

PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	Al Sharq Al Awsat
DATE:	28-April-2016
COUNTRY:	Egypt
CIRCULATION:	200,000
TITLE :	Night shifts cause heart disease – with risk falling upon a change of working hours or retirement
PAGE:	27
ARTICLE TYPE:	General Health News
REPORTER:	Staff Report

تراجع المخاطر مع التوقف عن العمل أو التقاعد

نوبات العمل ليلاً تسبب أمراض القلب

تلدن، «الشرق الأوسط»

تزداد مخاطر الإصابة بأمراض القلب للأشخاص الذين يعملون أحياناً في نوبات ليلية، حسبما ذكرت دراسة أميركية. وزادت مخاطر إصابة الممرضات اللاتسي شملتتهن الدراسة، وكان يعملن في ثلاث نوبات ليلية على الأقل شهرياً.

يبتاع في القلب خلال الأعمار الأربعين والخمسين الخالية، مغارة بمرضات يعملن دوماً في نوبات بالنها. وقالت سيلين فيتر التي قادت الدراسة، وهي من كلية هارفارد للطب ومستشفى «برايم أند مين» في بوسطن: «أقلن أنها رسالة مهمة لأنها قد تكون عامل مخاطرة قابلاً للتعديل». وخلال الدراسة استخدمت فيتر وزملاؤها بيانات من أكثر من 189 ألف سيدة، شارك نحو 40 في المائة منهن في دراسة عن صحة الممرضات، بدأت عام 1988. بينما شاركت المتقنيات في دراسة أخرى بدأت في 1989. وكانت سن المشاركات في الدراستين تتراوح بين 25 و55 عاماً. وفي البداية لم تكن أي منهن تعاني من أمراض القلب والشراب التي تنجم عن سبق أو انسداد الشرايين التي تنقل الدم لعضلة القلب.

وخلال فترة الدراسة أصيبت 7303 ممرضات في المجموعة الأولى بمتاعب مرض القلب التاجي، مثل الأزمات القلبية والام الصدر والخضوع لجراحات تغيير الشرايين، بينما بلغ عدد المصابات في الدراسة الثانية 3519. وقال الباحثون في تقرير دورية الجمعية الطبية الأميركية إنه بشكل عام زادت مخاطر الإصابة مع زيادة السنوات التي عملت فيها الممرضات في نوبات عمل ليلية. ولم تعمل المشاركات في الدراسة الثانية في نوبات عمل ليلية، بينما عملت الممرضات في هذه النوبات. وزادت احتمالات الإصابة بمرض القلب التاجي بنسبة 12 في المائة لدى من عملن ليلاً لأقل من خمس سنوات وبنسبة 19 في المائة لدى من عملن ليلاً لفترة تتراوح بين خمس وتسع سنوات و27 في المائة لدى الممرضات اللاتي عملن في نوبات عمل ليلية. بينما عملت الممرضات في الدراسة الأولى في هذه النوبات. وزادت احتمالات الإصابة بمرض القلب التاجي بنسبة 12 في المائة لدى من عملن ليلاً لأقل من خمس سنوات وبنسبة 19 في المائة لدى من عملن ليلاً لفترة تتراوح بين خمس وتسع سنوات و27 في المائة لدى الممرضات اللاتي عملن في نوبات عمل ليلية.

المشكلات الاجتماعية الناجمة عن العمل في ساعات متأخرة. وأضافت أن النتائج قد تنطبق على الأشخاص الذين يعملون في نوبات صباحية مبكرة حيث يتعين عليهم الاستيقاظ خلال الليل. وتابعت قائلة إنه بمجرد أن يتوصل الباحثون لمزيد من البيانات يمكن تحديد مواعيد عمل صحية.

في المائة لدى الممرضات اللاتي قضي عشر سنوات على الأقل في العمل خلال الليل. ووجد الباحثون أن مخاطر الإصابة تراجعت مع توقف النساء عن العمل في النوبات الليلية أو مع تقاعدهن. ولم تفسر الدراسة الصلة، لكن فيتر قالت إنها قد تتعلق بزيادة الالتهابات في الجسم أو