ВЫГОРАНИЕМ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ В США И ЯПОНИИ

BURNING OUT OF MEDICAL WORKERS DURING THE PANDEMIC IN THE USA AND JAPAN

УДК 159.944

Соловьева Анжелика Нюргуновна, магистрант, Северо-Восточный федеральный университет, г. Якутск

Solovyeva A.N. ianzhelika@icloud.com

Аннотация

Цель исследования – определить состояние эмоционального выгорания медицинских работников во время пандемии в таких державах, как США и Япония. В статье рассматривается влияние сложившейся ситуации с коронавирусной инфекцией на систему здравоохранения США и Японии. Научная новизна заключается в беспрецедентной ситуации пандемии в XXI веке, когда угрозе подвержен каждый, в особенности сотрудники системы здравоохранения и интересно исследовать, как обстоит ситуация в странах, которые являются лидерами в мире. В результате были рассмотрены и охарактеризованы исследования, которые проводились учеными в этих странах, а также их взгляд на ситуацию.

Annotation

The aim of the study is to determine the state of emotional burnout of medical workers during a pandemic in countries such as the United States and Japan. The article examines the impact of the current situation with coronavirus infection on the health care system in the United States and Japan. The scientific novelty lies in the

unprecedented situation of a pandemic in the 21st century, when everyone, especially health care workers, is at risk and it is interesting to study how the situation is in the countries that are leaders in the world. As a result, the research carried out by scientists in these countries, as well as their view of the situation, were reviewed and characterized.

Ключевые слова: пандемия COVID-19, медперсонал, управление персоналом, медицинских работники, психоэмоциональная нагрузка, синдром эмоционального выгорания, эмоциональное истощение, Япония, система здравоохранения, США.

Keywords: COVID-19 pandemic, medical staff, personnel management, healthcare workers, psycho-emotional stress, burnout syndrome, emotional exhaustion, Japan, healthcare system, USA.

Выгорание - это синдром, характеризующийся хроническим истощением, цинизмом и недостатком личных достижений. Обычно это определяется как «… состояние истощения, в котором человек цинично относится к ценности своей профессии и сомневается в своей способности действовать». Эмоциональное истощение - это центральное измерение напряжения при выгорании, описываемое как чувство эмоционального истощения своей работой. Цинизм - это негативная или чрезмерно отстраненная реакция на саму работу и / или людей, с которыми сотрудники взаимодействуют при выполнении своей работы. Наконец, отсутствие личных достижений относится к снижению чувства компетентности и успешных достижений на работе. Выгоревшие люди одновременно испытывают высокий уровень хронической усталости и эмоционально дистанцируются от своей работы.

В то время как многие в США борются со страхом и неуверенностью в связи с COVID-19 из своих домов, основные работники, в том числе медицинские работники, должны подвергаться воздействию вируса каждый день. Медицинские работники также находятся в условиях, которые сравнивают

с зоной боевых действий, постоянно являясь свидетелями прямых последствий пандемии по мере ее распространения по сообществам.

Больницы перегружены и укомплектованы нехваткой персонала, поскольку коронавирус достиг новых пиков во многих районах страны, истощая ресурсы и кадровые ресурсы. Исследование, проведенное организацией Mental Health America, стремилось количественно оценить влияние, которое это оказывает на рабочую силу отрасли. С июня по сентябрь MHA проводило опрос на сайте mhascreening.org, чтобы узнать об опыте медицинских работников во время COVID-19 и создать более эффективные ресурсы для поддержки их психического здоровья, когда они продолжают оказывать помощь.

Ответы, полученные от 1119 опрошенных медицинских работников, показали, что они находятся в состоянии стресса и слишком растянуты: 93% испытывали стресс, 86% сообщили о тревоге, 77% сообщили о разочаровании, 76% сообщили об истощении и выгорании, а 75% заявили, что испытывали стресс. перегруженный.

Они также беспокоятся о разоблачении своих близких. Более трех четвертей медицинских работников с детьми заявили, что они беспокоятся о заражении своего ребенка COVID-19, почти половина беспокоятся о разоблачении своего супруга или партнера, а 47% обеспокоены тем, что они могут разоблачить своих старших взрослых членов семьи.

Среди людей с детьми половина сообщили, что им не хватает времени, или они не могут содержать своих детей или быть настоящими родителями.

Эмоциональное истощение было наиболее частым ответом на изменения в самочувствии медицинских работников за предыдущие три месяца (82%), за ним следовали проблемы со сном (70%), физическое истощение (68%) и страх перед работой (63%). ... Более половины отобранных изменений аппетита (57%), физических симптомов, таких как головная боль или боль в животе (56%), сомнение в карьере (55%), усталость от сострадания (52%) и повышенная осведомленность или внимание к тому, чтобы подвергаться воздействию (52 %). Медсестры сообщили, что у них более высокий риск заражения коронавирусом

(41%), и они с большей вероятностью чувствовали себя слишком уставшими (67%) по сравнению с другими медицинскими работниками (63%).

