تحســين رعــايــة المــوالــيــد لخــفــض وفــيــات الأطــفــال

بغداد / قيس عيدان

يشير تقرير عالمي صدر أن "الإحصاءات الصحية العالمية ٢٠١٠" لتبيان مستجدات المرامي الإنمائية للألفية إلى أنّ تحسين رعاية المواليد في الشهر الأوّل من حياتهم من الأمور الأساسية للحدّ من وفيات الأطفال في البلدان النامية.

وتشير التقديرات إلى أنّ نحو ٤٠٪ من وفيات الأطفال دون سن الخامسة التي تُسجّل على الصعيد العالمي تحدث في الشهر الأوّل من حياة هؤلاء الأطفال، بل أنّ معظمها يقع في الأسبوع الأوّل من حياتهم، ويورد هذا التقرير، لأوّل مرّة، الأسباب الرئيسية الكامنة وراء وفيات المواليد، كما يبيّن أنّ وفيات الأطفال دون سن الخامسة انخفضت بنسبة ٣٠٪ في عام ٢٠٠٨، أي من ١٢,٥ مليون حالة وفاة إلى ٨,٨ مليون حالة وفاة. وبالرغم من هذه الاحصائيات الا ان هناك بعض التحسينات، ولم تعد تفصلنا الآن إلاّ خمسة أعوام على عام ٢٠١٥ وهو الموعد المحدّد لبلوغ المرامي الإنمائية للألفية، بعض التحسينات اللافتة فيما يخص بعض المرامي الإنمائية المتعلقة بالصحة:

فالتقديرات تشير إلى انخفاض نسبة الأطفال المنقوصي الوزن من ٢٥٪ في عام ١٩٩٠ إلى ١٦٪ في عام ٢٠١٠، وانخفاض معدلات الإصابة بفيروس الأيدز بنسبة ١٦٪ في الفترة بين عامي ٢٠٠١ و٢٠٠٨، وزيادة نسبة استفادة سكان العالم من المياه النقية من ٧٧٪ إلى ٨٧٪، وهي نسبة تكفي لبلوغ الهدف ذي الصلة المندرج ضمن المرمى الإنمائي للألفية، غير أنّ النتائج العالمية تحجب التفاوتات التي لا تزال قائمة بين البلدان والأقاليم. ذلك أنّ بعض البلدان شهدت تراجعاً في هذا المجال بسبب النزاعات أو سوء الحكم أو الأزمات الإنسانية والاقتصادية.

وقال تيس بويرما، مدير إدارة الإحصاءات والمعلومات الصحية بمنظمة الصحة العالمية، "لقد تمكّنت عدة بلدان منخفضة الدخل، مع ذلك، من إحراز تقدم كبير في الحدّ من معدلات وفيات الأطفال، بما في ذلك ليبيريا وسيراليون وموزامبيق ورواندا".

وأضاف الدكتور بويرما قائلاً: "هناك القليل من البلدان التي هي على الطريق لبلوغ الهدف المندرج ضمن المرامي الإنمائية للألفية والمتعلق بخفض وفيات الأمومة. بيد أنّ ثمة بيّنات على إحراز بعض التقدم في بلدان مثل الصين ومصر، ولكنّ قياس ذلك التقدم مازال يطرح بعض المشاكل ولا بدّ من توظيف الاستثمارات اللازمة لبناء نُظم أفضل على الصعيد القطري للتمكّن من تحديد وفيات الأمومة وتسجيلها بشكل دقيق".

