

## 직무 스트레스와 심박동수 변이

박근민, 백유진, 박혜준, 박경희, 조정진

한림대학교 의과대학 가정의학교실

**연구배경:** 직무 스트레스가 심혈관계 질병의 이환율이나 사망률에 영향을 미치는 것으로 보고되어 있고 심박동수 변이의 지표는 심근경색증이나 불안정성 협심증 환자에서 주요 심장 사건을 예측할 수 있는 독립적인 예후 인자로 인정받고 있다. 이에 저자들은 직무 스트레스와 심박동수 변이의 지표를 분석하고자 하였다.

**연구방법:** 2002년 6월말부터 8월초까지 일개 대학병원 건강검진 센터를 방문한 공기업 두 곳과 금융기관 한 곳의 169명을 대상으로 직무 스트레스와 심박동수 변이를 측정하여 비교하였다. 통계는 SPSS for windows Version 11.0을 이용하여 t-test와 변량분석을 시행하였다.

**결과:** 심박동수 변이에 영향을 미치는 인자들을 알아보기 위해 변량분석을 하였고 나이, 흡연, 음주, 운동, 심박동수, 이완기 혈압이 심박동수 변이의 지표에 유의하게 영향을 미쳤다( $P < 0.05$ ). 고긴장 집단과 다른 세 집단을 비교하였고 심박동수 변이 지표들 중 저영역 주파수의 평균값이 낮게 측정되었고, 통계적으로 유의하였으나( $P < 0.05$ ), 저영역 주파수에 영향을 미치는 변수들을 보정한 후의 결과는 통계적으로 유의하지는 않았다( $P = 0.062$ ). 또한, 사회적 지지도에 따라 고지지 집단과 저지지 집단을 비교하였고 통계적으로 유의한 차이는 없었다.

**결론:** 심박동수 변이의 지표들 중 저영역 주파수에 음주, 흡연, 운동이 유의한 차이를 보였고, Karasek의 직무 긴장 모델에 따른 분류에서 직무 스트레스가 큰 고긴장 집단이 다른 세 집단보다 심박동수 변이의 지표(저영역 주파수)에 차이가 있었다.

**중심단어:** 직무 스트레스, 심박동수 변이, 고긴장집단, Karasek의 직무 긴장 모델, 심혈관계 질환