

Билера Н. В.

ОПТИМИЗАЦИЯ РЕЖИМА ТРУДА ВОЕННОСЛУЖАЩИХ ЧАСТЕЙ ТЫЛОВОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

Научный руководитель: д-р мед.наук, профессор Завгородний И. В.

Кафедра гигиены и экологии № 2

Харьковский национальный медицинский университет, г. Харьков

Актуальность. В настоящее время одной из актуальных проблем гигиены труда остается оптимизация режима труда и отдыха как способ профилактики развития синдрома профессионального выгорания. Одной из важных составляющих развития синдрома профессионального выгорания является организационный стресс, который включает в себя несоблюдение адекватного режима труда и отдыха. Наиболее уязвима к хроническим профессиональным стрессам сердечно-сосудистая система.

Профессия военнослужащих – одна из наиболее стрессогенных профессий и поэтому требует пристального внимания со стороны гигиенистов.

Цель: Изучение состояния сердечно-сосудистой системы у военнослужащих частей тылового назначения Национальной гвардии Украины с последующей разработкой мер по оптимизации режима труда и отдыха как профилактики синдрома профессионального выгорания у данной профессиональной группы.

Материалы и методы. В ходе выполнения диссертационной работы на тему «Профилактика синдрома профессионального выгорания у военнослужащих частей тылового обеспечения», было проведено изучение состояния артериального давления и пульса в начале и в конце суточного дежурства у 50 военнослужащих частей тылового обеспечения Национальной гвардии Украины с целью оценки режима труда и отдыха.

Результаты и их обсуждение. По результатам проведенного исследования выявлено, что у 6% личного состава имеются нарушения со стороны сердечно-сосудистой системы (нейроциркуляторная дистония по гипертоническому типу), у 22% личного состава артериальное давление находится на верхней границе нормы, у 72 % личного состава артериальное давление в пределах нормы.

По данным рабочих графиков установлено, что 24% личного состава, чьи показатели артериального давления выше нормы, заступили на дежурство после пятидневной рабочей недели (офицерский состав).

Выводы. Результаты оценки состояния сердечно-сосудистой системы военнослужащих частей тылового обеспечения Национальной гвардии Украины свидетельствуют о том, что у большей части личного состава достаточный уровень адаптации сердечно-сосудистой системы к профессиональным нагрузкам.

Однако есть необходимость в изменении рабочих графиков для контингента, заступающего на суточное дежурство после пятидневной рабочей недели (введение дополнительного выходного непосредственно перед дежурством) с целью профилактики переутомления и дальнейшего развития синдрома профессионального выгорания.