

## استرس شغلی و ارتباط آن با اختلالات اسکلتی - عضلانی در پرستاران

فرخنده صالحی<sup>۱\*</sup>، سارا صالحی ذهابی<sup>۲</sup>، فریبا صالحی ذهابی<sup>۳</sup>

۱. کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران. [farkhondesalehi@gmail.com](mailto:farkhondesalehi@gmail.com)
۲. دانشجوی کارشناسی ارشد روانشناسی عمومی، گروه روانشناسی و مشاوره، واحد سنندج، دانشگاه آزاد اسلامی، کردستان، ایران.
۳. دانشجوی کارشناس پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران.

پرستاری یکی از مشاغل مهم و حساس در نظام سلامت می باشد که نیاز شغلی فیزیکی و روانی خاص خود را دارد. نیازهای کار به همان اندازه که در این مکان افزایش می یابد، درجات گوناگونی از استرس شغلی توسط پرستاران تجربه می گردد. یکی از مشکلات بسیار شایع در پرستاران بروز اختلالات اسکلتی-عضلانی است. نتایج مطالعات انجام شده نشان داده است که شرایط نامناسب محیط کار مانند نیازهای شغلی بالا، سطح پایین کنترل شغلی و حمایت اجتماعی پایین در محیط کار سبب افزایش استرس شغلی و متعاقب آن پیامدهای منفی ناشی از آن از جمله اختلالات عصبی و اختلالات اسکلتی-عضلانی در افراد می شود. اختلالات اسکلتی عضلانی یکی از عوامل شایع آسیب های شغلی و ناتوانی در کشور های صنعتی و کشورهای در حال توسعه می باشد بطوری که مطالعات نشان داده اند که فاکتورهای زیادی در بروز این آسیب ها دخیل اند که می توان آنها را به وضعیت فیزیکی نامناسب، فاکتورهای روانی، اجتماعی، سازمانی و فردی تقسیم نمود. این اختلالات در نواحی گردن، شانه، بازو، مچ و کمر رخ می دهد که در این میان شیوع کمردرد بیشتر است بطوری که برخی مطالعه ها نشان داده اند که افراد بعد از ابتلا به این آسیب ها به طور موقت و یا دائم از شغل خود فاصله گرفته اند. لذا با توجه به نقش مهم استرس شغلی و ارتباط آن با اختلالات اسکلتی عضلانی در پرستاران در این مطالعه به صورت مروری این مهم بررسی می شود تا بتوان تدابیر مدیریتی جهت بهبود شرایط محیط کار و آموزش های لازم به منظور کاهش، کنترل و پیشگیری از اختلالات اسکلتی عضلانی در این افراد اندیشیده شود.

**واژه های کلیدی:** استرس شغلی، پرستار، اختلال اسکلتی عضلانی