أضاف: من المشكلات المطروحة الأخرى مساعدة البلدان في أفريقيا جنوب الصحراء الكبرى وبعض مناطق جنوب شرق آسيا على الإفادة من تدخلات من قبيل الناموسيات المعالجة بمبيدات الحشرات لتوقي الملاريا، أو آليات الوقاية من سوء التغذية. والجدير بالذكر أنّ سوء التغذية تقف وراء وقوع ثلث وفيات الأطفال، كما يورد التقرير الى هناك تسعة بلدان في أفريقيا و٢٩ بلداً خارج أفريقيا هي الآن على الطريق لبلوغ الهدف المندرج ضمن المرامي الإنمائية للألفية والمتعلّق بخفض حالات الملاريا، غير أنّ عام ٢٠٠٨ شهد وقوع ٢٤٣ مليون حالة من هذا المرض أدّت ٨٦٣٠٠٠ حالة منها إلى الوفاة، علماً بأنّ معظم تلك الوفيات حدثت بين أطفال دون سن الخامسة، تم، على الصعيد العالمي، خفض الإصابات الجديدة بفيروس الأيدز بنسبة ١٦٪ في الفترة بين عامي ٢٠٠١ و٢٠٠٨. وشهد عام ٢٠٠٨ وقوع ٢,٧ مليون إصابة جديدة بذلك الفيروس؛ كما سُجل، في أواخر عام ٢٠٠٨، انتفاع أكثر من ٤ ملايين من المصابين بالفيروس في البلدان المنخفضة الدخل والبلدان المتوسطة الدخل بالعلاج المضاد للفيروسات القهقرية، ولكنّ ذلك العلاج لم يكن متاحاً لأكثر من ٥ ملايين من حملة ذلك الفيروس، تشهد حالات السل انخفاضاً نتيجة النجاح المحرز في علاج المصابين بهذا المرض، وسُجل تراجع معدلات وفيات السل بين المصابين غير الحاملين لفيروس الأيدز من ١,٧ مليون حالة في عام ٢٠٠١ إلى ١,٤ مليون حالة في عام ٢٠٠٨، وقد أطلقت الأمم المتحدة والهيئات الشريكة معها المرامي الإنمائية للألفية من أجل تحقيق إنجازات كبرى في ثمانية مجالات صحية وإنمائية بحلول عام ٢٠١٥.

ظاهرة فلكية

اقتران الزهرة والقمر في سماء العرب

يحجب القمر كوكب "الزهرة" نهار يوم الأحد المقبل في معظم الدول العربية في ظاهرة فلكية متميزة ونادرة حيث يستطيع الراصد وكذا المشاهد بالعين المجردة بتركيز، مشاهدة الزهرة التي ستبدو كنجمة بيضاء لامعة ملاصقة للهلال الذي سيكون قريبا من الشمس.

وأوضح المهندس محمد شوكت عودة رئيس المشروع الإسلامي لرصد الأهلة أنه يمكن رؤية ظاهرة احتجاب كوكب الزهرة بالعين المجردة في وضح النهار، مشيراً إلى أن رؤيته تحتاج إلى تركيز وخبرة فضلا عن مشاهدة لمعانه المتأجج بجانب الهلال جهة الأفق الغربي بعد غروب الشمس بنحو ٣٠ دقيقة، كما أوضح أن احتجاب الكوكب يبدأ في غرب العالم العربي بعد شروق الشمس بقليل فيما يبدأ في شرقه وقت الظهيرة وسيبقى كوكب الزهرة مختفيا خلف قرص القمر فترة من الزمن ليعود بالظهور بعد ذلك، مشيرا إلى أنه يمكن للراغبين في مشاهدة هذه الظاهرة الإتصال بالمشروع الإسلامي لرصد الأهلة أو الجمعيات الفلكية في منطقتهم لرصد الظاهرة بشكل جماعي مع أصحاب الخبرة.

وأضاف أن الجمعيات الفلكية العربية ترصد توقيت هذه الإحتجابات الهامة وترسل نتائجها الرصدية إلى منظمة توقيت الإحتجابات الفلكية العالمية ومقرها الولايات المتحدة وإلى منظمة رصد الإحتجابات القمرية ومقرها اليابان حيث يستفاد منها بشكل عام في "تنقيح" مدار القمر والدقة في تحديد موقعه وتحديد مواعيد الكسوف والخسوف ورؤية الهلال، إضافة إلى رصد الإحتجابات في اكتشاف النجوم الثنائية وبعض الإكتشافات الأخرى، مشيراً إلى أنه تم اكتشاف أن لكوكب "أورانوس" حلقات مثل زحل خلال رصد أحد احتجاباته.

الهواتف المحمولة "تكتسح" عقول البريطانيين !

اظهرت دراسة جديدة نشرتها صحيفة ديلي إكسبريس أن ثلثي البريطانيين مهووسون بهواتفهم المحمولة ويستخدمونها حتى أثناء عبورهم الطرق، ووجدت الدراسة أن ٦٧٪ من المارة شكّلوا خطراً على سائقي السيارات وعلى أنفسهم بسبب عبورهم الطرق أثناء اجراء مكالمة أو ارسال رسالة نصية أو تصفح الانترنت من هواتفهم المحمولة.

