات و همیشه) داشتند (جدول شماره ۲). همچنین بر اساس نتایج، ارتباط معنی دار آماری بین جنس و استرس دیده نشد. وضعیت تأهل ($X^2=15/2$ و $p<0/001$)، سن ($X^2=19/8$ ، $p<0/001$) و سابقه کار در CCU ($X^2=19/8$) با شدت استرس رابطه معنی دار آماری نشان دادند.

درجه دوم به عنوان فردی که حافظ سلامت و تندرستی اعضای دیگر جامعه می باشد، لازم است که سطح استرس پرستاران بخش های ویژه مورد بررسی قرار گیرد تا با شناخت سطح استرس آنان، در صورت نیاز راهکار هایی برای کاهش استرس یا سازگاری مثبت آنان با استرس ارائه شود.

مواد و روش ها

مطالعه حاضر یک پژوهش توصیفی- مقطعی است. جامعه پژوهش ۴۲ نفر از پرستاران شاغل در بخش های CCU بیمارستان های شرق گیلان (لاهیجان، آستانه، لنگرود و رودسر) بود که به روش نمونه گیری سر شماری انتخاب شدند. لازم به ذکر است از آنجایی که ۳ نفر از پرستاران در مرخصی طولانی مدت بسر می بردند، بنابراین ۳۹ نفر از پرستاران وارد مطالعه شدند. ابزار جمع آوری اطلاعات، پرسشنامه استرس شغلی (KARASEK) بود. این پرسشنامه شامل ۳۴ سوال است: که هر سوال بر اساس مقیاس لیکرت چهار درجه ای امتیاز بندی شده بود. این پرسشنامه میزان استرس شغلی را در ۵ مقیاس (دامنه تصمیم گیری یا کنترل بر روی کار، عدم امنیت شغلی، ناراحتی از شرایط کاری پرخطر و حمایت اجتماعی) می سنجد. اعتبار و پایایی پرسشنامه به اثبات رسیده است. در آلمان و فرانسه این پرسشنامه با تعداد نمونه ۲۱۴۱۹ کارمند با آلفا کرونباخ ۰/۷۷ و ۰/۸۳ تائید شد (۱۵). در تحقیق دیگری که در سه نوبت (۱۹۹۵)، (۱۹۹۶) و (۱۹۹۷) در یک بیمارستان آموزشی در کانادا با ۴۰۸۴۰ نمونه انجام شد، ثبات درونی با آلفای کرونباخ تایید شد (۱۶). همچنین در تحقیق دیگری که توسط کی دو^۱ و همکارانش در سال ۲۰۰۷ در بیمارستان دانشگاهی کره به انجام رسید، ثبات درونی پرسشنامه بار دیگر با آلفای کرونباخ به تایید رسید (۱۷). پرسشنامه ها بعد از کسب اجازه از مدیریت بیمارستان و مدیریت پرستاری، توسط پژوهشگران بین نمونه ها تقسیم گردیدند و از آنها خواسته شد تا در صورت تمایل، پرسشنامه

جدول شماره ۱: مشخصات فردی پرستاران مورد مطالعه شاغل در بخش های CCU بیمارستان های شرق گیلان ۱۳۸۶

متغیرها	تعداد	درصد
جنس		
مرد	۲	۵/۲
زن	۳۷	۹۴/۸
وضعیت تأهل		
متأهل	۲۶	۶۶/۶
مجرد	۱۳	۳۳/۴
سن		
۲۰-۳۰	۳	۷/۶
۳۰-۴۰	۲۴	۶۱/۵
۴۰-۵۰	۱۲	۳۰/۸۶
سابقه کار در CCU		
کمتر از ۵ سال	۱۰	۲۵/۵۶
بیشتر از ۵ سال	۲۹	۷۴/۴۴

جدول شماره ۲: فراوانی میزان استرس در پرستاران مورد مطالعه شاغل در بخش های CCU بیمارستان های شرق گیلان ۱۳۸۶

میزان استرس	تعداد	درصد
هرگز	۲	۵/۱
گاهی اوقات	۲۳	۵۹/۱
اغلب اوقات	۱۱	۲۸/۲
همیشه	۳	۷/۶
جمع	۳۹	۱۰۰

