

WEB ALAPÚ EGÉSZSÉGFEJLESZTŐ INTERVENCIÓ HATÁSA A MUNKAVÁLLALÓKRA

Daniné Turcsányi Éva¹, Adricsné Görgye Zsuzsanna², Müller Ágnes³

¹ Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Egészségbiztosítási Intézet,
Egészségfejlesztési és Népegészségtani Tanszék,
Népegészségügyi Mesterképzési szak, TDK hallgató

² Baptista Szeretetszolgálat Életminőség-fejlesztő Szolgáltatások Intézménye

³ Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Ápolás és Betegellátás Intézet,
Sürgősségi Ellátási Tanszék

Összefoglalás

Kutatásunk célja volt megvizsgálni az interneten keresztüli egészségfejlesztő intervenció hatását a munkavállalók egészségtudatosságára, attitűdjére. Feltételeztük, hogy a női munkavállalók esetében a web alapú egészségfejlesztés szignifikánsan nagyobb hatást fog elérni a férfi munkavállalókhöz képest. Feltételeztük továbbá, hogy a táplálkozási attitűdökben szignifikánsan nagyobb mértékű változást sikerül elérni a többi intervenció témakörhöz képest. A weben keresztüli egészségfejlesztő intervenció hatásának mérésére létrehoztunk egy interneten keresztüli egészségfejlesztő beavatkozást Microsoft Office PowerPoint program használatával. A beavatkozást a következő négy témakörben jelöltük ki: szűrővizsgálatok, táplálkozás, mozgás hatása az egészségre, és a stressz. Az intervenció témakörök elektronikus úton jutottak el az esetscsoporthoz, a kontroll csoport nem részesült egészségfejlesztő programban. A beavatkozás előtt és után a munkavállalók egészségtudatosságának változását (az eset- és a kontrollcsoportban egyaránt) elektronikus önkitöltős kérdőív segítségével mértük fel. A kérdőívek kiértékeléséhez létrehoztunk egy egészségmagatartási indexet (EI), melyet a kérdőív válaszaihoz rendelt pontértékek alapján képeztünk. Az adatokat Microsoft Office Excel 2003 program és SPSS 17.0 statisztikai szoftver segítségével elemeztük. A vizsgálat eredménye alapján elmondható, hogy a dolgozók egészséges életmóddal kapcsolatos beállítódásait a világhálón keresztüli célzott ismertető anyagok küldésével befolyásolni lehet. A webes ismeretátadás hatékony módszernek bizonyult a munkavállalók egészségfejlesztésében. Női munkavállalók körében a férfi munkavállalókhöz viszonyítva nem sikerült szignifikánsan nagyobb hatást kimutatni. Az intervenció témakörök közül a táplálkozás, a szűrővizsgálatok és a stressz esetében sikerült szignifikáns hatást kimutatni, a munkavállalók testmozgására azonban nem volt hatással az intervenció. A munkavállalók egészséggel kapcsolatos tudását és a káros szenvedélyekről való leszokás motivációs szintjét is befolyásolta az egészségfejlesztő beavatkozás.

Kulcsszavak: web alapú egészségfejlesztés, egészségmagatartás, egészségtudatosság, attitűd

The effect of web-based health promotion intervention on the employees

Summary

The effect of web-based health promotion intervention on the employees health awareness and attitudes were examined. We hypothesized a significantly greater effect of the web-based health promotion in case of female employees comparing to males. We assumed a greater change in the nutritional attitudes comparing to the other interventional topics. A health promotion intervention was created via Internet, with Microsoft Office PowerPoint program. The intervention was identified in the following topics: screening examinations, nutrition, effect of exercise on health, stress. The health promotion presentations was sent by e-mail to the subjects in the case group, while subjects in the control group did not take part in the health promotion program. Changes in employees health awareness was measured with using an online self-administered questionnaire, before and after the intervention. Evaluating the questionnaires, a health behaviour index was created with the scores

assigned to the answers of the questions. Data were analyzed with using Microsoft Excel 2003 program and SPSS 17.0 statistical software. It can be concluded, that the employees healthy lifestyle attitudes can be influenced by sending targeted information materials through the Web. The web-based knowledge transfer proved to be an effective way of improving workers' health. Among female comparing to the males, it could not be detected significantly greater effect. Significant effects were found by the following topics: nutrition, screening examination and stress. The intervention did not affect the employees exercise. The health related knowledge of employees and the motivation level to quit addiction was also affected by the intervention.

Keywords: web-based health promotion, health behaviour, health awareness, attitude

Irodalom

1. <http://www.complex.hu/kzldat/o01h0020.htm/o01h0020.htm> [Elérés: 2012.12.11.]
2. http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/xstadat/xstadat_eves/i_qlf003.html [2011.02.21.]
3. http://www.who.int/occupational_health/topics/workplace/en/index1.html [2011.09.07.]
4. http://portal.ksh.hu/pls/ksh/docs/hun/xstadat/xstadat_eves/i_onk002.html [2012.12.06.]
5. Daniné Turcsányi É.: Egészségfejlesztés a munkahelyen, az egészségterv jelentősége, egészségfejlesztési technikák és lehetőségek mikro-, kis- és középvállalkozások részére. Pécsi Tudományegyetem Egészségtudományi Kar, Szakdolgozat 2010.
6. Boros J, Németh R, Vitrai J.: Országos Lakossági Egészségfelmérés, OLEF2000. Kutatási jelentés. Országos Epidemiológiai Központ, Budapest, 2002.
7. <http://apps.who.int/bmi/index.jsp> [2012.12.11.]
8. Cook R, Billings D., Hersch R., et al.: A Field Test of Web-Based workplace Health Promotion Program to Improve Dietary Practices, Reduce Stress, and Increase Physical Activity: Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research* 2007; 9 (2): 17-43.
9. Block G., Sternfeld B., Block C., et al.: Development of Alive (A Lifestyle Intervention Via Email), and Its Effect on Health-related Quality of Life, Presenteeism and Other Behavioral Outcomes: Randomized Controlled Trial. *Journal of Medical Internet Research* 2008;10(4):43-57