

● نامه به سردبیر

ارتباط بین استرس شغلی و فراوانی بیماری‌های قلبی عروقی در نظامیان

*ناصر خدایی عطالو^۱

کلمات کلیدی: نظامیان، بیماری عروق کرونر، استرس روانی

(سال هجدهم، شماره سوم، پاییز ۱۳۹۵، مسلسل ۵۶)
تاریخ پذیرش: ۹۵/۱/۲۶

فصلنامه علمی پژوهشی ابن سینا / اداره بهداشت، امداد و درمان نهجا
تاریخ دریافت: ۹۴/۹/۱۰

مقدمه

استرس تقریباً در ایجاد تمام بیماری‌ها نقش دارد. استرس شغلی عوامل و رفتارهای خطرناک برای انسان را تقویت می‌کند و بیماری‌ها را تشدید می‌کند [۱]. رابطه بین استرس و بیماری قلبی به خوبی شناخته شده است. استرس شغلی یک ریسک فاکتور بیماری‌های کرونر قلبی بوده [۲] و میزان ابتلا به بیماری‌های قلبی مانند بیماری‌های عروق کرونر قلب را افزایش می‌دهد [۳] که ممکن است به صورت مستقیم از طریق فعال شدن پاسخ نورواندوکورین به استرس باشد و یا به صورت غیرمستقیم و از طریق بروز رفتارهای پرخطر مانند کاهش تحرک، سیگار کشیدن، مصرف الکل و ... باشد. به علاوه استرس شغلی باعث اختلال در عملکرد طبیعی محور هیپوتالاموس-هیپوفیز-آدرنال هم می‌گردد که منجر به افزایش میزان هورمون کورتیزول صبحگاهی می‌شود [۴]. همچنین استرس باعث افزایش میزان آدرنالین پلاسما در ساعات استراحت فرد می‌شود که خود می‌تواند باعث افزایش فشارخون سیستولی، ضربان قلب، کاهش حجم‌های تنفسی و ایسکمی عروق کرونر گردد [۵].

افزایش توان دفاعی نیروهای نظامی همواره مورد توجه هر کشور بوده و میزان استقلال سیاسی، اقتصادی و فرهنگی هر کشوری به توانمند و کارا بودن نیروهای نظامی آن کشور بستگی دارد. برای حفظ توان رزمی و جنگندگی بالا، کارکنان نظامی باید از سلامتی جسمی و روحی خوب برخوردار باشند. لذا شناخت عوامل متعدد که باعث کاهش سلامتی آنها می‌شود امر ضروری است. با توجه به اینکه: ۱- شغل نظامی‌گری استرس‌آور بوده و ۲- فراوانی بیماری‌های قلبی در شغل‌های پراسترس بالا بوده و ۳- اطلاعاتی در باره میزان فراوانی بیماری‌های قلبی نظامیان در دست نیست لذا در این مطالعه فراوانی بیماری‌های قلبی در جامعه نظامیان نسبت به افراد غیرنظامی بررسی شد. به این صورت که تعداد ۳۸۶۰ نفر از بیماران (۵۶۰ نفر مردان نظامی، ۱۱۰۰ زن و ۲۲۰۰ مرد غیرنظامی) که طی مدت ۷ سال در یکی از بیمارستان‌های شهر

تهران به علت سکت قلبی تحت عمل جراحی پیوند عروق کرونر (CABG^۱) قرار گرفتند، از نظر فاکتورهای مانند سن، وزن، قد و شاخص توده بدنی (BMI^۲) مورد بررسی مقایسه شدند. یافته‌ها نشان داد که میانگین سنی بیماران زن ۵۹/۱۹±۰/۹۴، بیماران مرد ۵۸/۱۶±۰/۸۷ و بیماران نظامی که همه مرد بودند ۴۷/۶۵±۱/۱۲ بود. میانگین سن ابتلا به بیماری‌های قلبی در نظامیان نسبت به غیر نظامیان به‌طور معنی‌داری پایین بود ($p < 0.01$). هرچند که میانگین سنی بیماران مرد نسبت به بیماران زن نیز پایین است ولی اختلاف معنی‌داری نشان نداد.

میانگین وزن در نظامیان ۷۵/۹۲±۱/۲۲، در غیرنظامیان مرد ۷۳/۸۳±۱/۰۸ و در خانم‌ها ۶۷/۵۵±۱/۳۱ کیلوگرم بود. میانگین وزن مردان (نظامی و غیرنظامی) نسبت به زنان به‌طور معنی‌دار بالا بود. همچنین میانگین وزن نظامیان نسبت به بیماران مرد غیرنظامی به‌طور معنی‌داری بالا بود ($p < 0.05$). با این وجود تفاوت معنی‌داری در میانگین BMI بین هیچ‌کدام از گروه‌ها وجود نداشت (در زنان ۲۷/۰۵±۰/۸، مردان غیر نظامی ۲۵/۸۵±۰/۵۲ و بیماران نظامی ۲۵/۶۶±۰/۷۵).

