

(SB-01)

Kadın Tekstil İşçilerinde Vardiyalı Çalışma ve Uyku¹Tuğçe Toker Uğurlu, ¹Osman Özdel, ²Erhan Uğurlu, ²Neşe Dursunoğlu¹Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Denizli
²Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Göğüs Hastalıkları Anabilim Dalı, Denizli

Amaç: Ekonomik ve sosyal şartlar, gündüz çalışmanın yanı sıra, gece saatlerini de içeren vardiyalı sistemde çalışmayı gerektirebilmektedir. Vardiyalı çalışanlar, uyku-uyanıklık döngüsündeki bozulma ve alışılmış çalışma ve sosyal yaşamın dışına çıkılmasından ötürü pek çok fiziksel ve ruhsal sorunlarla karşı karşıyadırlar. Uyku bozuklukları, gece çalışma saatlerinde uykulu olmaktan kaynaklanan iş kazaları, gastrointestinal sistem bozuklukları, kardiyovasküler hastalıklar, serebrovasküler hastalıklar, hipertansiyon, diyabet gibi fiziksel durumlar yanında yaygın olarak depresyon ve anksiyete bozukluklarına, uykululuk ve yorgunluğa, eşlik eden dikkat ve konsantrasyon bozuklukları gibi bilişsel bozukluklara da yol açmaktadır. Ülkemizde vardiyalı çalışmanın uyku ve ruhsal durum üzerine etkilerini inceleyen çeşitli meslek gruplarında sınırlı sayıda çalışma mevcuttur. Yapılan çalışmalar genellikle sağlık sektöründe çalışanlar üzerinde olup, hemen hepsi anket ve ölçek incelemesi şeklindedir. Çalışmamızda Denizli ilinde vardiyalı ve vardiyasız çalışan bir grup kadın tekstil işçisinin uyku bozuklukları, iş yükü ve ruhsal durum açısından karşılaştırılması ve vardiyalı çalışma biçiminin uyku ve ruhsal durum üzerine etkilerinin gösterilmesi amaçlanmaktadır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmanın evrenini Denizli ilindeki iki ayrı tekstil fabrikasından 661 vardiyalı (sekizer saatlik üç rotasyon), 138 vardiyasız (sürekli gündüz) çalışan toplam 799 kadın işçi oluşturmaktadır. Veriler, çalışma ve ev yaşamına ait soruları da içeren sosyo-demografik anket formu dışında, gündüz uykululuğunu ölçen Epworth Uykululuk ölçeği, uyku kalitesini ölçen Pittsburg Uyku Kalitesi indeksi kullanılarak toplanmıştır. Ayrıca gündüz uykululuğu saptananlar arasından kabul edenlere polisomnografi testi uygulanmış ve ruhsal durum muayenesi yapılmıştır.

Bulgular: Kadın tekstil işçilerinde gündüz uykululuğu sıklığı %16,2, kötü uyku kalitesi ise %78,8 bulundu ve vardiyalı çalışmanın kötü uyku kalitesi riskini 4,92 kat artırdığı saptandı. Ayrıca evde bakmakla sorumlu fiziksel/zeka geriliğine sahip kişi olmasının gündüz uykululuğu riskini 3,41 kat, herhangi bir ek iş yapmanın 3,36 kat, öyküde veya halen herhangi bir psikiyatrik hastalık olmasının 3,15 kat, ev işlerine hafta içi ayrılan sürenin çok oluşunun ise 1,17 kat artırmakta olduğu bulundu. İş yerindeki sosyal desteğin fazla olmasının ise kötü uyku kalitesi riskini 0,83 kat azalttığı bulundu. Epworth Uykululuk ölçeğine göre 10 puan üzerinde alan 117 kişiden 25'i (%21,4) vardiyasız, 92'si (%78,6) ise vardiyalı çalışmakta idi. Vardiyasız çalışan grupta 13 kişi, vardiyalı grupta ise 15 kişi polisomnografi testine katılmayı kabul