وقالت إن أكثر من ٦٠٪ من البريطانيين اعترفوا بأنهم استخدموا هواتفهم المحمولة لاجراء مكالمات، و٤٠٪ لارسال رسائل نصية، و٢٥٪ لمتابعة مواقع الشبكات الاجتماعية، و١٦٪ لقراءة رسائل البريد الإلكتروني اثناء عبور الطريق.

وأضافت الدراسة أن واحداً من بين كل ثلاثة بريطانيين اعترفوا بأنهم استخدموا هواتفهم النقالة للبحث عن مواقع أو الاستماع للموسيقى، وواحداً من بين كل عشرة منهم لمشاهدة أفلام اثناء عبور الطريق، واشارت الدراسة إلى أن المشكلة كانت أكثر سوءاً في العاصمة لندن، حيث اعترف ما يقرب من ثلاثة أرباع سكانها باستخدام تكنولوجيا الهاتف النقال اثناء عبور الطريق، ووجدت أيضاً أن الرجال كانوا أكثر ارسالاً وقراءة لرسائل البريد الالكتروني، في حين كانت النساء أكثر ارسالاً للرسائل النصية اثناء عبور الطريق.

وقالت الدراسة إن ما يصل إلى ١٥٪ من البريطانيين تعرضوا لحوادث سير أو كانوا على وشك التعرض لها اثناء استخدامهم الهاتف المحمول، فيما تسبب ٨٪ منهم بوقوع حوادث سير جراء محاولة السائقين تفاديهم.

واضافت أن ٤٠٪ من البريطانيين اعترفوا بأن اغراء الرد على المكالمات أو قراءة الرسائل النصية ورسائل البريد الالكتروني عبر هواتفهم المحمولة فاق قدرتهم على المقاومة وجعلهم يتجاهلون الاهتمام بحركة المرور، واظهرت الدراسة أن نصف البريطانيين تقريباً حمّلوا ضغوط العمل وأساليب الحياة المحمومة مسؤولية هوسهم بهواتفهم النقالة.

السكر يخفف ألم وخز إبرة التطعيم عند الطفل

وجدت دراسة جديدة أن إعطاء الطفل ملعقة من السكر قبل اللقاح يخفف من الألم الذي يشعر به جراء وخز الإبرة في جسمه.

وأفادت صحيفة "ديلي ميل" اليوم الخميس أن رئيسة قسم التمريض في مستشفى الأطفال في تورنتو دنيز هاريسون، والتي أعدت دراسة حول هذا الموضوع، نصحت بإعطاء الطفل ملعقة سكر أو مادة تحتوي على الغلوكوز أو السكروز قبل تلقيحه لأنه سوف يشعر بألم أقل وبراحة أكثر بعد ذلك.

وتوصل فريق طبي عالمي إلى ذلك بعد الاطلاع على نتائج ١٤ تجربة شملت ألفي طفل في السنة الأولى من العمر وما دون، وخلال التجربة قارن الباحثون بين حالة الأطفال الذين تناولوا ملعقة من السكر ونظراء لهم شربوا الماء، ومجموعة ثالثة لم تتناول أي شيء فتبين أن الذين تناولوا ملعقة من السكر شعروا بألم أقل ولم يتذمروا كثيراً بعد غرز إبرة التطعيم في أجسامهم.

وقالت هاريسون في الدراسة التي نشرت في دورية "سجلات أمراض الأطفال" ان على "الممارسين الطبيين والمسؤولين عن الرعاية الطبية للأطفال التفكير في استخدام مادة السكروز أو الغلوكوز خلال عملية اللقاح التي تسبب لهم الألم".

خمسة عوامل جينية متصلة بسرطان الثدي

اكتشف علماء بريطانيون خمسة عوامل جينية تتصل بخطر الإصابة بسرطان الثدي مما يعطي الباحثين فهما أفضل لأسباب الإصابة ويمهد السبيل أمام تطوير مزيد من وسائل العلاج.

وقاد دوجلاس ايستون من جامعة كمبريدج البريطانية أكبر تحليل جيني حتى الآن على نطاق الخريطة الجينية الكاملة لبعض مريضات سرطان الثدي حيث فحص الخرائط الجينية لنحو ١٦٥٣٦ مريضة واكتشف خمسة تغيرات جينية مشتركة جديدة، وكتب ايستون وزملاؤه في دراسة نشرت في دورية نيتشر جينيتكس ان هذه النتائج تضاف الى ١٣ تغيراً جينياً آخر مشتركة بين مريضات سرطان الثدي وستساعد في تفسير نحو ثمانية في المئة من حالات التعرض لخطر الإصابة بالمرض، وهناك بضعة تغيرات جينية عالية الخطورة تحدث بشكل أكثر ندرة مسؤولة عن نسبة ٢٠ في المئة أخرى من خطر الإصابة بسرطان الثدي.

