

Vardiyalı Çalışma Biçiminin Hemşireler Üzerindeki Psikolojik Etkisi: Depresyon

«Psychological Effect of Shift Work on Nurses: Depression»

Arş. Gör. Oya Çelebi Çakıroğlu*

Yrd. Doç. Dr. Arzu Kader Harmancı Seren**

*İstanbul Medeniyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü

**İstanbul Üniversitesi Florence Nightingale Hemşirelik Fakültesi, Hemşirelikte Yönetim Anabilim Dalı

İÇERİK PLANI

GİRİŞ

PROBLEM

AMAÇ

GEREÇ-YÖNTEM

BULGULAR

SONUÇ

ÖNERİLER

GİRİŞ

- Uluslararası literatürde “**Shift Work**” olarak adlandırılan vardiyalı çalışma biçimi, iki ya da daha fazla ekibin farklı zaman dilimlerinde aynı işi yapması amacıyla geleneksel çalışma saatlerinin uzatan bir çalışma biçimidir (Pati et al., 2001).



Değişik türleri olmakla birlikte en yaygın kullanılan vardiyalı çalışma türü sabah, akşam, gece olarak adlandırılan, çalışma süresi sekiz saatten oluşan sistemdir (Pati et al. 2001).

Sağlık sekt6r6 bağlamında d6ş6n6ld6ę6nde; sağlık hizmetlerinin

- 24 saat boyunca
- bireye 6zg6,
- acil ve kesintisiz

Bu alışma biçiminin neden olduğu fiziksel, sosyal ve psikolojik birçok sorunla karşı karşıya kalarak hizmet sunmaya çalışan profesyonellerin başında, sağlık çalışanlarının çoğunluğunu oluşturan «hemşireler» gelmektedir (T6rk Hemşireler Derneęi, 2008).



PROBLEM

- Literatürde vardiyalı çalışma şeklinin depresif belirtilerin ortaya çıkma riskini artırdığı ifade edilmektedir.
- Ancak buna rağmen hemşireler gibi mesleğin genel özellikleri arasında vardiyalı çalışmanın olduğu bir meslek grubunda bu konuda yapılan çalışmaların sınırlı olduğu vurgulanmaktadır (Lee et al. 2016).

GEREÇ - YÖNTEM

İstanbul Üniversitesi İnternet Erişim Ağı

«Nurse»

«Shift Work»

«Depression»

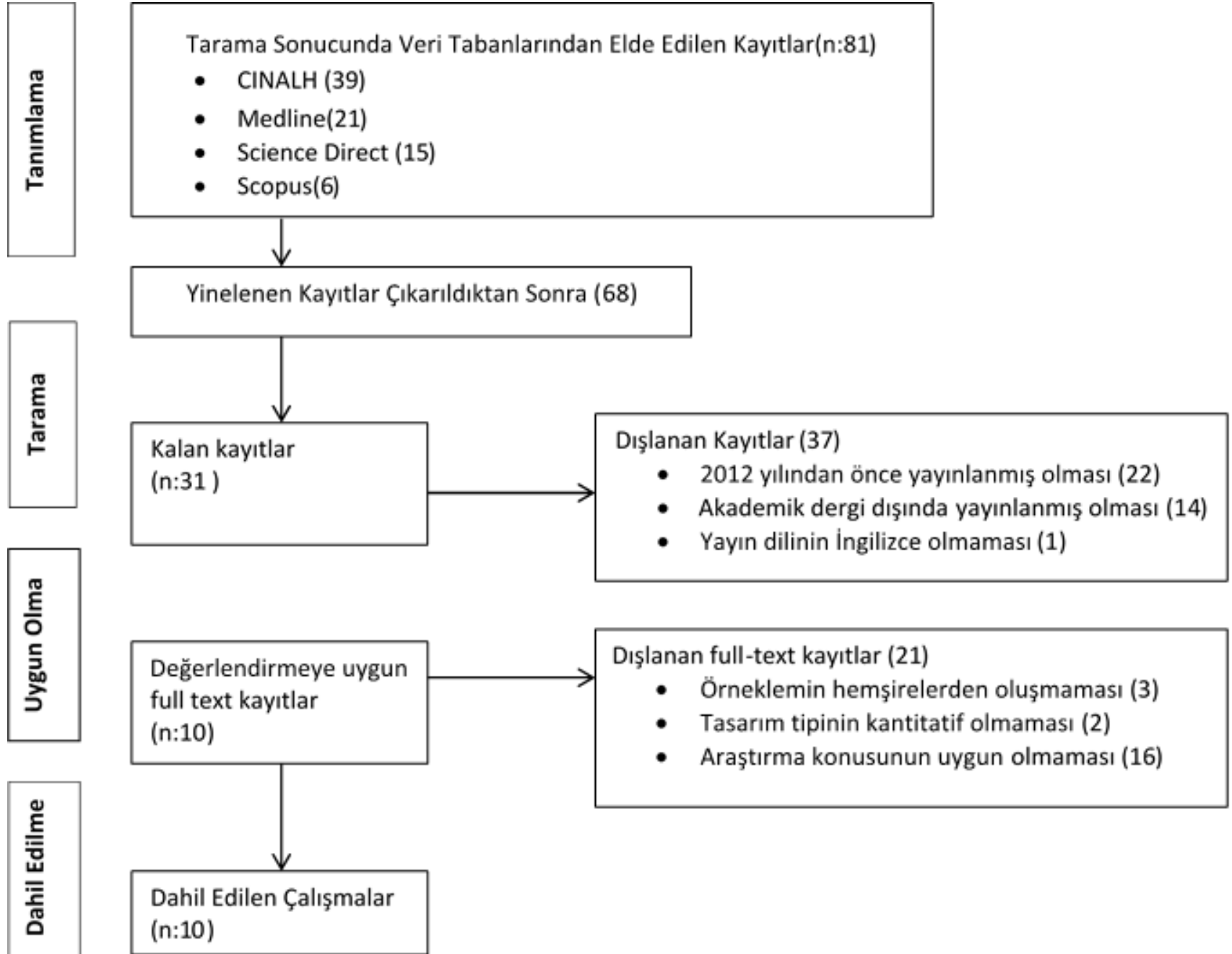
Cinalh(39)

