



شیوع اختلالات خواب در کارکنان یک کارخانه تولید لبنیات و اثر آن بر توانایی انجام کار

یاسر لبافی نژاد^۱، میر سعید عطارچی^۲، حسین دانش^۳، زهرا ایمانی زاده^۴

تاریخ پذیرش: ۹۵/۰۹/۱۳

تاریخ ویرایش: ۹۵/۰۷/۲۵

تاریخ دریافت: ۹۴/۱۲/۰۲

چکیده

زمینه و هدف: اختلالات خواب از مشکلات رایج به خصوص در جوامع مدرن و صنعتی می باشد. میزان بروز آن در جمعیت های مختلف، گوناگون گزارش شده است. بروز این مشکلات در افراد شاغل و کارگر منجر به بروز آسیب های شغلی و کاهش عملکرد ایشان می شود و می تواند خطر آفرین باشد. در این مطالعه به بررسی رابطه ی اختلال خواب و توانایی انجام کار پرداخته شد.

روش بررسی: این مطالعه به صورت مقطعی در تمام کارگران یک کارخانه ی تولید لبنیات در سال ۱۳۹۳ انجام شد. در این مطالعه از پرسشنامه ی Stop Bang جهت بررسی آپنه ی انسدادی خواب، (ESS-Epworth Sleepiness Scale) جهت بررسی خواب آلودگی و (Work ability index - WAI) جهت بررسی توانایی انجام کار استفاده شده است. داده های به دست آمده از این پرسشنامه ها به همراه اطلاعات دموگرافیک مورد تحلیل و آنالیز قرار گرفت.

یافته ها: در این مطالعه در نهایت ۲۱۵ نفر مورد سنجش واقع شدند. ارتباط بین یافته های سه پرسشنامه ی ESS، StopBang و WAI از لحاظ آماری معنادار بود. ارتباط سن با WAI و StopBang، وضعیت تحصیلی با ESS، سابقه کاری با StopBang، استعمال دخانیات با StopBang و ESS، سال های استعمال دخانیات با StopBang و BMI و StopBang با معنادار بود. بین دو پرسش نامه ی خواب ارتباط معنادار مثبت وجود داشت و هر دو پرسش نامه با شاخص توانایی انجام کار ارتباط معکوس معنی دار داشتند.

نتیجه گیری: نتایج بدست آمده ارتباط قوی اختلالات خواب، آپنه انسدادی خواب و شاخص توانایی کار را نشان می دهد. لذا جهت جلوگیری از بروز عوارض برگشت ناپذیر و آسیب های متعاقب اختلال خواب و کاهش عملکرد شغلی در کارگران، لازم است غربالگری انجام شده و توجه بیشتر به مسائل بهداشت خواب کارگران صورت گیرد.

کلیدواژه ها: بیماری خواب، Workability index، Stop Bang، ESS، کارخانه لبنیات.

مقدمه

نمی دهند و مشخص شده است که OSA با هزینه های پزشکی - سلامتی زیادی در بالغین در سن کار همراه است [۱]. مشکلات خواب با بیماری های قلبی عروقی مانند فشار خون که ۲۹ درصد جمعیت را درگیر می کند و مرگ ناشی از بیماری های قلبی عروقی که تا ۴۱ درصد از مرگومیر ایرانیان را شامل می شود ارتباط دارد [۲-۴].

کاهش بهره وری و افزایش غیبت از کار، شایع ترین اختلالات عملکرد کاری در افراد دچار بی خوابی است. حوادث کاری در بین شاغلانی که دچار اختلال خواب شدید هستند شایع تر می باشد. نتایج پژوهشی نشان داد افراد دچار آپنه انسدادی خواب هستند مشکلات

اختلالات خواب از مشکلات رایج به خصوص در جوامع صنعتی محسوب می شود. این مشکلات از آن رو که افراد در تمام سنین را درگیر می کنند و دامنه ی تأثیر آن ها جوانب مختلفی از زندگی بشر را درگیر می کند، در رده ی مشکلات مهم سلامت فردی و اجتماعی محسوب می شوند. میزان بروز آن در جمعیت های مختلف، گوناگون و از ۱۰ تا ۴۰ درصد گزارش شده است [۱]. تخمین زده می شود که ۴ درصد مردان و ۲ درصد زنان از آپنه انسدادی خواب رنج می برند (OSA) و اکثریت بیماران از این مشکل بی اطلاع بوده و پیگیری مناسب درمانی را انجام

۱- دانشیار و عضو هیات علمی گروه و مرکز تحقیقات طب کار، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران.

۲- دانشیار و عضو هیات علمی دانشگاه گیلان، رشت، ایران.

۳- استادیار و عضو هیات علمی، گروه طب کار، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، بندرعباس، ایران.

۴- نویسنده مسئول) استادیار و عضو هیات علمی، گروه طب کار، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان، بندرعباس، ایران. drzaryimanizade@gmail.com

سندروم پای بی‌قرار (RLS) مورد بررسی قرار گرفت. از ۱۰۰۰ آمریکایی که هفته‌ای بیش از ۳۰ ساعت کار می‌کردند در مورد وضعیت استخدام، عملکرد شغلی و وضعیت و کیفیت خواب سؤال شد. ساعات کاری طولانی با میزان خواب کمتر همراه بود و میزان خواب کمتر با اختلالات شغلی بیشتری همراهی داشت. نتایج این مطالعه حاکی از این بود که ساعات کاری طولانی می‌تواند به کمبود مزمن خواب منجر شده و پیامد اختلال عملکرد کاری را به دنبال داشته باشد [۱۱].