وسرطان الثدي هو أكثر أنواع السرطان شيوعا بين النساء في الدول الغنية، وهو يقتل نصف مليون شخص في شتى أنحاء العالم سنوياً، ويعد التاريخ المرضي للأسرة من العوامل المعروفة التي تسهم في خطر الإصابة بسرطان الثدي، ويتضاعف خطر إصابة المرأة بسرطان الثدي تقريباً إن كان بين أقاربها الأقربين من أصيبت بالمرض.

المرأة تجهل عوارض الجلطة وخطورتها

أظهر مسح جديد على الإنترنت ان امرأة من بين كل ٤ تتراوح أعمارهن بين ٢٥ و٧٥ سنة لا تستطيع ذكر أكثر من عارضين رئيسيين للجلطة، ونقل موقع "هيلث داي نيوز" الأميركي عن الباحثين قولهم إن النساء يستغرقن وقتاً أطول من الرجال لطلب الرعاية الطبية من المستشفى بعد الإصابة بجلطة، في حين انهن يفتقرن للوعي في ما يتعلق بالعوارض ما يؤدي إلى تأخير أكثر. وتبين في المسح ان النساء يعتقدن ان سرطان الثدي شائع ٥ مرات أكثر من الجلطات، بالرغم من ان الحقيقة هي ان نسبة وفيات النساء بسبب الجلطة هي مرتان أكبر منها بسبب سرطان الثدي، وأعرب ٤٠٪ من النساء المستطلعات عن قلقهن الشديد من الإصابة بجلطة، في حين انهن بشكل عام لم يكن على علم بأن المرأة تصاب بالجلطة أكثر من الرجل، وربعهن لم يصدقن بأن الجلطة يمكن أن تحصل في أي سن، يشار إلى ان العوارض الأساسية للجلطة هي الصعوبة المفاجئة في النطق أو فهم الكلام، والضعف او فقدان الإحساس في الأطراف فجأة، إلى جانب الضعف أو فقدان الإحساس بأحد أطراف الوجه، وإيجاد صعوبة في التوازن والدوار وصعوبة المشي بشكل مفاجئ، وفقدان النظر فجأة بإحدى العينين، والصداع الحاد فجأة، يشار إلى ان المسح شمل ٢٠٠ امرأة أميركية وأجرته منظمة "هيلثي ومن" الأميركية بالاشتراك مع المعهد الأميركي لأطباء الطوارئ واتحاد الجلطات الوطني.

أعــقــاب الــســجــائــر نــافــعــة عــنــد الــصــيــنــيــن

كشفت دراسة في الصين أن المواد الكيميائية السامة المستخلصة من أعقاب السجائر والتي تصل سميتها الى درجة تقتل الاسماك يمكن ان تستخدم لحماية أنابيب الصلب من الصدأ.

وفي بحث نشر في مجلة بحوث الكيمياء الصناعية والهندسية التابعة للجمعية الأمريكية الكيميائية التي تصدر مرتين في الاسبوع قال علماء في الصين انهم استخلصوا تسع مواد كيميائية بعد غمر أعقاب السجائر في الماء.

وقام الباحثون بوضع هذه المواد الكيميائية على "إن ٨٠" وهو نوع من الصلب المستخدم في صناعة أنابيب النفط واكتشفوا انها عملت على حماية الصلب من الصدأ. وكتب العلماء "يمكن حماية السطح المعدني ومنع المزيد من تحلل ذرات الحديد".

واضافوا أن المواد الكيميائية ومنها النيكوتين هي مسؤولة فيما يبدو عن هذا التأثير المضاد للصدأ، واشرف على البحث جون تشاو من كلية الطاقة وهندسة الكهرباء بجامعة شيان جياوتونغ بتمويل من مؤسسة النفط الوطنية الصينية، ويتكبد منتجو النفط ملايين الدولارات سنويا لإصلاح أو استبدال أنابيب الصلب المتآكلة.

ويشير البحث إلى ان ٤,٥ تريليون من أعقاب السجائر تجد طريقها إلى البيئة سنوياً، وبصرف النظر عن قبح المنظر فانها تحتوي على سموم يمكن أن تقتل الاسماك.