بحث

مطالعه حاضر نشان داد که بیش از نیمی از افراد دارای سطح استرس کمی بودند و تنها حدود یک سوم از نمونه ها از سطح استرس زیاد داشتند. این در حالی است که در تحقیق زاهدی و همکاران، ۷۶/۴۸٪ از نمونه ها استرس متوسط داشتند (۱). شاید علت نتیجه تحقیق حاضر را بتوان داشتن تجربه کاری بالا اکثریت نمونه ها در این بخش ها دانست. در تحقیقی که خداویسی و همکاران در همدان انجام دادند به این نتیجه رسیدند که ۴۸/۷٪ نمونه ها استرس نداشتند که یکی از دلایل این امر را داشتن تجربه کاری و تأثیر آن در کاهش استرس بیان کردند (۲). در تحقیق کلاگری و همکاران نیز، استرس کارکنان اتاق عمل ضعیف دیده شد که علل آن را سابقه کار و

در نتیجه تسلط بیشتر افراد و آشنایی و تطابق آنها با انواع مشکلات کاری و پیش بینی حوادث بر اساس تجربه و خو گرفتن به محیط شغلی برشمردند (۴). بر اساس نتایج، ارتباط معنی دار آماری بین جنس و استرس دیده نشد، که شاید دلیل این امر تعداد بیشتر زنان نسبت به مردان در نمونه های مورد پژوهش باشد. در تحقیق مژده و همکاران نیز ارتباط معنی دار آماری بین متغیرهای سن و جنس و سطح استرس مشاهده نشد (۱۲). بررسی ها بین وضعیت تأهل و شدت استرس رابطه معنی دار آماری نشان داد. این موضوع می تواند به دلیل درگیری بیشتر متاهلین با مسائل زندگی و همچنین فرصت کم آنان جهت مطالعه و شرکت در کلاس های آموزشی باشد که این عوامل می تواند منجر به افزایش استرس در آنان گردند. در تحقیق مهرابی نیز بین وضعیت تأهل و شدت استرس رابطه معنی دار آماری وجود داشته است (۶). نتایج، رابطه معنی دار آماری را بین سن کمتر و میزان استرس بیشتر نشان داد. در تحقیق اعتمادی نیز، پرستاران کم تجربه و جوان استرس شغلی بیشتری داشتند (۱۸). در تحقیق خداویسی و همکاران کمترین میزان استرس (۶۰٪) در سنین ۳۵ سال به بالا بود که دلیل این امر را سازگاری بیشتر فرد با بالا رفتن سن می دانند (۲).

یافته ها بیانگر کم شدن سطح استرس با افزایش سابقه کار بود و نتایج ارتباط معنی دار آماری را نشان داد. علت این امر را می توان تسلط بیشتر افراد با بالا رفتن سابقه و آشنایی و تطابق آنها با انواع مشکلات بخش و پیش بینی حوادث دانست. یوسفی و همکاران هم در تحقیق خود به این نتیجه رسیدند که با افزایش سابقه کار، از میزان استرس نمونه ها کاسته شده بود (۸). از آنجا که استرس شغلی جدا از به خطر انداختن سلامت جسمی و روحی و روانی پرستاران می تواند مسائلی همچون غیبت های مکرر، کاهش انرژی و بازده کاری و عدم ارائه مراقبت های صحیح پرستاری را به همراه داشته باشد، لذا بررسی علل ایجاد کننده این استرس و برنامه ریزی صحیح جهت رفع یا کاهش این عوامل بایستی مورد توجه قرار گیرد.

نتیجه گیری

با توجه به نتایج بدست آمده در این تحقیق به نظر می رسد به کارگرفتن پرسنل باتجربه کار بیشتر درکنار افراد کم تجربه جهت ارتقا کیفیت کاری آنان و همچنین کاهش استرس در افراد تازه کار مناسب به نظر می رسد تا عوارض استرس در گروه جوان و تازه کار دامنگیر بیماران نشود. همچنین به کار گرفتن افراد مجرد با درگیریهای جانبی و استرس کمتر در کنار افراد متاهلی که شاید جدا از مسئولیت های کاری، مسئولیت های دیگری نیز بر عهده دارند، هم خواهد توانست سبب کاهش استرس کاری در آنان شود.

تقدیر و تشکر

پژوهشگران بر خود لازم می دانند از مسئولین محترم و کادر پرستاری شاغل در بخش های CCU بیمارستان های شرق گیلان که نهایت همکاری را در انجام این پژوهش داشتند کمال تشکر و قدردانی را بنمایند.

