

医院工作人员围绝经期的调查研究分析

洪宇

澳门镜湖医院妇产科 澳门 999078

摘要:目的 了解镜湖医院40岁以上女性护士围绝经期的健康认知情况,围绝经期发病率和特点。方法 采用自制统一的围绝经期问卷调查表,被调查者通过电脑或手机操作发送问卷结果,利用问卷星平台收集数据并进行统计分析。结果 在被调查人群中,围绝经期症状发生率为84%,临床病情多表现为记忆力下降、情绪易激动、睡眠障碍、骨关节/肌肉痛。表示了解围绝经期症状原因的人高达92.1%,但仅有不到1/4的人表示会咨询专科医生以应对围绝经期症状。结论 对围绝经期女性的临床指导中,医护人员要了解女性的生理和心理特点,做好健康知识教育和健康引导管理,了解围绝经期女性的激素水平以及近期、远期的健康情况表现,进而建立一个完善的围绝经期的女性症状筛查和转诊管理流程,以此来提升临床医学水平,加强本地区中老年女性的综合生活质量。

关键词: 护士;围绝经期

Questionnaire survey on perimenopause in nurses aged over 40 in Kiang Wu Hospital, Macau

HONG Yu

Department of Obstetrics and Gynecology, Kiang Wu Hospital, Macau

[Abstract] Objective To investigate the prevalence of perimenopausal symptoms and awareness of perimenopause knowledge in female nurses aged over 40 in Kiang Wu Hospital, Macau. Methods A survey was conducted among participants who made use of computer or cellphone to complete questionnaire. The data were collected through network platform for statistical analysis. Results 84% participants suffered from perimenopausal symptoms. The five most prevalent symptoms were memory decline, fatigue, irritability, sleeping disorders and arthralgia/myalgia. 92.1% participants claimed to know the reason for perimenopausal symptoms, while no more than 1/4 of them would refer to specialists for solution. Conclusions In perimenopausal health-care management and treatment, the first is to strengthen the education of female medical staff, highlighting the short-term and long-term effects of perimenopausal physiological sex hormone changes on health, in order to facilitate the establishment of perimenopausal symptoms screening and referral process, and further guide clinical practice, so as to improve the quality of life among the middle-aged and elderly women in this region.

Key words: Nurse; Perimenopause

从临床的病理学特点来看,年龄进入40岁后,女性的卵巢功能开始发生衰减,进而出现一系列的临床病症如盗汗、失眠、骨质疏松以及心血管疾病等,严重威胁和影响了围绝经期以及绝经期女性生理和心理健康。围绝经期是雌激素缺乏相关疾病的萌芽阶段,同时也是预防此类疾病的黄金时期。作为医学知识的传播者,医务人员自身对围绝经期的认知程度在很大程度上影响患者的诊治抉择。因此,我们在本院40岁及以上在职女性护士进行问卷调查,主要内容为女性护理人员的围绝经期的生理情况和疾病认知程度。

一. 资料和方法

1. 研究对象

本次调查研究对象为镜湖医院年龄40岁及以上的在职女性护士。

2. 调查方法

采用自制统一的围绝经期问卷调查表,利用长沙冉星信息科技有限公司开发的问卷星网络平台制作电子问卷,被

调查者通过电脑或手机操作发送问卷结果,内容包括一般情况、绝经症状、对围绝经期保健知识的认知和对激素替代治疗的认知等。

3. 统计方法

利用问卷星平台收集问卷结果,并生成数据列表,然后应用SPSS 20.0软件进行频数、描述性分析。

二. 结果

1. 调查对象个人基本情况

本次调查纳入了年龄符合要求、问卷回答完整的女性护士共113人,中位年龄为45岁。详见表1。

表1 调查对象个人基本情况(例)

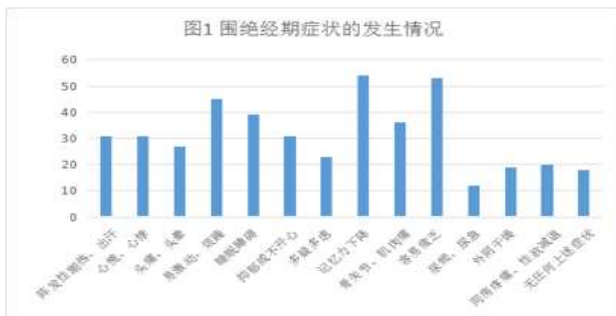
特征	例数	百分比(%)
年龄(岁)		
40~45	57	50.4
46~50	27	23.9
51~55	23	20.4
56~59	4	3.5
60	2	1.8