Medline(21)

Science Direct(15)

Scopus(6)

PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses)



BULGULAR

YAZAR	AMAÇ	TASARIM	ÖRNEKLEM	SONUÇ
Togo, Yoshizaki & Komatsu, 2017	Depresif belirtiler, sabahları veya akşam aktif olma derecesi, uyku süresi ve vardiyalı çalışma arasındaki ilişkileri incelemek	İlişki arayıcı	1252 hemşire	Rotasyonlu vardiyada çalışan hemşirelerde, gündüz çalışan hemşirelere göre depresyon skoru anlamlı düzeyde yüksek bulundu
Flo et al., 2017	11 saatten daha kısa sürede işe geri dönmenin sağlık problemlerine neden olup olmadığını belirlemek	Boylamsal	1224 hemşire	Vardiyaya hızlı geri dönüşün azaltılması, bir yıllık takip sürecinde SWD (aşırı uyku, patolojik yorgunluk ve anksiyete-depresyon) riskini azalttı.
Lee et al., 2016	Kadın hemşirelerdeki depresyon prevalansını ve vardiyalı çalışma ile depresyon şiddeti arasındaki ilişkiyi belirleme	İlişki arayıcı	9789 hemşire	Vardiyalı çalışan hemşireler ve çalışmayan hemşireler arasında depresyon semptomları anlamlı düzeyde farklıydı. Vardiyalı çalışan hemşirelerde depresyon prevalansı ve depresyon şiddeti daha yüksekti.

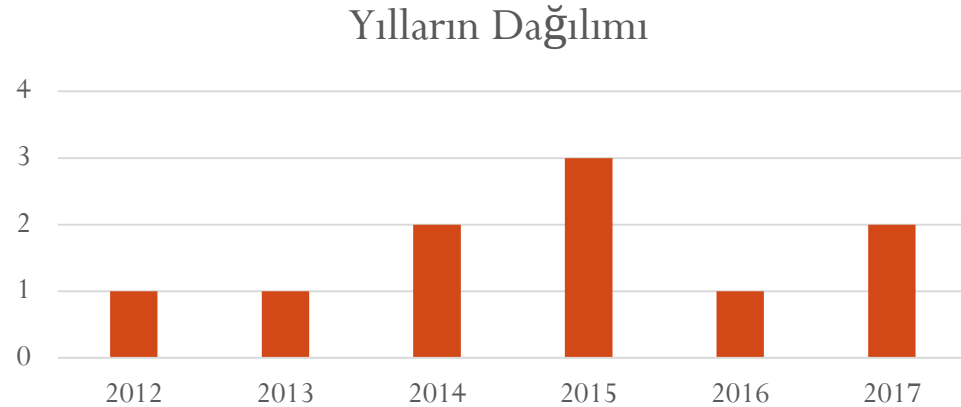
YAZAR	AMAÇ	TASARIM	ÖRNEKLEM	SONUÇ
Wang et al., 2015	psikiyatri hemşirelerinin iş stresi, becerikliliği ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmak	Kesitsel	154 hemşire	Vardiyalı çalışan psikiyatri hemşirelerinin depresyon düzeyinin, vardiyalı çalışmayan psikiyatri hemşirelerine göre anlamlı ölçüde daha yüksek olduğu belirlenmiştir.
Berthelsen, et al., 2015	Vardiya programının ve çalışma ortamının ruhsal sıkıntı üzerindeki olası etkilerini açıklamak	Boylamsal	2059/1582 hemşire	Gündüz, gece veya rotasyonlu vardiyada çalışmanın anksiyete ve depresyon ile direkt olarak anlamlı bir ilişkisi olmadığı, ancak 10 yıldan fazla süredir gece vardiyasında çalışanların anksiyete düzeylerinin daha az olduğu belirlenmiştir
Sun Jung & Lee, 2015	Depresyon, yorgunluk ve uykusuzluk açısından değerlendirilen vardiyalı çalışma toleransı ile ilişki faktörleri belirlemek	İlişki arayıcı	660 hemşire	Hemşirelerin minimal düzeyde depresyon belirtilerine sahip olduğunu belirlemekle birlikte, bu belirtilerinin vardiyalı çalışmadan kaynaklandığı teyit edilememiştir.
Thun et al., 2014	Farklı çalışma biçimlerinin anksiyete - depresyon değerlerinde farklılık yaratıp yaratmadığını değerlendirmek	Boylamsal	633 hemşire	Gece vardiyasından gündüz vardiyasına geçiş yapan hemşirelerin anksiyete ve depresyon düzeyleri gündüz vardiyasından çalışan hemşirelerle karşılaştırıldığında önemli bir azalma olduğu bulunmuştur.

