
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ СТРЕСС И РАЗВИТИЕ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ ДИСФУНКЦИИ У РАБОТНИКОВ СТРОИТЕЛЬНОГО КОМПЛЕКСА МОСКОВСКОГО МЕГАПОЛИСА

А.Ю. Сидельников

Экологический факультет

Российский университет дружбы народов

Подольское ш., 8/5, Москва, Россия, 113093

В работе приводятся некоторые данные исследований состояния сердечно-сосудистой системы работников строительного бизнеса столичного мегаполиса. Представлены результаты выявленных психотипов в выборке строителей разных возрастов и специальностей, которые показывают разный уровень сердечно-сосудистой дисфункции.

Ключевые слова: строители, психотип, стрессовое напряжение, сердечно-сосудистые дисфункции, мониторинг, тревожность, заболеваемость, мегаполис.

Мониторинг состояния функциональных систем человека является важной прикладной задачей многих наук, направленных на изучение человека. Цель этого мониторинга заключается в выявлении на ранних стадиях дисфункций организма и проведении комплекса профилактических мероприятий для сохранения здоровья человека. На основании данных психофизиологических и эпидемиологических исследований стресса на работе установлена связь между производственной средой, организацией труда и содержанием работы, с одной стороны, и патофизиологическими изменениями, заболеваемостью и смертностью — с другой [2].

В научной литературе психосоциальные факторы риска обычно объединяются под общим названием «стресс» или «психоэмоциональное напряжение» [3; 8]. Психоэмоциональное напряжение — это состояние немотивированной тревожности, проявляющееся в росте уровня реактивной и личностной тревожности, снижении эмоциональной лабильности, степени самооценки, уровня социальной адаптированности и фрустрационной толерантности [4].

Именно социальная трудовая деятельность является мерой адаптированности человека к окружающей социальной среде. При недостаточной компенсации различных психологических черт индивида, проявляющейся в том числе в виде неудовлетворенности условиями в социальной и профессиональной сфере, возможен срыв адаптационных механизмов, приводящий к заболеваниям [5].

Проведенные нами исследования работников строительного бизнеса в Москве показывают, что самый высокий уровень заболеваемости (заболевание органов дыхания, крови, сердечно-сосудистой системы, опорно-двигательного аппарата, пищеварения и нервной системы) регистрируется у каменщиков (63,2%), бетонщиков (71,4%), рабочих отделочных специальностей, в том числе маляров (82,1%), штукатуров (73,5%), кровельщиков (54,8%), бульдозеристов (69,6%) и крановщиков (63,9%). Показатели заболеваемости по случаям и дням нетрудоспособности среди женщин-строителей выше (86,4%), чем у мужчин (57,6%). У рабочих-строителей четко выражена сезонность уровня заболеваемости, который значительно выше в холодный и переходный периоды года.

Психологический стресс является важным фактором развития сердечно-сосудистой дисфункции у среднего и высшего звена строительной отрасли. К наиболее распространенным причинам психологического стресса, которые мы выявили в ходе трехлетнего мониторинга выборки московских строителей (221 мужчина, 179 женщин в возрасте от 25 до 59 лет), являлись напряженность и ненормированность труда (72,6% среди мужчин и 79,3% среди женщин), неудовлетворенность работой и служебным положением (67,3% и 49,7%), высокий уровень психического напряжения, который выражается в тревожности и агрессивности.

Многочисленные исследования последних 30 лет позволили утверждать, что стресс и стресс-индуцированные состояния, прежде всего тревога и депрессия, являются факторами риска ишемической болезни сердца (ИБС) [1; 2; 4; 7; 8; 9]. Установлено, что механизм развития стрессовых повреждений зависит от эмоциональной устойчивости и типа нервной системы человека [1], концепция типизации которой была впервые выдвинута в 1959 г. кардиологами доктором Мейером Фридманом и доктором Рейем Г. Розенманом. Они разделили людей на тип А и тип Б [6].

Поведенческая модель типа А — это совокупность поведенческих черт или стиля жизни, характеризующаяся крайней враждебностью, стремлением быть первым, крайней торопливостью, нетерпеливостью, чрезмерным беспокойством, крайней агрессивностью, экспрессивностью речи и настороженностью, которая сопровождается напряжением всего организма [6].