Около 39% заявили, что не чувствуют, что у них есть адекватная эмоциональная поддержка. У медсестер еще меньше шансов получить эмоциональную поддержку (45%).

Когда их попросили выбрать три основных фактора стресса, связанных с работой, 61% сообщили о неуверенности в том, когда все уляжется или вернется в норму, а 54% сообщили, что испытывают выгорание. Почти половина (49%) также сообщили, что их тяжелая или повышенная рабочая нагрузка была основным фактором стресса в предыдущие три месяца.

Второй опрос, проведенный Berxi, подразделением Berkshire Hathaway Specialty Insurance и поставщиком страхования профессиональной ответственности для медицинских работников, пришел к аналогичным выводам об уровнях стресса и выгорания, о которых сообщают медицинские работники. Беркси недавно завершил опрос, чтобы узнать больше об их психическом и физическом благополучии по сравнению с этим периодом прошлого года, и результаты вызвали тревогу.

Поразительные 84% сообщили, что чувствовали себя по крайней мере слегка выгоренными на работе, а 18% чувствовали себя полностью выгоренными. 5 основных факторов стресса, которые респонденты определили по порядку: страх заражения COVID-19; долгие часы / смены; общее состояние мира; боязнь распространения коронавируса; и семейные вопросы и обязанности.

Вызывает тревогу то, что 90% заявили, что они спят меньше рекомендованных восьми часов каждую ночь, а каждый третий признался, что спит четыре часа или меньше. В результате страдает производительность труда: каждый третий медицинский работник считает, что делает больше ошибок на работе.

Около половины (48%) рассматривали возможность выхода на пенсию, увольнения с работы или вообще смены карьеры, в то время как такое же количество заявило, что их психическое здоровье ухудшилось.

Из всех опрошенных медицинских работников 49% плакали на работе в прошлом году - и 67% всех практикующих медсестер признались, что поступали так же.

Проблема выгорания была предсказана в марте доктором Джеймсом Адамсом из Медицинской школы Файнберга Северо-Западного университета и доктором Роном Уоллсом из Гарвардской медицинской школы, которые писали, что сочетание стресса и возможного воздействия ставит медицинских работников, от врачей до медсестер, специалистам, подверженным большему риску заражения COVID-19 и потенциального распространения его среди других.

Японские исследования. Они обнаружили, что 50% медработников, оказывающих непосредственную помощь, для пациентов с COVID-19 или PUI испытали выгорание, которое было значительно выше распространенности, чем у тех, кто не принимал участие в лечении пациентов с COVID-19. Хотя В Японии было относительно меньше случаев COVID-19, чем в большинстве других развитых стран, результаты исследования подчеркивают, что пандемия COVID-19 вызвала глубокий стресс на общество и медработников. Также по последней статистике японцев Министерство здравоохранения, труда и социального обеспечения - 21,9% (из 327210 врачей) и 92,8% (среди 1 218 606 медсестер) были женщины, что позволяет предположить, что 77,3% врачей и медсестер были женщины в Японии.

По сравнению с предыдущим поперечным исследованием, в котором изучалась распространенность выгорания в Японии в апреле 2020 года, данные показывают, что участие в уходе за пациентами с COVID-19 является значительным фактором, коррелирующим с выгоранием, по сравнению с теми, кто не видел этих пациентов.

В предыдущем исследовании отмечалось, что те, кто работает в сфере неотложной медицины, могут иметь высокая распространенность выгорания на исходном этапе из-за требовательного характера их работы и ухода за пациентами. Непосредственный уход и наблюдение за пациентами с COVID-19 требует большой значительной физической и психологической нагрузки на медработников из-за необходимости тщательного наблюдение за методами профилактики и контроля инфекций и незнание тяжелых случаев COVID-19. Таким образом, результаты оказались такими, как мы и ожидали.

Хотя Япония была мировым лидером в глобальном здравоохранении, система оказания медицинских услуг сейчас находится на грани краха из-за подавляющего числа госпитализаций из-за COVID-19 и связанных с ними смертей. Перед пандемией японцы считали, что здравоохранение одинаково доступно для всех граждан независимо от их доходов, принадлежности или местонахождения. Теперь японская система здравоохранения, возможно, не сможет соответствовать этим ожиданиям. Возможный уход медицинских работников из-за эмоционального выгорания обострился. COVID-19 может еще больше ускорить коллапс здравоохранения и фрагментацию здоровья системы, ведущие к неравенству и разрушению.

