

BRIEF REPORT

ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ ΤΩΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ ΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19

Βασιλική Τσούλου

Υποψήφια Διδάκτωρ, Τμήμα Νοσηλευτικής, Πανεπιστήμιο Δυτικής Αττικής

In English: BURNOUT AMONG NURSES DURING COVID-19 PANDEMIC

Vasiliki Tsoulou

PhD Candidate, Department of Nursing, University of West Attica, Athens, Greece

DOI: 10.5281/zenodo.7772326

Cite as: Τσούλου, Βασιλική. (2022). ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗ ΕΞΟΥΘΕΝΩΣΗ ΤΩΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ ΤΗΝ ΕΠΟΧΗ ΤΗΣ ΠΑΝΔΗΜΙΑΣ COVID-19. *Perioperative Nursing (GORN)*, E-ISSN:2241-3634, 11(3), 341–345.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.7772326>

Η επαγγελματική εξουθένωση που βιώνουν οι εργαζόμενοι στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης αποτελεί παγκόσμιο πρόβλημα με επιπολασμό που ανέρχεται στο 51% σε μελέτη όπου συμμετείχαν 60 χώρες.^{1,2}

Οι νοσηλευτές αποτελούν το μεγαλύτερο τμήμα του εργατικού δυναμικού των νοσοκομείων και περνούν σημαντικό χρόνο με τους ασθενείς συγκριτικά με άλλους επαγγελματίες υγείας.² Συστηματική ανασκόπηση στην οποία συμπεριλήφθηκαν 45.539 νοσηλευτές σε 49 χώρες έδειξε ότι, ο επιπολασμός της επαγγελματικής εξουθένωσης ήταν 11.23%.³ Στην Αίγυπτο, μελέτη μεταξύ ιατρών (n=266) και νοσηλευτών (n=284) έδειξε ότι, η πλειονότητα (66.0%) βίωνε μέτρια επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης ενώ το 24.9% υψηλά επίπεδα.⁴ Στην Ελλάδα, οι

νοσηλευτές που απασχολούνταν σε κέντρα αιμοκάθαρσης βίωναν μέτρια επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης⁵ ενώ εκείνοι που εργάζονταν σε ορθοπαιδική κλινική βίωναν υψηλά.⁶ Στον Πειραιά, έρευνα στην οποία συμμετείχαν 80 νοσηλευτές του Γενικού Νοσοκομείου «Τζάνειο» έδειξε χαμηλά έως μέτρια επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης.⁷ Στην Κύπρο, 100 νοσηλευτές από το Γενικό Νοσοκομείο Λάρνακας βίωναν μέτρια επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης.⁸

Παρότι, διάφοροι όροι έχουν προταθεί σε μια προσπάθεια ανάλυσης του συνδρόμου της επαγγελματικής εξουθένωσης, ωστόσο ο πλέον αποδεκτός ορισμός διατυπώθηκε από τον Maslach, σύμφωνα με τον οποίο το σύνδρομο χαρακτηρίζεται από τρεις διαστάσεις: α) συναισθηματική εξάντληση (εξάντληση των

συναισθηματικών πόρων για επαφή με άλλα άτομα) β) αποπροσωποποίηση (αρνητικά συναισθήματα και κυνικές στάσεις απέναντι στον αποδέκτη των υπηρεσιών υγείας) και γ) μειωμένη προσωπική επίτευξη στο χώρο εργασίας (αδυναμία του ατόμου να εργαστεί σε ένα περιβάλλον που ασκεί έντονη πίεση).^{7,9,10}

Η επαγγελματική εξουθένωση που βιώνουν οι νοσηλευτές στον εργασιακό χώρο συνεπάγεται δυσμενείς επιπτώσεις στη σωματική και ψυχική τους υγεία (κατάθλιψη, άγχος) ενώ παράλληλα αποτελεί απειλή για την ασφάλεια των ασθενών και την ποιότητα της παρεχόμενης περίθαλψης. Όταν ένας νοσηλευτής βιώνει επαγγελματική εξουθένωση είναι επιρρεπής στη διάπραξη λαθών στο χώρο εργασίας, τα οποία μειώνουν την εργασιακή του απόδοση² ή ακόμα μπορεί να αμελεί σπουδαίες προφυλάξεις στην κλινική πρακτική όπως αποφυγή έκθεσης σε βιολογικά υγρά ή αίμα.¹¹ Οι επιπτώσεις της επαγγελματικής εξουθένωσης αφορούν στην υγεία του νοσηλευτή, στον οργανισμό ή νοσηλευτικό φορέα που εργάζεται και στο Εθνικό Σύστημα Υγείας.⁷

