

Комплексный подход к раннему выявлению и профилактике синдрома профессионального эмоционального выгорания у медицинских работников

Проект в номинациях

- Эффективное управление медицинскими кадрами

Участники проекта

ЧУЗ "КБ "РЖД-Медицина" г.Тверь

- Ульянова Ольга Юрьевна
- Жданов Геннадий Николаевич

Изучение влияния комплексного подхода на раннее выявление и профилактику синдрома профессионального эмоционального выгорания у медицинских работников в сфере охраны труда

Описание проекта

Описание проблемы

Всемирная организация здравоохранения (2005 год) определяет «синдром выгорания» как физическое, эмоциональное или мотивационное истощение, характеризующееся нарушением продуктивности в работе, усталостью, бессонницей и повышенной подверженностью соматическим заболеваниям. В международной классификации болезней 10-го пересмотра (МКБ-10) синдром профессионального эмоционального выгорания отнесен к классу Z00-Z99, диагностическим таксонам - Z73 «Проблемы, связанные с трудностями поддержания нормального образа жизни» и Z56 «Проблемы, связанные с работой и безработицей». По данным различных исследований, от 30 до 90% работающих врачей, имеют симптомы выгорания. Это обусловлено однообразным и напряженным режимом работы в сочетании с большой эмоциональной насыщенностью личностного взаимодействия с трудными пациентами, этическими конфликтами, конфликтами в команде сотрудников. Согласно проведенным исследованиям, в США (2012 г.) самые высокие показатели синдрома профессионального эмоционального выгорания были диагностированы у врачей, первыми оказывающими медицинскую помощь: сотрудники приемных покоев больниц, семейные врачи, врачи неотложной медицинской помощи. По результатам обследования финских врачей различных специальностей, высокий уровень выгорания имеют врачи, работающие с хроническими больными, неизлечимыми или умирающими пациентами. Синдром профессионального эмоционального выгорания одними исследователями рассматривается как результат неблагоприятного разрешения стресса на рабочем месте, другими как выработанный личностью механизм психологической защиты в ответ на психотравмирующие воздействия. Российские исследования синдрома профессионального эмоционального выгорания касались в основном врачей стоматологов, психиатров, онкологов, анестезиологов-реаниматологов и других немедицинских профессий. Однако важным представляется изучение синдрома профессионального эмоционального выгорания и у других представителей врачебного

сообщества. Кроме этого, недостаточно изучены вопросы возникновения, развития и профилактики синдрома профессионального эмоционального выгорания.

Распространенность выгорания среди медицинских работников высока: США - 41% (данные 2013 г.), страны Европы - 43% (данные 2012 г.), РФ - 75% (данные 2020 г.).

Для руководителя МО важно своевременно выявлять и предупреждать выгорание сотрудников. Цель проекта:

Изучение влияния комплексного подхода на раннее выявление и профилактику синдрома профессионального эмоционального выгорания у медицинских работников в сфере охраны труда.

Показатели измерения цели:

Доля распространенности показателей профессионального стресса и выгорания среди сотрудников, процент снижения показателей выгорания после мер профилактики.

Задачи, которые требовалось решить на пути достижения цели, необходимые ресурсы (финансы, люди), этапы реализации

1. Изучить выраженность профессионального стресса у медицинских работников.
2. Определить степень синдрома профессионального эмоционального стресса у медицинских работников
3. Выявить эффективные меры для профилактики профессионального эмоционального выгорания

Этапы проекта и сроки:

С пациентами основной группы проводили психотерапевтическую работу в три этапа в течение 15 недель. Подготовительный этап состоял из двух групповых и трех индивидуальных встреч по 60 минут, проводимые 1 раз в неделю. На занятиях проводилось групповое информирование о синдроме профессионального эмоционального выгорания. Основной этап состоял из 10 еженедельных встреч по 120 минут, Завершающий этап состоял из 2 групповых встреч и одной индивидуальной. В контрольной группе психотерапия не проводилась.

Ресурсы:

В исследовании приняли участие 50 врачей различных специальностей (терапевты, хирурги, неврологи, офтальмологи, психиатры, дерматологи, оториноларингологии) поликлиники и круглосуточного стационара, работающих в ЧУЗ «Клиническая больница «РЖД-Медицина» г. Тверь, в возрасте от 25 до 70 лет (средний возраст - $41 \pm 4,24$ год). Из них 10 мужчин и 40 женщин. Рабочая нагрузка составляет от 16,2 до 38,5 часов в неделю, в среднем 36 часов. Стаж работы от 5 до 44 лет (в среднем - $25,9 \pm 3,6$).

С целью систематизации полученных данных, выявления и оценки степени влияния факторов риска возникновения синдрома профессионального эмоционального выгорания все обследованные врачи были разделены на две группы:

В основную группу вошли 25 врачей (терапевты - 10, хирурги - 5, неврологи - 5, оториноларингологии - 2, офтальмологи - 2, дерматологи-венерологи - 2; 6 мужчин и 19 женщин; средний возраст $39,57 \pm 11,05$ лет, стаж работы $18,31 \pm 10,28$ лет). С целью профилактики дальнейшего развития синдрома профессионального эмоционального выгорания, с врачами данной группы была проведена комплексная групповая и индивидуальная психотерапия, состоящая из 10 еженедельных встреч по 120 минут.

Контрольную группу составили 25 врачей (терапевты - 10, хирурги - 4, неврологи - 3, оториноларингологии - 3, офтальмологи - 3, дерматологи-венерологи - 2; 5 мужчин и 20 женщин; средний возраст $49,57 \pm 11,05$ лет, стаж работы $21,31 \pm 10,28$ лет). С врачами данной группы не проводилась индивидуальная и групповая психотерапия.

Для изучения степени формирования профессионального стресса и синдрома профессионального эмоционального выгорания были проведены клиническое (клиническая беседа, наблюдение) и психологическое исследование.

Результаты исследования обрабатывались статистически с применением следующих действий: вычисление первичных статистик, сравнение средних по t-критерию Стьюдента, U критерию

Манна-Уитни, корреляционный анализ для независимых выборок (коэффициенты корреляции Спирмена, Пирсона), иерархический кластерный анализ.

Полученные результаты

1. Проведенное исследование показало, что состояние профессионального стресса различного уровня обнаружено у 53,64% врачей. Оценка уровня профессионального стресса по группам специальностей врачей определила большую его выраженность у врачей хирургов.

Статистически достоверных гендерных различий по шкале профессионального стресса не обнаружено.

2. Синдром профессионального эмоционального выгорания, различной степени выраженности и являющийся результатом хронического стрессового воздействия выявлен у большинства включенных в исследования врачей. Установлена зависимость между уровнем стресса и степенью выраженности синдрома профессионального эмоционального выгорания.

Показано, что развитие синдрома профессионального эмоционального выгорания во многом зависит от личностных характеристик врача и факторов предрасполагающих к его развитию.

По методике Бойко синдром выгорания был диагностирован в 37,5% случаев.

3. Проведенная многоуровневая комплексная профилактика развития профессионального стресса и синдрома профессионального эмоционального выгорания показала достоверное снижение эмоционального напряжения во время работы и повышения качества профессиональной работы.

Вывод: меры профилактики в МО помогают предупредить эмоциональное выгорание врачей.