学历		
大专	96	85.0
本科及以上	17	15.0
婚姻状况		
单身	12	10.6
已婚/再婚	95	84.1
离婚	6	5.3
月收入情况		
<3万	13	11.5
3~5万	79	69.9
>5万	21	18.6

2. 问卷调查结果

2.1 月经状况 已绝经者 22 人 (19.5%)，未绝经且月经规律者 75 人 (66.4%)，未绝经但月经紊乱者 16 人 (14.1%)。

2.1 围绝经期症状发生情况 无任何围绝经期症状发生者 18 人 (16.0%)，在有围绝经期症状的人中，各项症状的发生率从 10.6%~47.8% 不等，最常见的五个症状依次为记忆力下降 (47.8%)、容易疲乏 (47.0%)、易激动/烦躁 (39.8%)、睡眠障碍 (34.5%)、骨关节/肌肉痛 (31.9%)。各症状的发生情况如图 1 所示。



2.3 对围绝经期相关症状的认知情况及应对方式 有七成以上的人 (73/113) 表示对围绝经期症状了解或熟悉，表示了解围绝经期症状原因的人达 92.1%，但仅有不到 1/4 (28/113) 的人表示会咨询专科医生以应对围绝经期症状。详见表 2。

表 2 护士对围绝经期的认知情况及应对方式 (例)

	例数	百分比 (%)
对围绝经期的认知程度		
熟悉	18	15.9
了解	55	48.7
略知	35	31.0
不了解	4	3.5
不关心、无所谓	1	0.9
是否了解围绝经期症状的原因		
人衰老	4	3.5
卵巢衰老、激素下降	104	92.1
不清楚	5	4.4

应对围绝经期症状的方式

自我调节	75	66.5
不理睬	4	3.5
服用保健品	6	5.3
咨询专科医生	28	24.7

2.4 工作相关情况 近 77.9% 的人表示有源自工作的压力，85% 的人每日工作时间长度超过医院规定的每日 8 小时工作制，且超过半数的人需要经常熬夜。多数人在与同事及上下级的相处中关系融洽，且绝大部分人对其收入表示满意。详见表 3。

表 3 工作相关情况

问题内容	回答情况 [例数(百分比)]			
	无压力	家庭生活	工作	社会
有无压力? 压力来源? (可多选)	17 (15.0)	39 (34.5)	88 (77.9)	15 (13.3)
工作环境 (可多选)	同事关系融洽	同事关系紧张	上下级关系融洽	上下级关系紧张
	88 (86.7)	5 (4.4)	63 (55.8)	8 (7.1)
每天工作时长	<8 小时	8-10 小时	10-12 小时	>12 小时
	17 (15.0)	89 (78.8)	4 (3.5)	5 (2.7)
收入满意情况	不满意	基本满意	满意	非常满意
	11 (8.8)	58 (51.3)	41 (36.3)	4 (3.5)
熬夜情况	每天熬夜	经常熬夜	偶尔熬夜	不熬夜
	4 (3.5)	55 (48.7)	39 (34.5)	15 (13.3)

三. 讨论

1. 护士围绝经期症状的发生情况

本研究起初针对医护人员，但回收来自医生的问卷仅 11 份，不具代表性，故予剔除，护士接受调查结果显示，围绝经期症状的发生率高达 84%，高于国内多家医院针对医务人员的调查结果，这与护士的职业特性有关。无论是国内还是国外，护士职业特征具有高应激性，一方面医院的护理工作量大，临床的护理人员的人员配置和工作配置结构不合理，对护理人员的体力和脑力都有重大的挑战；另一方面护理人员的职业特殊，长期处于临床的疾病抗战一线，长期的应激状态和工作压力加重了该年龄段的女性围绝经期的生理影响。^[1-3]。本研究亦显示，本院女性医护人员记忆力下降、疲乏、烦躁易激动、睡眠障碍发生率较高，压力主要来源于工作，工作超时是常态，且常常需要频繁地轮值夜班、熬夜，势必增加围绝经期症状的发生。