Omachi و همکاران در سال ۲۰۰۹ مطالعه‌ای جهت بررسی آپنه‌ی انسدادی خواب، به‌عنوان ریسک فاکتوری برای ناتوانی شغلی طراحی نمودند. در این مطالعه ۱۵۰ فرد شاغل بررسی شدند که از بین آن‌ها، ۸۳ نفر در پلی‌سونوگرافی، مبتلا به OSA بودند و در مقایسه با بیمارانی که مبتلا به OSA نبودند، در خطر بالاتری از ناتوانی اخیر شغلی قرار داشتند [۵].

Mulgrew و همکاران در سال ۲۰۰۷ مطالعه‌ای را جهت بررسی اثر آپنه‌ی انسدادی خواب و خواب‌آلودگی روزانه بر محدودیت کاری انجام دادند. در این مطالعه ۴۲۸ نفر مورد بررسی قرار گرفتند. نتایج مطالعه حاکی از این بود که رابطه‌ی معنی‌داری بین شدت OSA و محدودیت کاری وجود ندارد. البته تفاوت معنی‌داری بین کسانی که OSA خفیف و OSA شدید داشتند از لحاظ مدیریت زمان $1/23\%$ زمان محدود در مقابل $8/43\%$ ، و تعاملات ذهنی/فردی $9/17\%$ در مقابل 33% ، وجود داشت. همچنین در مقابل ارتباطاتی معنی‌دار بین خواب‌آلودگی روزانه ارزیابی‌شده توسط پرسشنامه Epworth Sleepiness Scale (ESS) و معیارهای محدودیت کاری وجود داشت. بیماران با امتیاز کسب شده ۵ و کمتر از پرسشنامه ESS محدودیت کاری، کمتری به نسبت کسانی که امتیاز ۱۸ و بیشتر داشتند، بروز می‌دادند که از جنبه‌ی مدیریت زمان $7/19\%$ در مقابل $6/38\%$ ، روابط بین شخصی-ذهنی $5/15\%$ در مقابل 36% و خروجی کار $8/16\%$ در مقابل 36% بود. همچنین افرادی که اختلالات خواب آن‌ها تحت درمان قرار گرفته بود بهبود

بیشتری برای تمرکز و یادگیری داشته و میزان بالاتری از حوادث و آسیب‌های کاری را در مقایسه با گروه کنترل دارند [۵]. در مطالعات گذشته نیز اثر خواب‌آلودگی بر اساس پرسش‌نامه‌ی Epworth Sleepiness Scale (ESS) و بیماری‌های خواب در کارکنان تولیدی کارخانه‌ها مشخص شده است [۶].

همچنین مطالعات همراهی بی‌خوابی را با کاهش عملکرد فیزیکی و ذهنی، اضطراب و عدم توانایی انجام کارهای پیچیده؛ کاهش پیشرفت و رضایت شغلی؛ غیبت از کار بیش‌ازحد و کاهش عملکرد شغلی را نشان داد [۷]. در مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۵ بر دانشجویان پزشکی سال آخر انجام شد در ایشان کیفیت زندگی کلی کمتر از دانشجویان دام‌پزشکی همان مقطع تحصیلی گزارش شد که یکی از دلایل مطرح در این موضوع کم‌خوابی ایجادشده به دلیل کشیک‌های متعدد در پزشکان جوان می‌باشد [۸]. در مطالعه دیگری مشخص شد که افراد دچار بی‌خوابی، نقص تمرکز و حافظه، کاهش توانایی برای انجام کارهای روزانه و همچنین کاهش لذت از روابط شخصی را دارند [۹].

Labbafinejad و همکاران در سال ۲۰۱۴ مطالعه‌ای را با هدف بررسی همراهی اختلال خواب با توانایی انجام کار کارگران در یک شرکت تولید کننده قطعات ماشین انجام دادند. در این مطالعه ۹۳۱ کارگر مرد کارخانه بررسی شدند و توانایی کار آن‌ها با استفاده از پرسشنامه شاخص توانایی انجام کار و اختلال خواب هم توسط پرسشنامه‌ی MUSIC-Norrtalje بررسی شد. میانگین نمره شاخص توانایی انجام کار به‌طور معنی‌داری در گروه با اختلال خواب $(28/41)$ پایین‌تر از گروه بدون اختلال خواب $(10/44)$ بود. نتایج آنالیز رگرسیون لجستیک، ارتباطی معنی‌داری بین توانایی انجام کار و اختلال خواب را نشان داد [۱۰].

در مطالعه Swanson و همکاران که در سال ۲۰۱۱ انجام شد به بررسی همراهی اختلالات خواب با عملکرد کاری پرداخته شده است. در این مطالعه عملکرد شغلی در افراد در معرض خطر برای اختلالات خواب شامل بی‌خوابی، آپنه انسدادی خواب (OSA) و

