

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

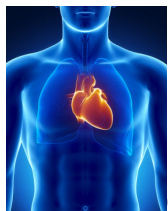
Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Praca na zmiany jest związana z ryzykiem zawału i udaru



Osoby, które pracują na zmiany, są bardziej narażone na groźne zaburzenia pracy układu krążenia, mogące prowadzić do zawału serca czy udaru mózgu - wynika z pracy, którą publikuje internetowe wydanie "British Medical Journal".

Jak przypominają naukowcy, od dawna wiadomo, że praca na zmiany zaburza zegar biologiczny, rozregulowuje sen i zwiększa ryzyko różnych schorzeń - od nadciśnienia tętniczego, przez zaburzenia lipidowe (zbyt wysoki poziom cholesterolu) po cukrzycę. Niektóre badania sugerują nawet, że jest związana z wyższym prawdopodobieństwem zachorowania na raka piersi.

Naukowcy z Kanady, Norwegii i Szwecji przeanalizowali dane zebrane w 34 różnych badaniach, które dotyczyły związku pracy na zmiany z ryzykiem zawału serca i udaru mózgu. Łącznie objęto nimi ponad 2 mln osób. Za pracowników zmianowych uznano osoby pracujące na zmiany wieczorne, nocne, nieregularne lub o mieszanym i rotacyjnym cyklu. Kontrolną grupę stanowili ludzie, którzy nie pracowali na zmiany lub po prostu osoby z ogólnej populacji.

U ponad 17 tys. pracowników doszło do jakiegoś zdarzenia sercowego. Zalicza się tu zawał serca, przyjęcie do szpitala lub zgon z powodu choroby serca. Zawał stwierdzono u ok. 6,6 tys. osób, a niedokrwienny udar mózgu u ponad 1,8 tys. W analizie uwzględniono m.in. jakość analizowanych badań, status społeczno-ekonomiczny pracowników zmianowych czy ich niezdrowy styl życia.

Okazało się, że wszystkie analizowane zdarzenia zdrowotne występowały częściej u pracowników zmianowych niż u osób z grup kontrolnych. Praca na zmiany była związana z wyższym o 24 proc. ryzykiem tzw. zdarzeń sercowych. Ryzyko samego zawału u osób pracujących na zmiany było wyższe o 23 proc., a udaru mózgu - o 5 proc.

Na zdarzenia sercowe najbardziej narażeni byli pracownicy ze zmian nocnych (wzrost ryzyka o 41 proc.), nie odnotowano natomiast zwiększonego ryzyka tych zdarzeń u pracujących wieczorami.

Autorzy analizy podkreślają, że choć wzrost ryzyka był niewielki, to biorąc pod uwagę rozpowszechnienie pracy zmianowej w społeczeństwie może się ona przyczyniać do sporej liczby zawałów, zdarzeń sercowych i udarów. Na przykład w Kanadzie, gdzie w latach 2009-2010 na zmiany pracowało blisko 33 proc. zatrudnionych dorosłych, może to być ok. 7 proc. zawałów, ponad 7 proc. wszystkich zdarzeń sercowych oraz 1,6 proc. niedokrwiennych udarów mózgu.

Zdaniem naukowców ich wyniki sugerują, że pracownicy zmianowi powinni być poddawani badaniom przesiewowym w kierunku ryzyka chorób serca, takich jak nadciśnienie tętnicze czy wysoki poziom cholesterolu. Warto również edukować ich na temat objawów, które mogą wskazywać na wczesne problemy z układem sercowo-naczyniowym.

Autorami analizy są badacze z kanadyjskiego Uniwersytetu Zachodniego Ontario, Norweskiego Uniwersytetu Nauki i Techniki w Trondheim oraz Instytutu Karolinska w Sztokholmie.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/14140.html>



09-09-2024

Jak poradzić sobie z końcem wakacji?

Dobrym sposobem jest opracowanie planu na „po urlopie”.



09-09-2024

Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne

Wytyczne dotyczące mpox są adekwatne do obecnej sytuacji.



09-09-2024

Przydatność organów do przeszczepu

Syntetyczna krew może istotnie wpłynąć na transplantologię.



09-09-2024

Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych

Język ewoluuje w kontekście społecznym, a jego odmiany zawsze konkurują ze sobą.



09-09-2024

Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu

Wykazują naukowcy w najnowszych badaniach.



09-09-2024

Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet

Z 30-letnim wyprzedzeniem zwykłym testem krwi można je wykryć.



09-09-2024

Galaktyki są dużo większe, niż sądzono

Galaktyka Andromedy już od dawna oddziałuje na Drogę Mleczną.



09-09-2024

System inteligentnego zarządzania pojazdami nagrodzony przez...

Nagrodzony przez Siemens i PW.

Informacje dnia: [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#) [Jak poradzić sobie z końcem wakacji? Zalecenia w sprawie mpox są racjonalne i adekwatne](#) [Przydatność organów do przeszczepu](#) [Naukowcy zbadali, jak powstają nowe słowa w mediach społecznościowych](#) [Telefony komórkowe nie powodują nowotworów mózgu](#) [Ryzyko zawału i udaru mózgu u kobiet](#)

Partnerzy