2. 医护人员对围绝经期症状的认知情况

调查研究显示，我国的 50 岁以上的女性中人口数量已经超过了 2 亿，该部分占据我国总人口的重要部分，且其健康情况会直接威胁国内社会的和谐稳定、对当地的医疗费用支出和经济管理都有影响。此外，在现代医学模式的改革创新下，医务人员的工作压力越拉越大，其不光需要承担护理躯体疾病的基本责任，还需要为患者提供心理指导干预、健康教育等综合的医疗服务，护理压力较大。

作为一种特殊的疾病，血管舒缩症状多表现为潮热出汗、头晕目眩等，和地域环境、生活方式、遗传等因素有关。

我国女性的发生率已经超过了20%。^[1]

本研究结果显示潮热出汗的发生率为27.4%，与文献报道一致^[2-8]

临床病症表现包括了失眠多梦、提困乏力、头晕目眩、睡眠障碍、四肢酸胀等、骨关节肌肉痛等。尽管有超过70%的本院女性护理人员对围绝经期症状表示了解或熟悉，且知道围绝经期症状的原因所在，知晓率高达92.1%，但对出现围绝经期症状后的应对方式却较为消极，仅24.7%选择咨询专科医生。围绝经期症状涉及多个临床科室，

骨质疏松和心血管疾病最为常见，对围绝经期、绝经期的中老年妇女身体健康和生活均有严重威胁。一些临床资料显示，医护人员的健康宣讲和临床管理措施都会对围绝经期的女性健康形成引导，医护人员可针对该病症进行科学的健康指导和宣传，提升其疾病意识^[7-8]。

3. 调查的意义和局限性

本次调查首次通过网络方式（电脑或手机）进行，且经过医院各部门的协调和配合，能较好地反映目前镜湖医院女性护士对围绝经期症状及认知的水平，但由于样本量偏小，故无法系统分析绝经前后、不同临床科室护士是否对绝经有不同的认识。

综上所述，围绝经期健康管理和治疗的工作任务较多，临床应当认可女性医护人员的工作性质，认可其工作价值，积极鼓励女性做好自身的健康管理和疾病监督；其次，可针

对妇产科、心内科等工作量大的科室医护人员进行针对性的院内教育，提升其临床的医护能力和工作责任心，要将围绝经期生理性激素和相关管理工作落到实处，改变他们对近期和远期的疾病认知，以此来提升院内、本地的中老年妇女生活质量。

参考文献

- [1] Delp L, Wallace SP, Geiger-Brown J, et al. Job stress and job satisfaction: home care workers in a consumer-directed model of care[J]. Health Serv Res, 2010;45(4):922-40.
- [2] 李颖, 郁琦, 马良坤, 等. 北京市城区围绝经期妇女更年期症状分析. 生殖医学杂志, 2008, 17:329-334.
- [3] 陈桂萍, 张婧, 卢薇薇, 等. 中年女性医务人员围绝经期综合征患病状况调查. 中国全科医学, 2013, 16(6C):2133-2136.
- [4] 王彦洁, 杨欣, 赵旸, 等. 医护人员围绝经期情况调查. 中国妇产科临床杂志, 2014, 15(1):25-28.
- [5] 潘峻岩, 张秀月, 史铁英, 等. 医院护士围绝经期综合征的发生情况及影响因素. 中国老年学杂志, 2014, 34(16):4640-4642.
- [6] 高凤霞, 张晓颖, 陈飞. 北京市平谷区医院医护人员围绝经期相关情况调查. 生殖医学杂志, 2016, 25(5):458-462.
- [7] 黄睿淳, 何援利, 蔡慧华, 等. 广州南方医科大学珠江医院医护人员绝经激素治疗的认知调查. 2018, 43(04): 333-336.
- [8] 邹欣欣, 王瑞青, 霍记平, 等. 医护人员对更年期及绝经期激素治疗认知情况调查. 中国计划生育和妇产科, 2019, 11(07): 86-89.