استفاده نمودیم [۱۶]. این پرسشنامه دارای ۷ آیتم می‌باشد که هر کدام از آن‌ها دارای محدوده نمرات مختلف می‌باشند. آیتم اول وضعیت توانایی انجام کار در حال حاضر در مقایسه با بهترین وضعیت توانایی انجام کار در طول زندگی بوده و دارای محدوده ۰ تا ۱۰ امتیاز می‌باشد. آیتم دوم توانایی انجام کار در ارتباط با نیازهای شغلی بوده و دارای محدوده ۲ تا ۱۰ امتیاز می‌باشد. آیتم سوم و چهارم به ترتیب تعداد بیماری‌هایی که در حال حاضر توسط پزشک تشخیص داده شده است و تخمین تأثیر این بیماری‌ها بر توانایی انجام کار بوده و به ترتیب دارای محدوده ۱ تا ۷ امتیاز و ۱ تا ۶ امتیاز می‌باشند. آیتم پنجم تعداد مرخصی به علت بیماری در یک سال گذشته بوده و دارای محدوده ۱ تا ۵ امتیاز می‌باشد. آیتم ششم پیش بینی و پیش آگهی توانایی انجام کار در دو سال آینده توسط شرکت کننده بوده و دارای امتیاز ۱ یا ۴ یا ۷ می‌باشد. آیتم هفتم منابع ذهنی بوده و دارای محدوده ۱ تا ۴ امتیاز می‌باشد. در تمام آیتم‌ها بهترین وضعیت فرد دارای بیشترین نمره می‌باشد. شاخص توانایی انجام کار از حاصل جمع امتیازات این ۷ آیتم محاسبه می‌گردد. بالاتر بودن نمره شاخص توانایی انجام کار، نشان دهنده وضعیت توانایی انجام کار مناسب تر می‌باشد. محدوده نمره این شاخص از ۷ تا ۴۹ امتیاز می‌باشد. همچنین می‌توان شرکت‌کنندگان را برحسب نمره این شاخص در چهار گروه با توانایی انجام کار ضعیف (نمره ۷ تا ۲۷)، با توانایی انجام کار متوسط (نمره ۲۸ تا ۳۶)، با توانایی انجام کار خوب (نمره ۳۷ تا ۴۳) و با توانایی انجام کار عالی (نمره ۴۴ تا ۴۹) طبقه بندی نمود.

برای ارزیابی اختلال خواب، از دو پرسشنامه Epworth Sleepiness Scale و StopBang (ESS) استفاده شد. پرسشنامه StopBang یک روش غربالگری برای آپنه انسدادی خواب است که به بررسی ۸ آیتم شامل جنسیت (جنسیت مذکر ریسک فاکتور تلقی می‌شود)، سن (سن بیشتر از ۵۰ سال ریسک فاکتور تلقی می‌شود)، شاخص توده بدنی (شاخص توده بدنی بیشتر از ۳۵ کیلوگرم بر مترمربع ریسک فاکتور

واضحی در مدیریت زمان و روابط بین شخصی-ذهنی پیدا کردند [۱۲].

البته در مطالعه Lian و همکاران مشخص شد که میزان کم‌خواب به‌طور معنی‌داری با ناتوانی کاری متعاقب آن، ارتباط ندارد [۱۳]. به نظر می‌رسد تحقیقات بیشتر برای شفاف‌سازی ارتباط اختلال خواب و عملکرد کاری مورد نیاز است.

علی‌رغم شیوع بالای اختلالات خواب، در ایران مطالعات اندکی بر روی اثرات آن‌ها بر عملکرد کاری انجام شده است. در این مطالعه ما به بررسی ارتباط اختلال خواب با توانایی انجام کار پرداخته‌ایم.

روش بررسی

این مطالعه به روش مقطعی در سال ۲۰۱۳ در یک کارخانه لبنیات در شهر تهران انجام شد. تمام کارگران این کارخانه که سابقه‌ی حداقل یک سال کار داشتند وارد مطالعه شدند. از ۲۸۷ نفر کارگر تولید لبنیات، ۲۴۱ نفر رضایت برای همکاری داشتند و در مطالعه شرکت کردند. برای همه شرکت‌کنندگان اطلاعات دموگرافیک (شامل سن، سطح تحصیلات، وضعیت تأهل، مصرف سیگار و...)، اطلاعات پزشکی (سابقه بیماری، مصرف دارو و...)، اطلاعات شغلی مانند سابقه کار، شیفت کاری بر اساس مطالعات قدیم [۱۴، ۱۵] و پرسشنامه‌های شاخص توانایی انجام کار، ESS و StopBang از طریق مصاحبه مستقیم جمع‌آوری گردید. همچنین وزن و قد شرکت‌کنندگان اندازه‌گیری و شاخص توده بدنی برحسب کیلوگرم بر مترمربع محاسبه شد. شاخص خروج از مطالعه عدم پاسخ به حتی یک سؤال از پرسشنامه‌ی مرتبط با توانایی انجام کار، StopBang، Epworth Sleepiness Scale (ESS) بود. در این پژوهش اصول رازداری رعایت و تایید کمیته اخلاق دانشگاه و رضایت آگاهانه شرکت‌کنندگان اخذ شد.

توانایی انجام کار شرکت‌کنندگان توسط شاخص توانایی انجام کار مورد ارزیابی قرار گرفت. در این پژوهش ما از نسخه فارسی این پرسشنامه که روایی و پایایی آن در مطالعات پیشین مشخص شده است

مطالعه سطح معنی‌داری کمتر از ۰,۰۵ و محدوده اطمینان ۹۵٪ در نظر گرفته شد.

یافته‌ها

از بین ۲۸۷ نفر، ۲۱۵ پرسش‌نامه‌ی کامل بدست آمد (میزان پاسخ دهی ۷۴,۹ درصد). بیش از ۹۵٪ شرکت‌کنندگان مذکر بودند. داده‌های دموگرافیک این جمعیت را در جداول ۱ و ۲ مشاهده می‌کنید. از نظر توانایی انجام کار هیچ فردی در سطح ضعیف وجود نداشت. از نظر پرسش‌نامه‌ی StopBang ۷/۱۷٪ افراد دارای ریسک متوسط و بالا برای آپنه‌ی انسدادی خواب بودند و در پرسش‌نامه‌ی ESS، ۸/۱۵٪ افراد پاسخ غیر طبیعی داده بودند (جدول ۱ و ۲).