وكتب الباحثون "إعادة التدوير يمكنه حل تلك المشاكل ولكن كان من الصعب العثور على استخدامات عملية لأعقاب السجائر"، والصين بها ٣٠٠ مليون مدخن وهي أكبر دولة بها مدخنون في العالم وتستهلك ثلث انتاج العالم من السجائر، ويدخن نحو ٦٠ بالمئة من الرجال في الصين بمتوسط استهلاك ١٥ سيجارة يومياً.

ارتفاع حرارة الأرض.. أعظم تهديد صحي في القرن ٢١

لفتت دراسة إلى أسوأ سيناريو محتمل لظاهرة الاحتباس الحراري.. وقالت إن استمرار انبعاث الغازات الدفيئة عند معدلاتها الراهنة سيرفع درجات حرارة الكوكب إلى مستويات قاتلة خلال القرون المقبلة.

واعتمد الباحثون في هذه الدراسة على قياس أعلى درجات الحرارة المحتملة لما يعرف/بدرجة حرارة المصباح الرطب/ وهي تعادل درجة الحرارة المستشعرة عند تعريض جسم رطب لهواء متحرك، واكتشف الباحثون أن احتمال تجاوز درجات الحرارة تلك ولأول مرة في تاريخ البشرية في حال استمرار انبعاث الغازات الدفيئة بمعدلها الحالي وهي معدلات حرارة عالية جدا شهدتها الأرض قبل قرابة ٥٠ مليون سنة مضت.

وتقول الدراسة التي نشرت نتيجتها في دورية "وقائع الأكاديمية الوطنية للعلوم" أن التعرض لأعلى من ٩٥ درجة من درجات حرارة المصباح الرطب لمدة ست ساعات أو أكثر ستخلق معدلات إجهاد قاتلة بين البشر والحيوانات على حد سواء، وشرح ستيفن شيروود من مركز أبحاث تغيرات المناخ بجامعة "نيو ساوث ويلز" باستراليا الذي قاد البحث "حد المصباح الرطب" هي النقطة التي يحس فيها الشخص بالحرارة الزائدة وحتى لو كان عاريا وهو مبتل تماما ويقف في الظل في مواجهة مروحة، ويحذر خبراء من أن الأرض يهددها الاحتباس الحراري وهي ظاهرة ارتفاع درجة الحرارة عن معدلها.. وقد حذر علماء خلال العام الماضي من أن ارتفاع درجات الحرارة على كوكب الأرض يمثل أعظم تهديد صحي في القرن ٢١، كما حذروا من العواقب الصحية الوخيمة لارتفاع درجات حرارة الأرض من حيث انتقال الأمراض المستوطنة في أماكن دافئة كحمى الضنك والملاريا نحو الشمال واتساع رقعة تفشيها جراء ارتفاع درجات الحرارة.

وأضافوا أن موجات الحر الشديدة تؤدي إلى القضاء على المزيد من البشر حيث أدت موجة الحر التي اجتاحت أوروبا عام ٢٠٠٣ إلى مصرع أكثر من ٧٠ ألف شخص إلى جانب تراجع المحاصيل الزراعية ما ينتج عنه المزيد من الاضطرابات والخلل في الأمن الغذائي في عالم يعاني فيه ٨٠٠ مليون شخص يومياً من الجوع.

المسنون في تايوان يتعلمون "أسرار مزادات الإنترنت"

في حجرة الكمبيوتر رقم ٣٠٢ تعلن معلمة شابة انتهاء الحصة ويصفق ٢٠ شخصاً احتراما بينما تنطوي شاشة العرض الحديثة على نفسها تلقائياً، ويطفئ الطلبة أجهزة الكمبيوتر الجديدة الخاصة بهم من "ابل" ويشقون طريقهم إلى المصعد الخارجي، ويستغرق الأمر فترة قصيرة للوصول إلى هناك إلا أن هذا غير مفهوم لأن متوسط أعمار الطلبة في الفصل هو ٦٥ عاماً، ويتواجدون هناك لحضور دورة تدريبية بعنوان "استراتيجيات المزادات على الإنترنت". "من يعيش طويلاً يتعلم كثيراً" هو أحد آلاف الأمثلة الشائعة في تايوان، فالسكان في تايوان، كما هو الحال في العديد من الدول الصناعية، من كبار السن، حيث يعد أكثر من ١٠٪ من السكان يبلغون ٦٥ عاما أو أكثر، ويعد أمر شائعاً في تايوان أن تعيش ثلاثة أجيال تحت سقف واحد، وفي ظل انخفاض المعاشات وحيث أن المحالين للتقاعد لديهم وقت فراغ كبير فإنه يتوقع أن يشاركون في إعالة أسرهم، ويعطيهم الإنترنت هذه الفرصة. وقالت تشين تشاو-تشون، المعلمة في دورة مزادات الإنترنت "يشعر طلابي بشعور نجاح عارم عندما يكسبون أموالا في يوم واحد من بيع أشياء على موقع إي باي أو ياهو أكثر ما يحققه أبناؤهم الذين يعملون في المكاتب"، كما أشارت إلى تطلع طلابها إلى الاندماج في موضوع معقد.