YAZAR	AMAÇ	TASARIM	ÖRNEKLEM	SONUÇ
Chang, et al., 2014	Vardiyalı çalışan hemşirelerde depresyon eğilimi ve , serum iz element düzeyleri arasındaki ilişkiyi araştırmak	Yarı deneysel	90 hemşire	Gece vardiyasında çalışan hemşirelerin% 40'ında orta veya şiddetli düzeyde depresyon olduğu, diğer iki gruptaki hemşirelerden belirgin şekilde fazla olduğu, gece vardiyasında çalışmanın depresyon riskini artırdığı saptamıştır.
Saksvik-Lehouillier et al., 2012	1 yıldan az süreyle gece vardiyasında çalışan hemşireler ve 6 yıldan fazla süredir gece vardiyasında çalışan hemşireler arasında vardiya çalışma toleransı ile ilgili bireysel, durumsal ve yaşam tarzı değişkenlerini tanımlamak	Kesitsel	749 hemşire	6 yıldan fazla süredir gece çalışan hemşirelerin, 1 yıldan daha az süredir gece çalışan hemşirelerden depresyon skorları anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur.
Eldevik et al., 2013	hemşirelerde uykululuk, uykusuzluk, yorgunluk anksiyete ve depresyonla ilgili olan vardiyalı çalışma bozukluğu (SWD) ve vardiyaya hızlı dönüş arasındaki ilişkiyi değerlendirmek	İlişki arayıcı	1990 hemşire	Anksiyete ve depresyonla ilgili olan SWD bozukluğu ile gece vardiyasında çalışma sayısının yüksek olması arasında ilişki olduğu belirlenmiştir.

İNCELEMeye ALINAN YAYINLARIN;

YILLARI

- 2017 (2 adet)
- 2016 (1adet)
- 2015 (3 adet)
- 2014 (2 adet)
- 2013 (1 adet)
- 2012 (1 adet)



TASARIM TIPLERİ

- İlişki Arayıcı,
- Boylamsal,
- Kesitsel ve
- Yarı-deneysel olarak yapıldığı;

ÖRNEKLEMLERİ

- En az 90 hemşire,
- En fazla 9789 hemşireden oluştuğu belirlenmiştir.

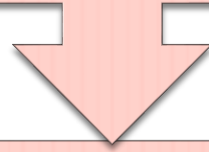
İNCELEMeye ALINAN YAYINLARIN;

Çalışma kapsamında sistematik olarak incelenen çalışmaların;

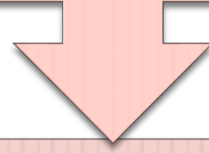
- vardiyalı çalışan hemşirelerdeki depresyon prevalansını,
- vardiyalı çalışma biçimi ile hemşirelerin depresyon belirtileri arasındaki ilişkiyi,
- vardiyalı çalışma biçiminin veya 11 saatten daha kısa sürede vardiyaya geri dönmenin (hızlı dönüş yapmanın) hemşirelerde ileriye dönük ruhsal sağlık problemlerine neden olup olmayacağını,
- gece vardiyasında çalışma deneyiminin az veya çok olma durumunun hemşirelerin vardiyalı çalışma toleransını etkileyip etkilemediğini belirlemek gibi amaçlarla yapıldığı saptanmıştır.