برای بررسی اثر متغیرهای گوناگون روی مقدار کمی بدست آمده از پرسش‌نامه‌های WAI، ESS و StopBang از آزمون ANOVA استفاده شد که نتایج آن را در جدول ۳ مشاهده می‌کنید.

جنسیت با هیچ کدام از پرسش‌نامه‌های ذکر شده ارتباطی نداشت. وضعیت تأهل با توانایی انجام کار مرتبط بود. متوسط عدد بدست آمده در افراد متأهل ۴۲/۸۸ (با انحراف معیار ۱۶/۵) و در افراد مجرد، بیوه یا مطلقه ۲۷/۴۱ (با انحراف معیار ۱۰/۵) بود که نشان می‌دهد افراد متأهل دارای توانایی انجام کار بالاتری می‌باشند. سطح تحصیلات با پرسش‌نامه‌ی StopBang ارتباط داشت که در آن متوسط این عدد در افراد با سطح تحصیلات تا دیپلم ۲۸/۱ (با انحراف معیار ۵۴/۱) و در افراد با تحصیلات دانشگاهی معادل

تلقی می‌شود)، فشارخون (وجود فشارخون بالا یا تحت درمان بودن بعلا ۳۵ فشارخون بالا ریسک فاکتور تلقی می‌شود)، اندازه دور گردن (اندازه دور گردن بیشتر از ۴۰ سانتی متر ریسک فاکتور تلقی می‌شود)، خستگی و خواب‌آلودگی (خستگی یا خواب‌آلودگی در طی روز ریسک فاکتور تلقی می‌شود)، خروپف (وجود خروپف ریسک فاکتور تلقی می‌شود) و قطع تنفس شبانه می‌پردازد. افراد برحسب اینکه ۳ یا بیشتر از ۳ ریسک فاکتور یا کمتر از ۳ ریسک فاکتور داشته باشند در گروه با خطر بالا و کم برای آپنه انسدادی خواب قرار می‌گیرند. البته طبقه بندی دیگری هم وجود دارد که افراد بدون ریسک فاکتور تا ۲ ریسک فاکتور دارای ریسک کم، افراد دارای ۳ یا ۴ ریسک فاکتور دارای ریسک متوسط و افراد دارای ۵ تا ۸ ریسک فاکتور دارای ریسک بالا برای آپنه انسدادی خواب قرار می‌گیرند [۱۷]. در مطالعه‌ی صادق نیت و همکاران حساسیت و ویژگی و روایی و پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه مشخص شده است [۱۸].

پرسشنامه‌ی Epworth Sleepiness Scale، پرسشنامه‌ی ای است که سطح کلی خواب‌آلودگی روزانه فرد را می‌سنجد. این پرسشنامه حاوی ۸ سؤال به صورت لیکرتی و ۴ حالت است که فرد می‌تواند امتیاز ۰ تا ۳ را برای هر سؤال کسب می‌نماید و در کل سوالات، یک فرد می‌تواند امتیاز ۰ تا ۲۴ را کسب نماید. منابع کسب امتیاز ۰ تا ۱۰ را نرمال و ۱۱ تا ۲۴ را غیر نرمال دانسته‌اند [۱۹]. در مطالعه‌ی یزدی و همکاران روایی و پایایی نسخه فارسی این پرسشنامه مشخص شده است [۲۰].

داده‌ها از مطالعه وارد رایانه شدند و با نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. در آنالیز توصیفی از میانگین و انحراف معیار استفاده شد. در آنالیز تحلیلی برای متغیرهای کمی و متغیرهای کیفی از تست ANOVA استفاده شده. برای ارتباط سنجی بین متغیرها از آزمون Correlation و برای بررسی میزان اثرات نسبی هر متغیر و بررسی اثرات مداخله‌گر آنالیز رگریشن خطی استفاده شد. در این

جدول ۱ - آنالیز توصیفی و بررسی متغیرهای کمی

انحراف معیار	میانگین	
۷/۲۶۸	۳۳/۴۰	سن
۴/۵۹۸	۵/۷۵	سابقه‌ی کار
۲/۸۵	۲۵/۵۴	BMI
۱/۳۷۹	۸/۸۲	ساعات کاری در روز
۳/۳۵	۵/۴۲	عدد نهایی ESS
۱/۴۴	۱/۱۲	عدد نهایی StopBang
۵/۱۹	۴۲/۳۸	عدد نهایی WAI

جدول ۳- ارتباط بین مقادیر کمی پرسش نامه ها و متغیر های کیفی (تست ANOVA)

StopBang	ESS	WAI	
۰/۰۹۳	۰/۴۸۸	۰/۴۴۲	جنسیت
۰/۵۲۸	۰/۶۰۲	۰/۰۳۸	وضعیت تاهل
۰/۰۲۷	۰/۷۴۰	۰/۸۶۲	سطح تحصیلات
۰/۷۴۸	۰/۹۲۲	۰/۸۲۵	نوع شیفت کاری
۰/۱۴۵	۰/۵۱۳	۰/۷۹۴	نوع شغل
۰/۰۰۲	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	مصرف دخانیات
۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	-	طبقه بندی WAI
-	۰/۰۰۱	۰/۰۰۱	طبقه بندی
۰/۰۰۱	-	۰/۰۰۱	StopBang طبقه بندی ESS

