

Сравнительный анализ распространенности тревоги, депрессии и нарушений сна у офисных работников и работников вахтовым методом



Анфилофьева К.С.^{1,2} Михалевич И.Я.¹

Научный руководитель: зав. кафедрой, д.м.н., доцент Брынза Н.С.¹

¹ ООО «Доктор АРБИТАЙЛО», г. Тюмень;

² ФГБОУ ВО «Тюменский государственный медицинский университет», кафедра общественного здоровья и здравоохранения ИНПР.

Актуальность: Вахтовый метод труда предполагает групповую изоляцию, оказывающую заметное влияние на личностные особенности членов группы, на их межличностные взаимоотношения, актуализирует ряд определенных потребностей человека. Проявление этих факторов и формирование неблагоприятных функциональных состояний приводит к снижению производительности труда, к совершению ошибок на рабочем месте, понижает эффективность деятельности вахтовых сотрудников, ухудшает их психическое и физическое здоровье. С одной стороны, работа вахтовым методом в условиях Крайнего Севера налагает повышенные требования к адаптационным способностям работников. С другой стороны, интенсивная офисная работа в регионе постоянного проживания также накладывает свой отпечаток на состояние нервной системы и не может быть полностью проигнорирована.

Цель исследования: сравнить частоту встречаемости тревоги и депрессии, нарушений сна у работников нефтегазового комплекса в зависимости от организации работы.

Научная новизна: сравнительный анализ распространенности тревоги и депрессии, нарушений сна у работников схожей организации труда, но разного способа осуществления деятельности проводится впервые в РФ.

Материалы и методы: В исследование включено 100 работников одной организации нефтегазового комплекса Тюменской области в возрасте от 30 до 40 лет, 50 работников работают в Центральном офисе в г. Тюмени, 50 работников осуществляют офисную деятельность, но вахтовым методом в условиях Крайнего Севера. Респонденты соответствуют по возрасту и стажу работы в одной должности. Работникам предложено заполнение валидизированных опросников: Бергенская шкала нарушений сна, Госпитальная шкала тревоги и депрессии.

Результаты: В ходе исследования у респондентов обеих групп выявлены изменения, однако более тяжелые отмечены в группе работников вахтовым методом. В частности, нарушения сна были выявлены у всех представителей данной группы с минимальным значением в 14 баллов – умеренные нарушения сна, у 25 человек – значения от 18 до 28 баллов – тяжелые нарушения. В отношении тревоги и депрессии нарушения выявлены не у всех работников (38 офисных работников и 42 работника вахтовым методом), тяжесть нарушений была при этом соизмерима (минимум 3 и 5 баллов соответственно, максимум 17 и 18 соответственно).