Хотя некоторые смягчающие меры, включая внимательность, консультирование риска выгорания и снижение рабочей нагрузки были предложены в качестве мер по устранению, повсеместное выгорание медицинских работников, учитывая беспрецедентный рост количества случаев COVID-19, индивидуальных усилий может быть недостаточно для преодоления проблемы. В последнее время психологическая устойчивость была выделена как фактор защиты от выгорания. Психологическая устойчивость определяется как способность людей адаптироваться и отвечать на трудности.

Недавнее исследование, проведенное в Португалии, показало, что устойчивость может быть частичной между депрессией и выгоранием, с высокой устойчивостью, защищающей от выгорания. Хотя простых решений для предотвращения выгорания не существует, для обеспечения посменной работы

во избежание переутомления и оказания психиатрической помощи потребуется рассмотреть на политическом уровне, чтобы сделать их более практичными и эффективными.

Наличие достаточного количества квалифицированных и мотивированных медицинских работников имеет решающее значение для работы любой системы здравоохранения, что еще раз подтверждается нынешней пандемией COVID - 19. Помимо привлечения внимания к важной роли и самоотверженности медицинских работников, работающих на переднем крае, кризис COVID-19 еще раз подчеркивает глубоко укоренившуюся проблему нехватки кадров, а также значительный вклад врачей и медсестер-мигрантов в кадровые ресурсы здравоохранения во многих странах.

Список литературы

1. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении. – СПб.: Питер, 1999. – 105 с.
2. Лагассе Дж. Медицинские работники испытывают выгорание, стресс из-за пандемии COVID-19. Журнал финансы здравоохранения. 2020. URL: https://www.healthcarefinancenews.com/news/healthcare-workers-experiencing-burnout-stress-due-covid-19-pandemic
3. Искандарова Ш. Т., Мамедова Г. Б., Мамбетова Ш. У., Миркаримова М. Б. Раннее выявление синдрома эмоционального выгорания у среднего медицинского персонала // Молодой ученый. 2014. №3. С. 181-183.
4. Матюшкина Е.Я., Рой А.П., Рахманина А.А., Холмогорова А.Б. Профессиональный стресс и профессиональное выгорание у медицинских работников // Современная зарубежная психология. 2020. №9(1). С. 9– 49.
5. Маслач К., Шауфели В. Б., и Лейтер, М. П. Профессиональное выгорание. Ежегодный обзор психологии. 2001. №52, 397-422.
6. Петриков С.С., Холмогорова А.Б., Суроегина А.Ю., Микита О.Ю., Рой А.П., Рахманина А.А. Профессиональное выгорание, симптомы эмоционального неблагополучия и дистресса у медицинских работников во время эпидемии

COVID-19 // Консультативная психология и психотерапия. 2020. №28(2). С. 8–45.

7. Шауфели, В. Б., Лейтер, М. П., и Маслач, К. Выгорание: 35 лет исследований и практики. Career Development International. 2009. №14, 204-220.
8. Сяо Х., Чжан И., Конг Д., Ли С., Ян Н. Влияние поддержки социума на качество сна медицинского персонала, лечащего пациентов с COVID-19 в январе и феврале 2020 года в Китае // Med Sci Monit. 2020. №26
9. Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ). Психическое здоровье и психосоциальные аспекты во время вспышки COVID-19. 2020.

Literature

1. Boyko V.V. Burnout syndrome in professional communication. - SPb .: Peter, 1999 .-- 105 p.
2. Lagasse J. Health workers experiencing burnout, stress due to the COVID-19 pandemic. Health finance journal. 2020. url: https://www.healthcarefinancenews.com/news/healthcare-workers-experiencing-burnout-stress-due-covid-19-pandemic
3. Iskandarova Sh. T., Mamedova GB, Mambetova Sh. U., Mirkarimova MB Early detection of burnout syndrome in nursing staff // Young scientist. 2014. No. 3. S. 181-183.
4. Matyushkina E.Ya., Roy A.P., Rachmanina A.A., Kholmogorova A.B. Professional stress and professional burnout in medical workers // Modern foreign psychology. 2020. No. 9 (1). S. 9–49.
5. Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. Job burnout. Annual Review of Psychology. 2001. №52. S. 397-422.
6. Petrikov S.S., Kholmogorova A.B., Suroegina A.Yu., Mikita O.Yu., Roy A.P., Rachmanina A.A. Professional burnout, symptoms of emotional distress and distress in healthcare workers during the COVID-19 epidemic // Counseling Psychology and Psychotherapy. 2020. No. 28 (2). S. 8–45.

7. Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. Burnout: 35 years of research and practice. Career Development International. 2009. №14. S. 204-220.
8. Xiao H, Zhang Y, Kong D, Li S, Yang N. The Effects of Social Support on Sleep Quality of Medical Staff Treating Patients with Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China // Med Sci Monit. 2020. № 26.
9. World Health Organization, World Health Organization.; Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 2020.