جدول ۲- آنالیز توصیفی و بررسی متغیر های کیفی

جنسیت	تعداد	درصد
زن	۹	۴/۲
مرد	۲۰۶	۹۵/۸
متاهل	۱۵۰	۶۹/۸
مجرد یا مطلقه	۶۵	۳۰/۲
سطح	۱۴۲	۶۶/۰
بدون تحصیلات دانشگاهی	۷۳	۳۴/۰
تحصیلات دانشگاهی	۱۵۰	۶۹/۸
نوع شیفت کاری	۹	۴/۲
روز کار	۶	۲/۸
عصر کار	۵۰	۲۳/۳
شب کار	۵	۲۳/۳
چرخشی	۱۶۳	۷۵/۸
اداری	۱۷۷	۸۲/۳
تولیدی	۴	۱/۹
هرگز	۳۴	۱۵/۸
ترک کرده	۰	۰
آری	۳۲	۱۴/۹
ضعیف	۷۵	۳۴/۹
متوسط	۱۰۴	۴۸/۴
خوب	۱۷۷	۸۲/۳
عالی	۳۱	۱۴/۴
ریسک کم (۲-۰)	۷	۳/۳
ریسک متوسط (۳-۴)	۱۸۱	۸۴/۲
ریسک بالا (۵-۸)	۳۴	۱۵/۸
طبیعی (۸-۰)		
غیر طبیعی (۹-۲۴)		

آزمون Correlation به آن‌ها بیشتر خواهیم پرداخت. برای بررسی اثرات متغیر های کمی بر عدد نهایی حاصل از پرسش نامه‌ها، آزمون Pearson correlation انجام شد که نتایج آن را در جدول ۴ مشاهده می‌کنید.

بین سن و پرسش نامه های ESS و StopBang ارتباط معنی‌دار مثبت و بین آن و پرسش نامه ی WAI ارتباط معنی‌دار منفی مشاهده شد که این نشان می دهد با افزایش سن احتمال آپنه‌ی انسدادی خواب و خواب‌آلودگی روزانه افزایش می یابد و توانایی انجام کار کاهش نشان می دهد. سابقه ی کار فقط با پرسش نامه ی StopBang ارتباط مثبت معنی‌دار داشت. میزان شاخص توده ی بدنی (BMI) یکی از مؤلفه های پرسش نامه ی StopBang می‌باشد و بدیهی است که با افزایش آن، عدد نهایی حاصله از این پرسش نامه نیز بالا برود. شاخص توده ی بدنی با عدد حاصل از پرسش نامه ی WAI نیز ارتباط معنی‌دار ولی از نوع منفی داشت که نشان می دهد با افزایش این شاخص توانایی انجام کار کاهش پیدا می‌کند. ساعات کاری در روز ارتباط معنی‌داری با هیچ کدام از پرسش نامه ها نداشت. هنگام بررسی ارتباط این سه پرسش نامه با یکدیگر مشخص گردید که عدد حاصل از پرسش‌نامه‌ی WAI با دو پرسش نامه ی دیگر ارتباط معنی‌دار و منفی دارد که نشان می دهد توانایی انجام کار با میزان آپنه ی

۸۲/۰ (با انحراف معیار ۱۷/۱) بود که نشان می دهد آپنه ی انسدادی خواب در افراد با تحصیلات پایین‌تر بیشتر می‌باشد. بین شیفت کاری و نوع شغل و هیچ کدام از اعداد پرسش نامه ها ارتباطی مشاهده نشد. مصرف دخانیات با تمامی پرسش نامه‌ها ارتباط معنی‌دار داشت که به ترتیب عدد بدست آمده از پرسش نامه‌های WAI، ESS و StopBang در افراد سیگاری معادل ۷۸/۳۹، ۲۳/۷ و ۸۱/۱ و در افراد غیر سیگاری به ترتیب معادل ۹۵/۴۲، ۰۳/۵ و ۹۷/۰ بود. این داده‌ها نشان می‌دهد که سیگار کشیدن باعث کاهش توانایی انجام کار و افزایش خواب‌آلودگی روزانه و آپنه ی انسدادی خواب می گردد. بین تمامی پرسش نامه ها به صورت کمی و کیفی ارتباط معنی‌دار وجود داشت که بعداً در

جدول ۴- ارتباط بین مقادیر کمی پرسش نامه ها و متغیر های کمی (CORRELATION)

StopBang		ESS		WAI		
p	Pearson correlation	p	Pearson correlation	p	Pearson correlation	
۰/۰۰۱	۰/۴۹۷	۰/۰۰۳	۰/۲۰۴	۰/۰۰۱	۰/۲۲۶	سن
۰/۰۰۱	۰/۲۵۰	۰/۲۲۷	۰/۰۸۳	۰/۱۸۳	۰/۰۹۲	سابقه ی کار
۰/۰۰۱	۰/۴۰۳	۰/۱۷۴	۰/۰۹۴	۰/۰۲۶	۰/۱۵۴	BMI
۰/۷۱۷	۰/۰۲۵	۰/۱۲۹	۰/۱۰۴	۰/۰۸۶	۰/۱۱۸	ساعات کاری در روز
۰/۰۰۱	۰/۵۰۷	۰/۰۰۱	۰/۵۴۸	-	-	عدد نهایی WAI
-	-	۰/۰۰۱	۰/۳۷۳	۰/۰۰۱	۰/۵۰۷	عدد نهایی StopBang
۰/۰۰۱	۰/۳۷۳	-	-	۰/۰۰۱	۰/۵۴۸	عدد نهایی ESS