منابع

۱. مورگان ف. استرس شغلی. ترجمه: زاهدی م، زارعان ج. شهر کرد. انتشارات روز مهر، ۱۳۸۰: ۱۸-۲۵
۲. خداویسی م، محمدی ن، امیدی ا. بررسی میزان استرس شغلی پرستاران شاغل در بیمارستان های شهر همدان. مجله علمی دانشکده پرستاری و مامایی همدان ۱۳۸۴، ۱۳(۲۴): ۴۴-۵۰
۳. سوری ح، حاتمی سعد آبادی ع. استرس های شغلی در زنان شاغل اهوازی. مجله علمی- پژوهشی حکیم ۱۳۸۲، ۱: ۶۵-۶۹
۴. کلاگری ش، ثناگو ا، میر کریمی، بهنام پور ن. میزان استرس کارکنان اتاق عمل بیمارستان های وابسته به دانشگاه علوم پزشکی گرگان و رابطه آن با برخی از عوامل مرتبط. مجله علمی- ترویجی دانشگاه علوم پزشکی گرگان ۱۳۸۱، ۴(۱۰): ۵۴-۵۹
5. Willams TA. Relationship between stress, job satisfaction, coping strategies among nurses. Public health and the Environment institute. Washington, dc. 2004: 224-228
6. Mehrabi T, Parvin N, Yazdani M, Asman Rafat N. A study of nurses. Iranian journal of nursing and midwifery research 2007. 12(1); 21-24
7. Smith DR. A analysis of mental disorder risk factor among nurses. Journal of safety research 2006. 37(2); 195-200
۸. یوسفی ر، نامداری ک، ادهمیان ا. مقایسه میزان افسردگی و استرس شغل در پرستاران بخش های روانپزشکی و غیر روانپزشکی و گروه کارمندان. فصلنامه دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه ۱۳۸۵، ۴(۲): ۷۶-۸۵
۹. صفری م، برزو س، چراغی م. بررسی استرسورهای موجود برای پرستاران شاغل در بخشهای مراقبت ویژه بیمارستانهای آموزشی دانشگاه علوم پزشکی همدان. همایش سراسری جامعه سالم با مشارکت پرستار و مامادانشگاه علوم پزشکی همدان. شهر همدان ۱۳۸۷: صفحه چکیده
۱۰. بهزادی ح. مقایسه راهبردهای مقابله با فرسودگی و استرس شغلی پرستاران زن در بخشهای ویژه و عادی بیمارستانهای شهر تهران ۱۳۸۴-۱۳۸۳. پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد. دانشگاه علامه طباطبائی(دانشکده روانشناسی وعلوم تربیتی) و موسسه کار و تامین اجتماعی. کدپایان نامه MA8503-18 (خلاصه پایان نامه) www.issi.ir/pages
۱۱. مهرابی ط. بررسی شدت برخی عوامل استرس زای شغلی در پرستاران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه علوم پزشکی اصفهان ۱۳۸۲: صفحه چکیده
12. Mojdeh S, Sabet B, Doostiirani M, Hajian E, Malbousizadeh M. Relationship of nurses stress with environmental-occupational factors. Iranian journal of nursing and midwifery research 2008; 13(1): 6-8
13. Arafat M, Nazel M, Ibrahim N, Attia A. Predictors of psychological well-being of nurses in Alexandria, Egypt. Int J Nurse prac. 2003; 9(5): 313-320
۱۴. محمودی ح، ابراهیمیان ع، سلیمانی م. بررسی عوامل انگیزشی شغلی پرستاران بخشهای ویژه. مجله علوم رفتاری. زمستان ۱۳۸۶، ۱(۲): ۱۷۱-۱۷۸
15. Pelfrene E, Vlerick P, Makrudolf P, Desmet P, Kornitzer M, Debacker G. Scale reliability and validity of the Karasek"Job Demand-control" model in the Belstress study. Work and Stress 2001; 15(4): 297-313
16. Sale J, Kerr M. The sychometric properties Karaseks demand and control scales whthin a single sector:data from a large teaching hospital.Int Aech occup environ Health 2003; 75(3): 145-152 Availabie: www.ncbi.nlm.nih.gov/pub_med/11954981.

17. Kido E, Jian L, Hyungjoon J, Jongtae P, Sangwoo T, Robert K, Sungi C. Psychometric properties of the Korean version of the job content questionnaire: data from health care workers. *International Archives of Occupational and Environmental Health* 2007, 80(6): 497-504

www.springerlink.com/index/A1xoxMZQG1214323.pdf.

۱۸. اعتمادی ث. مقایسه و ارتباط استرس شغلی پرستاران CCU کار و عادی بخش های قلب بیمارستان های دانشگاه های علوم پزشکی تهران و ایران. پایان نامه کارشناسی ارشد. دانشگاه الزهرا. دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی. (چکیده)

seril No: 00731272=cal No: 63188.

<http://database.irandoc.ac.ir>