Поведенческая модель типа Б. Люди такого плана более расслаблены, склонны к сотрудничеству, не столь спонтанны в работе и выглядят более удовлетворенными повседневной жизнью, окружением и работой.

Потенциальная угроза поведенческого типа А в отношении развития ИБС заключается в том, что лица этого типа обладают более низкой адаптированностью к психоэмоциональным нагрузкам на строительном производстве и проявляют склонность к созданию стрессогенного образа жизни [7]. Наши сравнительные исследования выборки строителей разных специальностей и группы инженерно-технического состава (323 мужчины возраста 30—59 лет) показало: в возрасте 30—49 лет среди лиц с поведенческим типом А сердечно-сосудистые дисфункции были выше в 5,9 раза, в возрастной группе в 50—59 лет — в 1,9 раза по сравнению с аналогичными возрастными группами мужчин с типом Б.

Таким образом, чрезмерная интенсивность, длительность и частая повторяемость воздействия стрессовых факторов в профессиональной деятельности строителей столичного мегаполиса ведет к истощению адаптационных возможностей организма, что приводит к развитию сердечно-сосудистых дисфункций. Отсюда вытекает необходимость разработки концептуальной модели психофизиологического мониторинга стрессового напряжения. Данный мониторинг будет своевременно выявлять, оценивать ранние признаки стрессового повреждения сердечно-сосудистой системы работников строительного дела.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Гапонова С.А. Психологическая оценка влияния основных свойств нервной системы на успешность профессиональной деятельности водителей автомобилей // Медико-биологические проблемы на автотранспорте: Сб. научн. тр. / Под ред. А.И. Вайсмана. — М., 1982. — С. 78—88.

- [2] *Искаков Е.С.* Медико-организационные технологии улучшения здоровья государственных служащих: Автореф. дисс. ... канд. мед. наук. — Астана, 2007.
- [3] *Копина О.С., Сулова Е.А., Заикин Е.В.* Популяционное исследование психосоциального стресса как фактора риска сердечно-сосудистых заболеваний // Кардиология. — 1996. — № 3. — С. 53—56.
- [4] *Обелянис В.Б.* Проблема нервно-эмоционального напряжения труда на современном производстве: физиолого-гигиенические и медико-социальные аспекты: Дисс. ... докт. мед. наук. — М., 1990.
- [5] *Пиенникова М.Г.* Феномен стресса. Эмоциональный стресс и его роль в патологии // Патологич. физиология и экспериментальная терапия. — 2000. — № 2. — С. 24—31.
- [6] Поведенческие модели типа А/Б. — URL: <http://base.safework.ru> дата обращения 28.08.2012.
- [7] *Billing E., Hjemdahi P.* Psychosocial Variables and Cardiovascular Complications in Women and Men with Stable Angina Pectoris. The APSIS Study // *Eur. Heart J.* — 1997. — № 18. — 332 p.
- [8] *Ford D.E., Mead L.A., Chang P.P. et al.* Depression is a Risk Factor for Coronary Artery Disease in Men: the Precursors Study // *Arch. Intern. Med.* — 1998. — V. 158. — P. 1422—1426.
- [9] *Levi L.* Features of Cardiovascular Refractivity in Conditions of Emotional Stress by Different Stressors // *Amer. Heart J.* — 1990. — V. 118. — № 7. — P. 699—703.

PSYCHOEMOTIONAL STRESS AND DEVELOPMENT OF CARDIOVASCULAR DYSFUNCTION IN WORKERS OF THE CONSTRUCTION COMPLEX OF THE MOSCOW MEGALOPOLIS

A.Yu. Sidelnikov

Ecological Department
The Peoples' Friendship University of Russia
Podolskoe shosse, 8/5, Moscow, Russia, 113093

Some data of own researches of a condition of cardiovascular system of workers of construction business of the capital megalopolis are provided in work. In article results of the revealed psychotypes in a sample of builders of different age and specialties are presented.

Key words: builders, psychotype, stressful tension, cardiovascular dysfunctions, monitoring, uneasiness, incidence, megalopolis.