

題目：Sleep disturbances as a predictor of occupational injuries among public sector workers

睡眠障礙可作為公共部門員工的職業傷害預測因子

作者：Simo S, Tuula O, Jussi V, Mikael S, Mikko H, Paula S, Marianna V and Mika K

文章出處：Journal of Sleep Research., 2010; 19: 207-213

報告者：袁大德

報告時間：105 年 12 月 13 日(二)13:30-14:20

報告地點：營養講堂

摘要：

睡眠障礙與增加職業傷害風險的相關性，已在幾個橫斷面及病例對照的研究中觀察到，但缺乏前瞻性的證據。本研究前瞻性調查在芬蘭公共部門的工作者中，睡眠障礙是否可預測職業傷害。共有 48,598 名來自芬蘭各地的 10 個市政機關及 21 家醫院的雇員參與此研究，作者以四項 Jenkins 睡眠問題量表來評估睡眠障礙，並從雇主的登記冊中取得在研究期間因職業傷害而請病假的雇員缺席記錄。結果發現有 9,076 位(22%)參與者有睡眠障礙，978 位(2.4%)有職業傷害記錄，經調整社會人口統計特性後，男性有睡眠障礙經驗者的職業傷害勝算比值(odds ratio, OR)為無睡眠障礙者的 1.38 倍，[95%信賴區間(CI)為 1.02-1.87]，但是女性則無明顯差異。在睡眠障礙的次層面(sub-dimensions)中，女性有入睡困難者，職業傷害勝算比值為 1.69 (95% CI 1.26-2.26)，但男性則無明顯差異。經過調整工作壓力、睡眠長度、肥胖、飲酒和精神健康等因子，此相關性依然存在。本研究建議睡眠障礙是職業傷害重要的預測因子，即使經過一系列共變量的調整之後。

在工作生涯中，職業傷害是很平常的事故，可能導致個人、雇主及整體社會的嚴重後果。本研究的結果表明，職業傷害特別容易發生在有睡眠障礙的工作者，因此有睡眠障礙者，應著重於職業傷害的預防。