SONUÇ OLARAK;

Vardiyalı çalışan hemşirelerin depresif belirti prevalansının vardiyalı çalışmayan hemşirelerden daha yüksek olduğu



Vardiyalı çalışan (özellikle rotasyonlu vardiyada veya gece vardiyasında çalışan) hemşirelerin vardiyalı çalışmayan hemşirelere göre depresyon skorlarının daha yüksek bulunduğunu



Vardiyalı çalışan hemşirelerin ruhsal durumlarının daha kötü olduğu ve depresyon riskinin daha yüksek olduğu sonucu belirlendi.

ÖNERİLER

- Vardiyalı çalışma biçiminin hemşireleri psikolojik açıdan olumsuz yönde etkilemesi, hemşirelerin sunduğu bakımın kalitesini düşürmektedir. Bu durum doğrudan ve dolaylı olarak toplumun sağlığını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. (Karaatlı, 2010).
- Bu nedenle yönetici hemşireler ve sağlık politikası belirleyicileri tarafından çalışanların ruh sağlığı dikkate alınarak depresif belirtileri etkileyen faktörler anlaşılmalı ve hemşirelerin ruh sağlığını güçlendirmek amacıyla eğitim ve destek programları gibi uygun müdahale yöntemleri kullanılmalıdır (Lee et al. 2016).

KAYNAKLAR

- Bertehlsen, M., Pallesen, S., Mageroy, N., Tyssen, R., Bjorvatn, B., Moen, B.E. et al. (2015). Effects of Psychological and Social Factors in Shiftwork on Symptoms of Anxiety and Depression in Nurses. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 57(10), 1127-1137.
- Chang, M., Tseng, C., Chiou, Y. (2014). The Plasma Concentration of Copper and Prevalence of Depression Were Positively Correlated in Shift Nurses. *Biological Research for Nursing*, 16(2), 175-181.
- Eldevik, M.F., Flo, E., Moen, B.E., Pallesen, S., Bjorvatn, B. (2013) Insomnia, Excessive Sleepiness, Excessive Fatigue, Anxiety, Depression and Shift Work Disorder in Nurses Having Less than 11 Hours in-Between Shifts. *Plos One*, 8(8), 70882.
- Flo, E., Pallesen, S., Moen, B.E., Waage, S., Bjorvatn, B. (2014). Short rest periods between work shifts predict sleep and health problems in nurses at 1-year follow-up. *Occup Environ Med*. 71, 555-561.
- Jung, H. & Lee, B. (2015). Contributors to shift work tolerance in South Korean nurses working rotating shift. *Applied Nursing Research*, 28, 150-155.
- Karaathl, M. & Gngr, İ. (2010). Hemire izelgeleme sorununa bir zm nerisi ve bir uygulama, *Alanya İletme Fakültesi Dergisi*, 2(1), 22-52.
- Lee, Y.H., Kim, M.S., Kim, O., Lee, I. Kim, H. (2016). Association between shift work and severity of depressive symptoms among female nurses: the Korea Nurses' Health Study, *Journal of Nursing Management*, 24, 192-200.
- Pati, A.K., Chandrawanshi, A., Reinberg, A. (2001). Shift work: Consequences and management. *Current Science*, 81(1), 32-52.
- Saksvik-Lehouillier, I, Bjorvatn, B., Hetland, H., Sandal, G.M., Moen, B.E., Mageroy, N. et al. (2012). Individual, situational and lifestyle factors related to shift work tolerance among nurses who are new to and experienced in night work. *Journal of Advanced Nursing*, 69(5), 1136-1146.
- Thun, E., Bjorvatn, B., Torsheim, T., Moen, B.E., Mageroy, N., Pallesen, S. (2014). Night work and symptoms of anxiety and depression among nurses: A longitudinal study. *Work & Stress*, 28, 376-386.
- Togo, F., Yoshizaki, T., Komatsu, T. (2017). Association between depressive symptoms and morningness-eveningness, sleep duration and rotating shift work in Japanese nurses. *Chronobiology International The Journal of Biological and Medical Rhythm Research*, 34(3), 349-359.
- Trk Hemireler Derneęi (2008). *Türkiye'de Hemirelerin alıma Koulları*, THD Yayınları, Ankara.
<http://turkhemsirelerdernegi.org.tr/tr/yayinlar/thd-yayinlari/brosurler-ve-raporlar/turkiyede-hemsirelerin-calisma-kosullari.aspx>
- Wang, S.M., Lai, C.Y. Chang, Y., Huang, C., Zauszniewski, J.A., Yu, C. (2015). The Relationships Among Work Stress, Resourcefulness, and Depression Level in Psychiatric Nurses. *Archives of Psychiatric Nursing*, 29, 64-70.

TEŐEKKÜR EDERİM.

iletiŐim:

oya.celebi@medeniyet.edu.tr