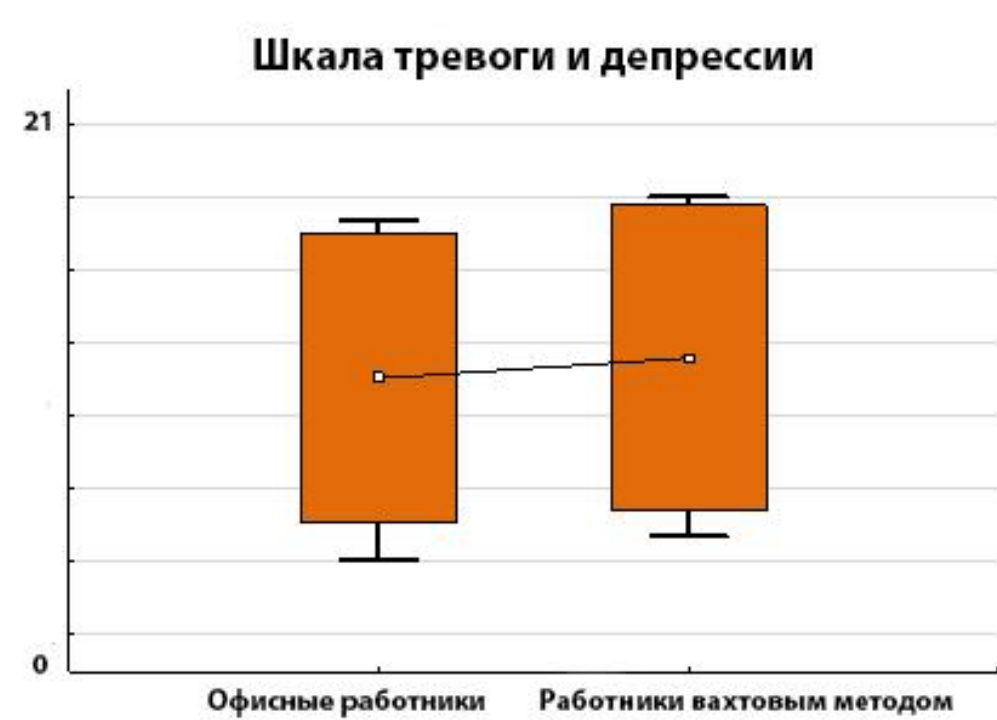


Рис.1 Распространенность тревоги

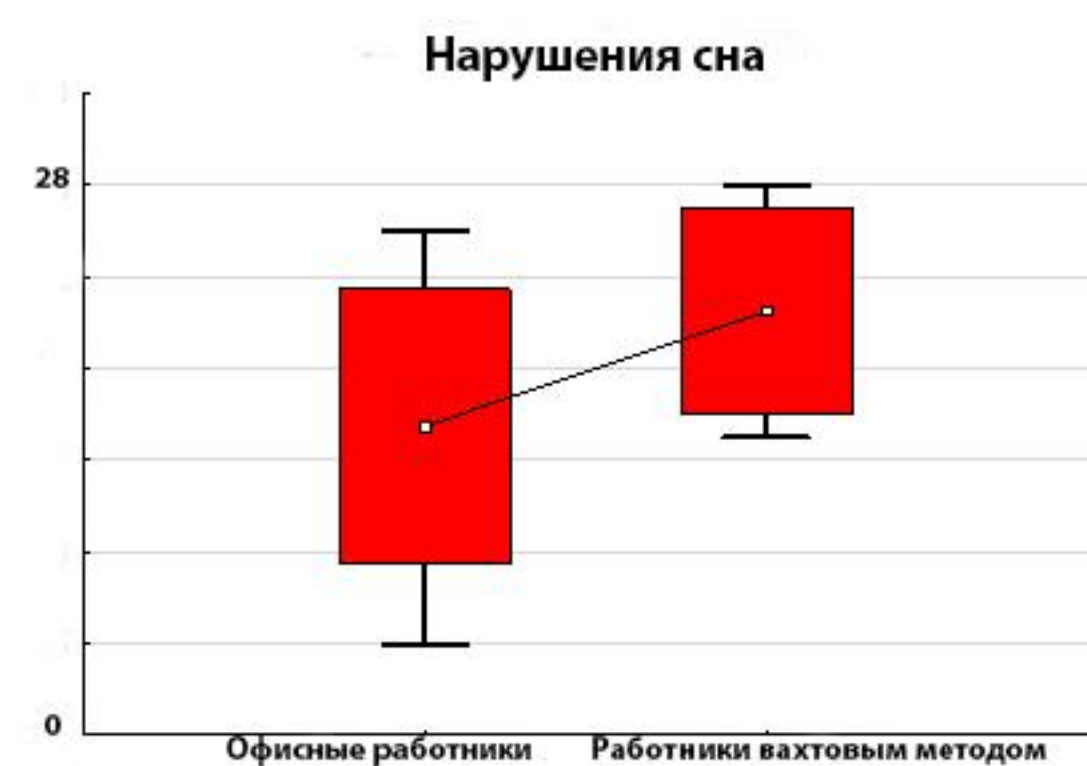


Рис.2 Распространенность нарушений сна

Выводы:

1. Уровень тревожности у работников, осуществляющих деятельность в условиях офиса на территории г. Тюмени, и работников, осуществляющих деятельность вахтовым методом в условиях Крайнего Севера, не имеют статистически значимых различий, что может говорить о высокой интеллектуальной нагрузке и требованиям к работникам.
2. Распространённость нарушений сна у работников, осуществляющих свою деятельность вахтовым методом в условиях Крайнего Севера, статистически значимо выше, по сравнению со второй группой, что говорит о выраженном нарушении циркадных ритмов у работников вахтовым методом
3. Распространенность тревоги и нарушений сна у работников нефтегазового комплекса требует внимания со стороны работодателей для внедрения мер профилактики как в вахтовых поселках, так и в центральных офисах организаций

Список использованной литературы:

1. Спиридонов В.Л. Научно-методическое обоснование современной системы медико-профилактического обеспечения работников нефтегазодобывающих предприятий: автореф. дис. канд. мед. наук. – Москва, Научно-исследовательский институт медицины труда, 2009. – 24 с.
2. Трубецков А.Д. Особенности формирования и течения терапевтической патологии при различных формах вахтового и сменного труда: Автореф. дис. док. мед. наук. – Саратов, 2000. – 35 с.
3. Федотова А.В. Тревожно-депрессивные расстройства в общеклинической практике // Рациональная фармакотерапия в кардиологии, 2008, №3, С. 83-87.
4. Федотова А. Н. Психологический анализ семейных отношений у работников при вахтовой организации труда: выпуск. раб. Архангельск: САФУ, 2016. – 82 с.
5. Buysse D.J. Sleep health: can we define it? Does it matter? // Sleep, 2014, N 37, P.9-17.
6. Costa G. Aging and shift work: A complex problem to face // Chronobiology International. 2008. V. 25. Issue 2-3. P. 165 - 181.
7. Gallegos D. Fly-in fly-out employment: Managing the parenting transitions. – Perth: Centre for Social and Community Research, Murdoch University, 2005. – 115 p.
8. Irwin M.R. Why sleep is important for health: a psychoneuroimmunology perspective. //Annu Rev. Psychol, 2015; N 66. P.143-172.