

## ملخص البحث الثامن

تقييم مشاكل التنفس المتعلقة بالنوم واضطرابات النوم بين العاملين في مجال الصحة بمستشفيات جامعة الفيوم

المجلة المصرية لأمراض الصدر و الدرن

يوليو 2016 مجلد 65 العدد 3 (667-72)

**الخلفية:** يلعب النوم دوراً في عملية التمثيل الغذائي الطبيعي والمناعة. من المفترض أن تكون مدة النوم القصيرة واختلال مواعيد النوم الطبيعي أسباباً في الإسهام في المشاكل الصحية بما في ذلك السمنة والسكري ومتلازمة التمثيل الغذائي وأمراض القلب واضطرابات المزاج والضعف الإدراكي وزيادة استخدام الرعاية الصحية. النوم والتنفس مرتبطان بإحكام. اضطرابات التنفس المتعلقة بالنوم شائعة جداً لدى عامة السكان. الشخير وانقطاع النفس الانسدادي النومي شائع جداً بين الأطفال والبالغين الآن ويتم عرضهم على مراكز اضطرابات النوم بعد الفحص الدقيق لمشاكل النوم أمراً ضرورياً. تظهر التقديرات الاقتصادية أن اضطرابات النوم ترتبط بتكاليف مالية وغير مالية كبيرة. يبدو أن أكبر التكاليف المالية هي التكاليف غير الطبية المتعلقة بفقدان الإنتاجية ومخاطر الحوادث.

**الهدف من البحث:** فحص وتحديد مدى انتشار مشاكل التنفس أثناء النوم واضطرابات النوم بين العاملين في مجال الصحة والعاملين بمستشفيات جامعة الفيوم.

**منهجية البحث:** تم جمع البيانات من 159 شخصاً تم توظيفهم كعاملين بالرعاية الصحية بمستشفيات جامعة الفيوم. أكمل جميع المرضى الفحص الذاتي وإستطلاع برلين.

**النتائج:** كان معدل انتشار اضطرابات النوم 18 (11.3%). كانت مشاكل النوم خلال النهار  $16.3 \pm 5.02$  وكانت مشاكل النوم الليلية  $12.5 \pm 4.92$ . تم الإبلاغ عن الأرق في 34%. تم الإبلاغ عن الشخير في 12.6%. كما تم الإبلاغ عن عدم الرضا عن النوم في 32.1%.

**الخلاصة:** تشير النتائج التي توصلنا إليها إلى أن النعاس أثناء النهار شائع بين العاملين بالرعاية الصحية يتبعه مشاكل النوم الليلية. التحضر وحجم التصنيع الكبير يمكن أن يفسر حدوث مشاكل النوم بين سكان الريف.