

عنوان مقاله:

بررسی کیفیت خواب و عوامل مرتبط با آن در رانندگان کامیون شهر کرمان در سال 1390

محل انتشار:

مجله بهداشت و توسعه، دوره 2، شماره 1 (سال: 1392)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

مجتبی امکانی - دانشجوی کارشناسی ارشد مهندسی بهداشت حرفه ای، مرکز تحقیقات دانشجویی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

نرگس خانجانی - استادیار، مرکز تحقیقات نورولوژی، دانشگاه علوم پزشکی کرمان، کرمان، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: خواب یکی از مهمترین نیازهای زیستی انسان می باشد که نقش مهمی در سلامت و کیفیت زندگی افراد دارد. در این بین یکی از گروه های شغلی که کیفیت خواب بر ایمنی و انجام وظیفه آن مؤثر است، شغل رانندگی می باشد. این مطالعه با هدف، بررسی کیفیت خواب رانندگان کامیون شهر کرمان انجام گرفت. روش ها: مطالعه حاضر به روش مقطعی، توصیفی- تحلیلی در سال 1390 و در بین 100 نفر از رانندگان کامیون در پایانه های باربری شهر کرمان به وسیله نمونه گیری تصادفی انجام شد. ابزار جمع آوری داده ها، یک پرسش نامه دموگرافیک و پرسش نامه استاندارد کیفیت خواب (Pittsburgh Sleep Quality Index یا PSQI) بود. داده ها با آزمون های آماری t , ANOVA, $X(2)$ و ضریب همبستگی Pearson تجزیه و تحلیل شدند. نتایج: میانگین سنی رانندگان $40/51 \pm 9/03$ سال، میانگین سابقه کار رانندگی $15/25 \pm 8/26$ سال و میانگین نمره کلی کیفیت خواب $7/58 \pm 0/37$ از 21 بود. در کل 61 درصد از رانندگان کیفیت خواب نامطلوب داشتند. همچنین رابطه بین سن رانندگان ($P < 0/01$) و سابقه کار رانندگی ($P = 0/02$) با کیفیت خواب و تعداد ساعات کاری در شبانه روز با سن ($P = 0/03$) معنی دار بود. بحث و نتیجه گیری: نتایج مطالعه حاضر نشان داد که کیفیت خواب بیشتر رانندگان کامیون شهر کرمان وضعیت نامطلوبی دارد. بنابراین با توجه به این که خواب یکی از عواملی است که می تواند بر سلامت رانندگان و ایمن شدن جاده ها تأثیرگذار باشد، پیشنهاد می شود که برای رفع مشکلات خواب رانندگان تدابیری اندیشیده شود.

کلمات کلیدی:

خواب، کیفیت خواب، رانندگان کامیون

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/514955>