Η επαγγελματική εξουθένωση κλιμακώθηκε την εποχή της πανδημίας του κορονοϊού (COVID-19), όπου οι νοσηλευτές βίωσαν υψηλό φόρτο εργασίας.² Πράγματι, η πανδημία οδήγησε σε παγκόσμια κρίση δημόσιας υγείας με πρωτοφανή επιβάρυνση του συστήματος υγειονομικής περίθαλψης όλων των χωρών και επιβολή υποχρεωτικών αλλαγών στην παροχή υγειονομικής περίθαλψης, όπως διακοπή κάποιων υπηρεσιών υγείας, αναδιάταξη κλινικών χώρων και προσωπικού. Οι νοσηλευτές αντιμετώπισαν ποικίλους στρεσογόνους παράγοντες, όπως πρωτόγνωρες απαιτήσεις, περισσότερες ευθύνες,

έλλειψη μέσων ατομικής προστασίας και κίνδυνο καταγγελιών για αμέλεια. Επίσης, αντιμετώπισαν περιορισμούς στην προσωπική, οικογενειακή και κοινωνική ζωή

και μείωση δραστηριοτήτων που αφορούσαν στη βελτίωση των γνώσεων και των επαγγελματικών δεξιοτήτων. Δεν αποτελεί έκπληξη το γεγονός ότι, αυξήθηκαν τα προβλήματα ψυχικής υγείας, όπως για παράδειγμα καταθλιπτικές και αγχώδεις διαταραχές, μετατραυματική διαταραχή και αυτοκτονικός ιδεασμός.¹²

Κατά την αρχική περίοδο της πανδημίας COVID-19 (Μάρτιος έως Μάιος 2020), υψηλά επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης βίωσαν όσοι νοσηλευτές φρόντιζαν ασθενείς με COVID-19.¹³ Στην Ιταλία, κατά το δεύτερο κύμα της πανδημίας (Ιανουάριος 2021) από τους 136 επαγγελματίες υγείας που εργάζονταν σε ΜΕΘ (84 νοσηλευτές, 52 ιατροί), οι περισσότεροι (60%) πληρούσαν τα κριτήρια για επαγγελματική εξουθένωση, με σχεδόν ίδια ποσοστά μεταξύ νοσηλευτών και ιατρών. Οι νοσηλευτές ανέφεραν υψηλότερες βαθμολογίες για τα επίπεδα άγχους και αϋπνίας. Το 45% των συμμετεχόντων ανέφεραν συμπτώματα κατάθλιψης, εκ των οποίων το 13.9% σε κλινικό επίπεδο.¹⁴ Ομοίως στην Ιταλία ανασκόπηση 12 μελετών έδειξε υψηλά επίπεδα επαγγελματικής εξουθένωσης (συναισθηματική εξάντληση, αποπροσωποποίηση και μειωμένη προσωπική επίτευξη) μεταξύ των νοσηλευτών ΜΕΘ κατά τη διάρκεια της πανδημίας COVID-19. Ο αυξημένος φόρτος εργασίας, η έλλειψη εξοπλισμού, το κοινωνικό στίγμα και ο φόβος της μετάδοσης του ιού αναδείχθηκαν ως βασικοί παράγοντες κινδύνου.¹⁵

Στην Κίνα, οι Shen και συν.,¹⁶ υποστήριξαν ότι στην εποχή της πανδημίας, οι νοσηλευτές της ΜΕΘ αντιμετώπισαν πολλές προκλήσεις, όπως εργασία σε ένα άγνωστο περιβάλλον, έλλειψη εμπειρίας στη φροντίδα ασθενών με μολυσματική ασθένεια, άγχος για τη μόλυνση, φόρτος εργασίας, εξάντληση και κατάθλιψη λόγω της μη επιτυχούς αντιμετώπισης των βαρέως πασχόντων ασθενών.

Στην Σαουδική Αραβία, η οικογένεια, η εργασία και το παγκόσμιο πλαίσιο για την πορεία της πανδημίας ήταν οι τρεις ομάδες παραγόντων που επηρέασαν την εμπειρία και την αντίληψη των νοσηλευτών ΜΕΘ για την επαγγελματική εξουθένωση.¹⁷

Στη Ταϊβάν κατά την εποχή της πανδημίας (Ιανουάριος 2019 έως Δεκέμβριος 2020), η κακή ποιότητα ύπνου, η έλλειψη άσκησης, οι πολλές ώρες εργασίας και η εργασία σε θέση νοσηλεύτη ήταν παράγοντες κινδύνου όσον αφορά στην αύξηση των επιπέδων επαγγελματικής εξουθένωσης μεταξύ των επαγγελματιών υγείας.¹⁸