جدول ۵- آزمون رگرسیون خطی برای بررسی توانایی انجام کار بر اساس پرسش نامه ی StopBang

p-value	عدد بتا	
۰/۸۳۰	۰/۰۱۱	سن
۰/۳۹۳	۰/۱۲۴	BMI
۰/۰۰۴	۰/۹۸۰	وضعیت تاهل*
۰/۰۰۱	۰/۹۱۹	عدد پرسش نامه ی Stop bang

*مرجع افراد متاهل، عدد ثابت معادل ۴۴،۳۵ با معنی داری ۰،۰۰۱

جدول ۶- آزمون رگرسیون خطی برای بررسی توانایی انجام کار بر اساس پرسش نامه ی ESS

p-value	عدد بتا	
۰/۰۲۶	۰/۰۹۸	سن
۰/۳۳۵	۰/۱۰۴	BMI
۰/۰۰۱	۰/۱۳۸	وضعیت تاهل*
۰/۰۰۱	۰/۸۰۳	عدد پرسش نامه ی ESS

*مرجع افراد متاهل، عدد ثابت معادل ۵۵،۵۰ با معنی داری ۰،۰۰۱

نامه ی ESS، سن نیز ارتباط معنی دار خود را حفظ کرد که این می تواند به علت ارتباط خطی بین عدد پرسش نامه ی StopBang و سن باشد که در آزمون رگرسیون اول باعث از بین رفتن معنی داری سن شده بود.

بحث و نتیجه گیری

در این مطالعه بین وضعیت تاهل و توانایی انجام کار، میزان تحصیلات و ریسک آپنه ی انسدادی خواب و همچنین بین مصرف سیگار و تمامی اندکس های مورد نظر (توانایی انجام کار، آپنه ی انسدادی خواب و میزان خواب آلودگی روزانه) ارتباط معنی داری بدست آمد. هر سه اندکس نیز با یکدیگر ارتباط معنی داری داشتند.

انسدادی خواب و خواب آلودگی روزانه ارتباط معکوس دارد. عدد حاصل از پرسش نامه های ESS و StopBang نیز با یکدیگر ارتباط معنی دار مثبت داشتند.

برای بررسی شاخص های پیش بینی کننده ی توانایی انجام کار، متغیر های معنی دار وارد آزمون رگرسیون خطی شدند (جدول ۵).

بعد از رگرسیون سن و BMI اهمیت خود را از دست دادند ولی عدد پرسش نامه ی StopBang وضعیت تاهل معنی دار باقی ماندند. در بررسی موازی دیگر به جای عدد پرسش نامه ی StopBang، عدد پرسش نامه ی ESS وارد آزمون شد (جدول ۶). در این آزمون علاوه بر وضعیت تاهل و عدد پرسش

بر اساس این مطالعه در مورد افرادی که در این زیرگروه قرار می‌گیرند حرفی به میان آورد. مطالعه‌ی حاضر یک مطالعه‌ی مقطعی می‌باشد که در آن ارتباط علیتی قابل بررسی نمی‌باشد و فقط می‌توان ارتباط متغیرها با یکدیگر (Correlation) را بررسی کرد. نحوه‌ی جمع اطلاعات از طریق پرسش‌نامه بوده است و با وجودی که پرسش‌نامه‌ها دارای روایی و پایایی خوبی می‌باشند، نمی‌توان به‌طور کل تورش‌های یادآوری و غیره را از میان برد.

مطالعه‌ی ما در اکثر موارد همسو با مطالعات پیشین می‌باشد. یک مزیت مهم بررسی مقادیر پرسش‌نامه‌ها به صورت کمی می‌باشد که نشان می‌دهد خود عدد حاصل از پرسش‌نامه‌ها نیز می‌تواند در آنالیزها مورد استفاده قرار گیرد. چنین مطالعه‌ای در کارکنان لبنیات سازی صورت نگرفته بود و بررسی ارتباط بیماری‌های خواب و کار کردن در کارخانه‌ی تولید لبنیات ایده‌ی جدیدی می‌باشد. میزان پاسخ دهی به پرسش‌نامه نیز در حد ۷۵٪ بود که میزان بالایی به حساب می‌آید. پیشنهاد می‌شود مطالعات بعدی اثرات متغیرهای بیشتری را روی توانایی انجام کار مورد بررسی قرار دهند و طراحی مطالعه به صورت کوهورت باشد تا بتوان ارتباط علیتی را مورد بررسی قرار داد.

در پایان نشانه‌های پیش‌بینی کننده‌ی توانایی انجام کار که ارتباط قوی با این متغیر دارند عبارت بودند از سن، وضعیت تأهل و عدد پرسش‌نامه‌ی ESS (که در آزمون رگرسیون با توجه به ارتباط بین سن و پرسش‌نامه‌ی StopBang ارتباط مشخص تری داشت) که می‌توان از این شاخص‌ها در مواردی که دسترسی به داده‌های توانایی انجام کار نداریم استفاده کرد.

ارتباط بین وضعیت تأهل و توانایی انجام کار، میزان تحصیلات و ریسک آپنه‌ی انسدادی خواب و همچنین بین مصرف سیگار و تمامی پرسش‌نامه‌های مورد نظر (توانایی انجام کار، آپنه‌ی انسدادی خواب و میزان خواب‌آلودگی روزانه) در این مطالعه معنی‌دار بودند و هر سه اندکس نیز با یکدیگر ارتباط معنی‌داری

شاخص توانایی انجام کار ارتباط معکوس نسبتاً قوی با عدد پیرسون کمتر از -0.5 با پرسش‌نامه‌های دیگر داشت. عدد نهایی پرسش‌نامه‌ی ESS و StopBang با یکدیگر ارتباط مثبت ولی با عدد پیرسون نسبتاً پایین (معادل 0.373) داشتند.