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج بررسی ما نشان داد که میانگین سن بیماران عروق کرونر که تحت عمل پیوند رگ قرار گرفته‌اند در آقایان (۵۸ سالگی) کمتر از خانم‌ها (۵۹ سالگی) بوده و مهم‌تر اینکه در نظامیان (۴۸ سالگی) خیلی کمتر از بیماران غیرنظامی بود. عنوان بیمار نظامی شامل هر دو گروه شاغل و کارکنان بازنشسته است. با توجه به مطالعات انجام شده توسط محققین مؤسسه تحقیقات کار آمریکا، که سالیانه شغل‌ها را براساس استرس‌آور بودن رتبه‌بندی می‌کند، نشان داده شده است که طی سال‌های ۲۰۱۲ تا ۲۰۱۵ شغل نظامی‌گری رتبه نخست

1. Coronary artery bypass graft

2. Body mass index

مشاغل پراسترس را کسب کرده و لذا یک شغل استرس آور شناخته می شود [۶]. از طرفی مطالعات زیادی نشان داده اند که استرس میزان بروز بیماری های قلبی را افزایش می دهد [۷]، لذا ما معتقدیم احتمالاً استرس یکی از علل کاهش شدید سن ابتلا به بیماری عروق کرونر در میان نظامیان در مقایسه با افراد غیرنظامی باشد. با توجه به اینکه سن ۴۸ سالگی تقریباً مصادف با سنوات آخر خدمتی نظامیان و یا شروع بازنشستگی آنان است لذا توسعه می گردد که نظامیان در سنوات آخر خدمتی بیشتر تحت مراقبت پزشکی قرار بگیرند.

نتایج وزن سه گروه بیماران نشان داد که میانگین وزن بیماران نظامی (تقریباً ۷۶ کیلوگرم) نسبت به دو گروه بیمار غیرنظامی (به ترتیب ۷۴ و ۶۷ کیلوگرم در مردان و زنان) بیشتر است. ولی به نظر نمی رسد اضافه وزن نظامیان در کاهش سن ابتلا به بیماری قلبی آنها دخالت داشته باشد زیرا معمولاً به جای فاکتور وزن تنها، از فاکتور BMI در بیان اضافه وزن یا چاقی استفاده می گردد. نتایج نشان داد که میانگین مقادیر BMI در هر سه گروه بیماران بالای ۲۵ است، یعنی همه این بیماران قلبی در محدوده اضافه وزن بوده اند ولی مقادیر اضافه وزن در

خانمها با BMI برابر ۲۷/۰۵ بیشتر از آقایان و نظامیان بوده است. مطالعات گذشته، ارتباط بین اضافه وزن (یا چاقی) و بیماری های قلبی را تأیید می کند و در این مطالعه بیشترین مقدار اضافه وزن را بیماران خانم داشته اند با توجه به میانگین بالای سنی ابتلا به بیماری قلبی آنها به نظر نمی رسد این مقادیر کم اضافه وزن (BMI بالا) در بیماری این سه گروه نقش مهمی داشته باشد.

این مطالعه نشان داد که سن ابتلا به بیماری عروق کرونر قلب در جامعه نظامی در مقایسه با جامعه غیرنظامی پایین است و شاید یکی از علل آن استرس آور بودن شغل باشد. لذا پیشنهاد می شود:

۱- ترتیبی اتخاذ شود که میزان استرس در محیط کار نظامیان به حداقل برسد.

۲- نظامیان در سال های آخر خدمتی بیشتر تحت مراقبت های پزشکی و درمانی قرار بگیرند.

۳- با توجه به اضافه وزن هر سه گروه بیماران، توصیه به افزایش فعالیت، ورزش و کاهش رژیم غذایی می شود.

References

1. Jeon W, Lee H, Cho J. Analysis of job stress, psychosocial stress and fatigue among Korean Police Officers. Iranian journal of public health. 2014;43(5):687-688.
2. Consoli SM. Occupational stress and myocardial infarction. Presse medicale 2014;44(7-8):745-751.
3. Chandola T, Britton A, Brunner E, Hemingway H, Malik M, Kumari M, et al. Work stress and coronary heart disease: what are the mechanisms? European heart journal. 2008;29(5):640-648.
4. Kunz-Ebrecht SR, Kirschbaum C, Steptoe A. Work stress, socioeconomic status and neuroendocrine activation over the working day. Social Science & Medicine. 2004;58(8):1523-1530.
5. Theorell T. Stress at work and risk of myocardial infarction. Postgraduate medical journal. 1986;62(730):791-795.
6. Kensing K. The 10 most stressful jobs of 2013. Available from: <http://www.careercast.com/>. Accessed at 6 December, 2015.
7. Heo YS, Leem JH, Park SG, Jung DY, Kim HC. Job stress as a risk factor for absences among manual workers: a 12-month follow-up study. Industrial health. 2015;53(6):542-552.

The relationship between job stress and cardiovascular diseases in military personnel

*Khodae Ataloo N¹

Keywords: Military Personnel, Cardiovascular Diseases, Psychological Stress

1. Assistant professor, Department of physiology, AJA University of Medical Sciences, Tehran, Iran
(*Corresponding Author)
naskod45@yahoo.com