



شغل پرسترس سلامت قلب را تهدید می‌کند

نتایج یک تحقیق جدید نشان می‌دهد که یک شغل دارای استرس می‌تواند تبعات جدی برای سلامت قلب داشته باشد.

نتایج یک تحقیق جدید نشان می‌دهد که یک شغل دارای استرس می‌تواند تبعات جدی برای سلامت قلب داشته باشد. به گزارش خبرگزاری مهر، زنان آمریکایی که شغل خود را پرسترس می‌دانند 67 درصد بیشتر در معرض حمله قلبی قرار دارند و 38 درصد آنها در مقایسه با زنانی که شغل کم استرس تری دارند، در معرض سکنه احتمالی یا ابتلا به فشار خود بالا قرار دارند.

دکترمایکل البرت از بیمارستان بریگهام و زنان در بوستن اظهار داشت: استرسی که در این تحقیق از آن صحبت می‌کنیم استرسی است که از ظرفیت بدن برای مدیریت یا سازگاری نسبی فراتر رفته است.

محققان اظهار داشتند که این تحقیق نظریات قدیمی را که اظهار می‌داشت استرس در محل کار تأثیرات مهمی بر سلامتی بدن دارد فرضیه درستی بوده است.

اگرچه تحقیقات جدید همچنین نشان می‌دهد که کنترل داشتن روی شغل خود تغییرات کمی ایجاد می‌کند، این درحالی است که تحقیقات گذشته اعلام کرده بودند که کنترل روی شغل موجب ایجاد تغییرات بسیاری در زمینه استرس می‌شود.

نتایج این تحقیق در مجله PLoS ONE منتشر شده است.

محققان در این تحقیق از اطلاعات مطالعات سلامتی زنان استفاده کردند که طی آن سلامتی 22 هزار زن آمریکایی طی یک دوره 10 ساله دنبال شده است.

نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که حتی زنانی که گفته اند کنترل بالایی روی شغل خود دارند هنوز هم با استرس رو به رو هستند و این امر خطراتی را برای سلامتی آنها در پی داشته است. تحقیقات پیشین نشان می‌داد که کنترل داشتن روی شغل خود می‌تواند به کاهش استرس کمک کند.

داشتن میزان بالایی از کنترل روی شغل نشان می‌دهد که فرد به سطح مشخصی از قدرت در شغل خود رسیده است و برای مثال در سمت مدیریت یا مدیریت اجرایی قرار گرفته است.

رادی فنویک استاد جامعه شناسی دانشگاه آکرون در اوهایو که در این تحقیقات شرکت نداشت، اظهار داشت: یکی از نکات جالب توجه که محققان دریافتند این مسئله بوده است که امنیت شغلی تأثیر اندکی روی خطرات حمله قلبی داشته است این درحالی است که تحقیقات پیشین برخلاف این مسئله را نشان می‌داد.

براساس اظهارات فنویک، این عدم ارتباط امنیت شغلی روی سلامتی بدین علت است که عدم امنیت شغلی به یک مسئله عادی تبدیل شده است، این روزها بسیاری از مردم انتظار ندارند که کارفرما در سراسر فعالیت حرفه ای خود از همان کارمندان همیشگی استفاده کند.

این درحالی است که فنویک نتایج این تحقیقات را کامل و درست توصیف کرد و اهمیت آن را مورد تأکید قرار داد.

محققان اظهار داشتند که بسیاری از شرکت کنندگان در این تحقیق سفید پوست بودند بنابراین ممکن است نتایج این تحقیق در مورد سایر گروه های دیگر نیز کاربرد داشته باشد.