etti. Süreçte işten ayrılma, çalışmaya katılmaktan çeşitli nedenlerle vazgeçme sonucunda vardiyasız çalışan 11 kişiye, vardiyalı çalışan 7 kişiye polisomnografi yapıldı. Test öncesinde tüm katılımcılarla yapılandırılmış psikiyatrik görüşme yapıldı ve eksen I tanıları kaydedildi. Değerlendirilen 18 işçinin 7'sine depresif bozukluk, 2'sine konversiyon bozukluğu, 4'üne Obstrüktif Uyku Apne sendromu tanıları konulurken, vardiyalı çalışma biçimine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmadı.

Sonuç: Vardiyalı çalışma uyku kalitesini bozmaktayken, öyküde veya halen herhangi bir psikiyatrik hastalığa sahip olmak gündüz uykululuğunu artırmaktadır. Kadın tekstil işçilerinde yapılan bu çalışmanın çok önemli diğer sosyal sonuçları ise kadının işyerindeki çalışma hayatı dışında ek iş yapmasının ve ev içi sorumluluklarının (bakmakla sorumlu olunan bireyler, rutin ev işleri vb.) gündüz uykululuğunu artırmasıdır.

Anahtar Kelimeler: Vardiya, uyku, kadın

(SB-02)

Travmatik Beyin Hasarı Sonrası Gelişen Bir Pleiosomnia Olgusu¹Güray Koç, ²Bülent Devrim Akçay, ¹Ömer Karadaş, ²Sinan Yetkin¹Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Nöroloji Kliniği, Ankara
²Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Psikiyatri Kliniği, Ankara

Uyku ve uyanıklık bozuklukları, travmatik beyin hasarı hastalarında yaygın görülen ve çoğu zaman kalıcı hale gelen bozukluklardır. Beyin hasarından sonraki ilk on gün içinde hastaların yaklaşık üçte birinde, hasardan altı hafta sonrasında ise %50'den fazlasında uyku bozuklukları bildirilmektedir. Hipersomnia; uyanıklığı sürdürmede güçlük, uzamış uyku, gündüz istem dışı uyku atakları ve artmış uyku ihtiyacı ile karakterizedir. Orta ve ağır travmatik beyin hasarı olgularında daha çok görüldüğü bildirilmektedir. Travma öncesine göre yirmi dört saatlik periyottaki uyku ihtiyacında iki saat ve üzerindeki artış pleiosomnia olarak adlandırılmaktadır. Pleiosomnia, travma öncesine göre uyku ihtiyacındaki anormal artışı işaret eden bir tanımlamadır. Bu olgu sunumunda, beyin hasarı sonrası artmış uyku ihtiyacı olan bir posttravmatik pleiosomnia olgusunun klinik ve laboratuvar bulguları ile sunulması amaçlanmıştır. Otuz altı yaşında kadın hasta, uyku merkezimize 3 yıl önce geçirdiği trafik kazası sonrası başlayan devamlı, aşırı uyuma isteği ve uyuma yakınması ile başvurmuştur. Kaza öncesinde ortalama 7-8 saatlik bir uyku süresi ile bir uyku yakınması tanımlanmamaktadır. Kaza sonrası sağ frontal subdural hematoma ve bifrontal kontüzyon nedeniyle kaldırıldığı devlet hastanesinde acil dekompresif kraniyektomi, hematoma boşaltılması ve duraplasti ameliyatı yapılmıştır. Mekanik ventilatöre bağlı uyutulmuş yoğun bakımda takip edilen hastada, altı ay sonra kraniyektomi defekt alanının titanyum kranioplasti kitiyle kapatıldığı anlaşılmaktadır. Uyku yakınmalarının ailenin gözlemine göre kazadan yaklaşık 3 ay sonra başladığı, gündüz aşırı uykululuğu, devamlı uyuma isteği ile zamanın çoğunu uyuyarak geçirdiği tanımlanmaktadır.