

البحث السابع

تقييم مشاكل التنفس المرتبطة بالنوم و اضطرابات النوم بين الموظفين العاملين في الرعاية الصحية في مستشفيات جامعة الفيوم

اعداد

د./رضوه الحفني * ، ا.د.م./شيرين الموصللي**، ا.د.م./سيد صبحي**، د./وفاء عبد الواحد***

قسم امراض الصدر - كلية الطب - جامعة الفيوم*، قسم الامراض العصبية-كلية الطب-جامعة الفيوم**، قسم طب المجتمع-كلية الطب-جامعة الفيوم***
نوع البحث: فردي

تاريخ ومكان النشر: المجلة المصرية لأمراض الصدر و التدرن- تاريخ القبول ١٥ فبراير ٢٠١٦ .

ملخص البحث

المقدمه: يلعب النوم دورا في عملية التمثيل الغذائي و المناعة . فله عدد ساعات فترة النوم و اختلال الساعة البيولوجية يساهموا في عدد من المشاكل الصحية بما في ذلك السمنة ، و السكري ، و متلازمة التمثيل الغذائي وأمراض القلب ، و اضطرابات المزاج، و ضعف الادراك و الرعاية الصحية الزائده. يرتبط النوم و التنفس ارتباط محكم. مشاكل التنفس المرتبطة بالنوم تعتبر شائعة جدا في عموم السكان. الشخير و توقف التنفس أثناء النوم هي الاعراض الرئيسية لمشاكل التنفس المرتبطة بالنوم التي يلجا الأطفال و البالغين حاليا الي مراكز اضطراب النوم. الفحص الدقيق عن مشاكل في النوم أمر ضروري. وتبين التقديرات الاقتصادية أن اضطرابات النوم مرتبطة بتكاليف مالية و غير مالية الكبيرة. و يبدو أن أعظم التكاليف المالية تكون غير الطبية مرتبطة بفقدان الإنتاج و مخاطر الحوادث. **الهدف:** وكان الهدف من هذه الدراسة فحص و تحديد مدى انتشار مشاكل في التنفس أثناء النوم و اضطرابات النوم بين الموظفين العاملين في الرعاية الصحية في مستشفيات جامعة الفيوم. **الطرق:** تم جمع البيانات من ١٥٩ شخص العاملين في الرعاية الصحية في مستشفيات جامعة الفيوم . جميع المشتركين أكملوا استبان ذاتيا لكشف مشاكل النوم و استبيان برلين.

النتائج: كان معدل انتشار اضطراب النوم ١٨ (٣، ١١٪) . وكانت مشاكل في النوم خلال النهار $١٦,٣ \pm ٥,٠٢$ و النوم الليلي مشاكل $١٢,٥ \pm ٤,٩٢$. معدل انتشار الأرق في ٣٤٪ . الشخير في ١٢,٦٪ . و عدم الاكتفاء من النوم في ٣٢,١٪ .

الخلاصة: تشير النتائج التي توصلنا إليها أن النعاس أثناء النهار هو شائع بين العاملين في مجال الرعاية الصحية تليها مشاكل في النوم الليلي . التحضر و التصنيع علي نطاق واسع يمكن أن تفسر حدوث مشاكل في النوم لقاطني المناطق الريفية .