در مطالعه‌ای که در چین روی ۹۷۶ شاغل در صنعت شیمی به بررسی توانایی انجام کار پرداخته بود نشان داده شد که توانایی انجام کار در افراد غیر متاهل بالا تر می‌باشد [۲۱]. می‌توان این تفاوت را در جنبه‌های فرهنگی متفاوت پیدا کرد و بررسی اثر این متغیر روی توانایی انجام کار نیاز به بررسی‌های بیشتری دارد. در مطالعه‌ای در کشور استرالیا روی بیش از ۳۰۰۰ نفر مشخص شد که سطح تحصیلات پایین در کنار درآمد پایین ریسک آپنه‌ی انسدادی خواب را بالا می‌برد که مطالعه‌ی ما نیز همسو با این مطالعه می‌باشد [۲۲]. اثر سیگار نیز بر بیماری‌های گوناگون بررسی شده و در مطالعات گذشته اثر آن بر آپنه‌ی انسدادی خواب (که با StopBang بررسی شده) [۲۳]، میزان خواب‌آلودگی روزانه (که با ESS مورد بررسی قرار گرفته) [۲۴] و توانایی انجام کار [۲۵] مشخص شده است. اثرات مشکلات خواب بر توانایی انجام کار نیز در مطالعات قبلی بررسی شده است [۱۰] ولی این مطالعات بیشتر به بررسی اثر متغیرها در پیش‌بینی توانایی انجام کار خوب و پایین پرداخته است. در مطالعه‌ی حاضر ما به بررسی ارتباط کمی امتیازهای هر پرسش‌نامه پرداختیم که نشان داده شد این سه پرسش‌نامه از نظر مقادیر کمی نیز با هم ارتباط معنی‌داری دارند و الزامی به تعیین نقطه برش برای آنالیز این داده‌ها نمی‌باشد. محدودیت‌هایی در این مطالعه وجود داشتند. یکی از آن‌ها تعداد پایین زنان شرکت کننده در مطالعه بود که چون در محیط‌های کاری تعداد زنان بسیار کمتر از مردان می‌باشد نمی‌تواند انتظار تعداد بالای شرکت کننده‌ی زن را انتظار داشت. در قسمت پرسش‌نامه‌ی توانایی انجام کار نیز هیچ فردی در گروه ضعیف قرار نگرفت و در آنالیز ناگزیر مجبور به حذف این زیر مجموعه از توانایی انجام کار داشتیم از این رو نمی‌توان



sleep research. 2011;20(3):487-94.

12. Mulgrew AT, Ryan CF, Fleetham JA, Cheema R, Fox N, Koehoorn M, et al. The impact of obstructive sleep apnea and daytime sleepiness on work limitation. *Sleep medicine*. 2007;9(1):42-53.

13. Lian Y, Xiao J, Liu Y, Ning L, Guan S, Ge H, et al. Associations between insomnia, sleep duration and poor work ability. *Journal of psychosomatic research*. 2015;78(1):45-51.

14. Labbafinejad Y, Danesh H, Imanizade Z. Assessment of upper limb musculoskeletal pain and posture in workers of packaging units of pharmaceutical industries. *Work (Reading, Mass)*. 2017;56(2):337-44.

15. Labbafinejad Y, Imanizade Z, Danesh H. Ergonomic Risk Factors and Their Association With Lower Back and Neck Pain Among Pharmaceutical Employees in Iran. *Workplace health & safety*. 2016;64(12):586-95.

16. Abdolalizadeh M, Arastoo AA, Ghsemzadeh R, Montazeri A, Ahmadi K, Azizi A. The psychometric properties of an Iranian translation of the Work Ability Index (WAI) questionnaire. *Journal of occupational rehabilitation*. 2012;22(3):401-8.

17. Chung F, Subramanyam R, Liao P, Sasaki E, Shapiro C, Sun Y. High STOP-Bang score indicates a high probability of obstructive sleep apnoea. *British journal of anaesthesia*. 2012;108(5):768-75.

18. Sadeghniaat-Haghighi K, Montazeri A, Khajeh-Mehrzi A, Ghajarzadeh M, Alemohammad ZB, Aminian O, et al. The STOP-BANG questionnaire: reliability and validity of the Persian version in sleep clinic population. *Quality of life research: an international journal of quality of life aspects of treatment, care and rehabilitation*. 2015;24(8):2025-30.

19. Pahwa P, Karunanayake CP, Hagel L, Gjevrev JA, Rennie D, Lawson J, et al. Prevalence of High Epworth Sleepiness Scale scores in a rural population. *Canadian respiratory journal: journal of the Canadian Thoracic Society*. 2012;19(2):e10-4.

20. Yazdi Z, Sadeghniaat-Haghighi K, Zohal MA, Elmizadeh K. Validity and reliability of the Iranian version of the insomnia severity index. *The Malaysian journal of medical sciences: MJMS*. 2012;19(4):31-6.

21. Wu SY, Wang MZ, Wang ZM, Lan YJ. [Study on relationship between fatigue and work ability in chemistry workers]. *Wei sheng yan jiu = Journal of hygiene research*. 2005;34(1):10-2.

22. Adams RJ, Piantadosi C, Appleton SL, Hill CL, Visvanathan R, Wilson DH, et al. Investigating obstructive sleep apnoea: will the health system have

داشتند (توانایی انجام با دو اندکس دیگر ارتباط معکوس دارد). از این رو می توان برای راحتی بیشتر کار از یک پرسش نامه (بهترین مورد توانایی انجام کار) به جای هر سه مورد استفاده کرد.