وقال تشين "يعتقد كثيرون إنهم ربما يصبحون عبئا على كاهل أطفالهم.. وهذا يقوض في ثقتهم الشخصية"، وتعلم تشين طلابها من كبار السن متفتحي العقل كل شيء يحتاجون لمعرفته لكسب المال من منازلهم في غضون ٢٤ ساعة. وتقول تشين "نحن لا نبدأ من الصفر.. هؤلاء الطلاب يعرفون بالفعل كيفية تصفح الإنترنت قبل التسجيل في الدورة". وقالت تشين إن الخطوة الأولى وهي من أهم الخطوت هو الحصول على صورة ضوئية ملائمة للمنتج المطروح في المزاد، وهو في كثير من الأحيان ملابس داخلية أو لعبة أو شيء ما يدوي الصنع، ويجب بعد ذلك تحديد حجم الصورة وزيادة درجة وضوحها وهو أمر ليس باليسير بالنسبة للطلاب.

وأوضحت المعلمة الشابة أنها تركت استخدام برنامج "فوتو شوب" لأنه معقد للغاية، إلا أن برنامج "فوتو إمباكت" يجدي نفعا. ويتعلم الطلاب استراتيجية تحديد السعر بعد تحميل الصور على موقع المزاد.

وقالت تشين: "التايوانيون يحبون الحساب والمساومة والرهان.. وفي هذا المجال يعد كبار السن في كامل عافيتهم"، ووفقا للتقاليد التايوانية، فإن الوالدين من كبار السن يعيشان مع أبنائهم الكبار ويتوقع أن يعول الأبناء البالغين آبائهم، ويعد وضع أحد الوالدين في منزل لرعاية المسنين أمر مخزي.

دراسة

العمل الشاق.. قاتل

حذّرت دراسة جديدة نشرتها صحيفة ديلي إكسبريس من أن العمل بصورة شاقة ولساعات طويلة يمكن أن يسبب الموت ويزيد مخاطر الاصابة بالأمراض القلبية، ووجدت الدراسة، التي شملت ٦٠٠٠ موظف بريطاني تتراوح أعمارهم بين ٣٩ و٦١ عاماً، أن الأشخاص الذين يعملون ساعات اضافية بانتظام في المكاتب هم أكثر عرضة وبنسبة ٦٠٪ للاصابة بأمراض القلب والوفاة من غيرهم.

وحذّرت الأشخاص الذين يعملون ١٠ أو ١١ ساعة يومياً من أنهم يعرضون أنفسهم لمخاطر صحية كبيرة، نظراً لأن بريطانيا لديها أطول ساعات عمل من أي دولة في الاتحاد الأوروبي، حيث يبلغ متوسط ساعات عمل البريطانيين ٤١,٦ ساعة في الأسبوع بالمقارنة مع ٤٠,١ ساعة في الدول الأوروبية الأخرى.

وقالت الدراسة إن العمل الاضافي مضر للصحة ويجعل الموظفين يشعرون بالإجهاد المستمر ويملكون وقتاً محدوداً للاسترخاء، ويعرضهم لخطر الاصابة بالأزمات القلبية أو الذبحات الصدرية.

واضافت أن ٣٦٩ موظفاً بريطانياً عانوا من أمراض قلبية أدتهم إلى وفاتهم بسبب ساعات العمل الطويلة، وأن العمل الاضافي كان سبب ٦٠٪ من حالات الاصابة بأمراض القلب أو الوفاة، بالمقارنة مع الموظفين الذين لا يعملون ساعات اضافية.