منابع

1. Ohayon MM. Epidemiology of insomnia: what we know and what we still need to learn. *Sleep medicine reviews*. 2002;6(2):97-111.

2. Attarchi M, Mohammadi S, Nojomi M, Labbafinejad Y. Knowledge and practice assessment of workers in a pharmaceutical company about prevention of coronary artery disease. *Acta medica Iranica*. 2012;50(10):697-703.

3. Javaheri S, Redline S. Insomnia and risk of cardiovascular disease. *Chest*. 2017.

4. Attarchi M, Golabadi M, Labbafinejad Y, Mohammadi S. Combined effects of exposure to occupational noise and mixed organic solvents on blood pressure in car manufacturing company workers. *American journal of industrial medicine*. 2013;56(2):243-51.

5. Omachi TA, Claman DM, Blanc PD, Eisner MD. Obstructive sleep apnea: a risk factor for work disability. *Sleep*. 2009;32(6):791-8.

6. Taniyama Y, Nakamura A, Yamauchi T, Takeuchi S, Kuroda Y. Shift-work disorder and sleep-related environmental factors in the manufacturing industry. *Journal of UOEH*. 2015;37(1):1-10.

7. Metlaine A, Leger D, Choudat D. Socioeconomic impact of insomnia in working populations. *Industrial health*. 2005;43(1):11-9.

8. Labbafinejad Y, Danesh H, Imanizade Z. Comparison of the Perceived Quality of Life between Medical and Veterinary Students in Tehran. *Journal of veterinary medical education*. 2016;43(1):41-6.

9. Hasson D, Gustavsson P. Declining sleep quality among nurses: a population-based four-year longitudinal study on the transition from nursing education to working life. *PloS one*. 2010;5(12):e14265.

10. Labbafinejad Y, Ghaffari M, Bahadori B, Mohammadi S, Abdi A, Namvar M, et al. The effect of sleep disorder on the work ability of workers in a car accessories manufacturing plant. *Medical journal of the Islamic Republic of Iran*. 2014;28:111.

11. Swanson LM, Arnedt JT, Rosekind MR, Belenky G, Balkin TJ, Drake C. Sleep disorders and work performance: findings from the 2008 National Sleep Foundation Sleep in America poll. *Journal of*



the capacity to cope? A population study. Australian health review: a publication of the Australian Hospital Association. 2012;36(4):424-9.

23. Ebrahimi MH, Sadeghi M, Dehghani M, Niiat KS. Sleep habits and road traffic accident risk for Iranian occupational drivers. International Journal Of Occupational Medicine and Environmental Health. 2015;28(2):305-12.

24. Braeckman L, Verpraet R, Van Risseghem M, Pevernagie D, De Bacquer D. Prevalence and correlates of poor sleep quality and daytime sleepiness in Belgian truck drivers. Chronobiology International. 2011;28(2):126-34.

25. Mohammadi S, Ghaffari M, Abdi A, Bahadori B, Mirzamohammadi E, Attarchi M. Interaction of lifestyle and work ability index in blue collar workers. Global Journal of Health Sciences. 2015;7(3):90-7.

Prevalence of sleep disorders and its effects on the work ability in a dairy company

Yasser Labbafinejad¹, Mir Saeed Attarchi², Hossein Danesh³, Zahra Imanizade⁴

Received: 2016/02/21

Revised: 2016/10/16

Accepted: 2016/12/03

Abstract

Background and aims: Sleep disorders are among the most prevalent disorders today and especially in the industrial and developed countries. Their prevalence have been varied in different populations. The occurrence of these disorders in working population can cause occupational injuries and reduces the performance of the employees. It also can be hazardous. In this article, the association between sleep disorders and the work ability index are considered.

Methods: This is a cross-sectional study performed in a dairy company on all the employees in the year 2013. In this study, the StopBang questionnaire for assessment of the sleep apnea, Epworth Sleepiness Scale (ESS) questionnaire for assessment of sleepiness, and the work ability index (WAI) for assessment of work ability were used. The gathered data from these questionnaires were analyzed in conjunction with the demographic data.

Results: In this study, 215 workers were finally considered. The associations between the three questionnaires (WAI, ESS, and STOP Bang) were statistically significant. There were also significant associations between age and WAI and STOP Bang; the level of education and ESS; work history and STOP Bang; smoking and all three questionnaires; pack-years of smoking and STOP Bang; and also the employee's body mass index (BMI) and STOP Bang. There was positive correlation between ESS and STOP Bang and both these questionnaires were negatively correlated with WAI.

Conclusion: The results showed a strong correlation between sleep disorders (sleepiness and sleep apnea) and the work ability index. It is important to consider the sleep hygiene and performance of screening for sleep disorders in the employees to reduce the irreversible injuries and associated problems and also reduce the problem of lowered productivity.

Keywords: Sleep disorders, ESS, Workability index, StopBang, Dairy factory.

1. Associate professor, Occupational Medicine Department and Research Center, School of Medicine, Iran University of Medical Sciences, Tehran, Iran.

2. Associate Professor, Guilan University of Medical Sciences, Rasht, Iran.

3. Assistant Professor, Department of Occupational Medicine, Faculty of Medicine, Hormozgan University of Medical Sciences, Bandar Abbas, Iran.

4. (**Corresponding author**) Assistant Professor, Department of Occupational Medicine, Faculty of Medicine, Hormozgan University of Medical Sciences, Bandar Abbas, Iran. drzaryimanizade@gmail.com