Στην Πολωνία 412 εργαζόμενοι στον τομέα της υγείας (47% νοσηλευτές, 28% ιατροί, 14% ψυχολόγοι και 11% άλλοι επαγγελματίες υγείας), ηλικίας 21-69 ετών συμμετείχαν στην εποχή της πανδημίας σε διαδικτυακή έρευνα (Ιούνιος έως Νοέμβριος 2020), η οποία έδειξε ότι, το 54% των συμμετεχόντων πληρούσε τα όρια επαγγελματικής εξουθένωσης.¹⁹

Στην Ελλάδα, μελέτες που περιλάμβαναν 18.935 νοσηλευτές, έδειξαν επιπολασμό 34.1% της συναισθηματικής εξάντλησης, 15.2% της μειωμένης προσωπικής επίτευξης και 12.6% της αποπροσωποποίησης. Οι παράγοντες κινδύνου που αύξησαν την επαγγελματική εξουθένωση των νοσηλευτών ήταν η χαμηλή κοινωνική στήριξη, η

νεότερη ηλικία, η αντιλαμβανόμενη απειλή του Covid-19, η χαμηλή ετοιμότητα της οικογένειας και των συναδέλφων να αντιμετωπίσουν την πανδημία, ο φόρτος εργασίας, ο μεγαλύτερος χρόνος εργασίας σε περιοχές καραντίνας, η εργασία σε περιβάλλον υψηλού κινδύνου ή σε νοσοκομεία με ανεπαρκείς πόρους (υλικούς και ανθρώπινους) και το χαμηλό επίπεδο εξειδικευμένης εκπαίδευσης σχετικά με την πανδημία COVID-19.²⁰

Η αντιμετώπιση της επαγγελματικής εξουθένωσης που βιώνουν οι νοσηλευτές αποτελεί προτεραιότητα για την ασφαλή περίθαλψη των ασθενών. Οι τροποποιήσιμοι παράγοντες κινδύνου επαγγελματικής εξουθένωσης στο χώρο εργασίας περιλαμβάνουν την επαρκή κατάρτιση, την αποφυγή παρατεταμένων βαρδιών ≥ 8 ωρών και την προώθηση ασφαλών εργασιακών περιβαλλόντων.²¹ Η στήριξη από την ηγεσία και τους συναδέλφους, η επαγγελματική αναγνώριση, η χρήση μέτρων ατομικής προστασίας και η επιτυχής ανάρρωση των ασθενών αναδείχθηκαν ως προστατευτικοί παράγοντες.¹⁵

Η συνοχή της ομάδας συμβάλλει στη μείωση της επαγγελματικής εξουθένωσης.²² Η ομαδική εργασία και το αίσθημα εκτίμησης σχετίστηκε με χαμηλότερες πιθανότητες επαγγελματικής εξουθένωσης σε ένα δείγμα 2744 επαγγελματιών υγείας που απασχολούνταν σε τριτοβάθμια νοσοκομεία.²³

Είναι σημαντικό οι Διευθυντές Νοσηλευτικής Υπηρεσίας των νοσοκομείων να αναγνωρίζουν τους νοσηλευτές που βιώνουν επαγγελματική εξουθένωση και να παρέχουν καθοδήγηση και υποστήριξη για να αποτρέψουν την επιδείνωση ή και την επανεμφάνιση των συμπτωμάτων. Εξίσου

σημαντική είναι η ισότιμη κατανομή των νοσηλευτών σε όλα τα τμήματα και η στήριξη της επαγγελματικής τους εξέλιξης.²

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Morgantini LA, Naha U, Wang H, Francavilla S, Acar Ö, Flores JM, Crivellaro S, Moreira D, Abern M, Eklund M, Vigneswaran HT, Weine SM. Factors contributing to healthcare professional burnout during the COVID-19 pandemic: A rapid turnaround global survey. *PLoS One*. 2020;15(9):e0238217.
- Opoku DA, Ayisi-Boateng NK, Mohammed A, Sulemana A, Gyamfi AO, Owusu DK, Yeboah D, Spangenberg K, Ofosu HM, Edusei AK. Determinants of burnout among nurses and midwives at a tertiary hospital in Ghana: A cross-sectional study. *Nurs Open*. 2023;10(2):869-878.
- Woo T, Ho R, Tang A, Tam W. Global prevalence of burnout symptoms among nurses: A systematic review and meta-analysis. *J Psychiatr Res*. 2020;123:9-20.
- Abdo SA, El-Sallamy RM, El-Sherbiny AA, Kabbash IA. Burnout among physicians and nursing staff working in the emergency hospital of Tanta University, Egypt. *East Mediterr Health J*. 2016;21(12):906-915.
- Moisoglou I, Yfantis A, Tsiouma E, Galanis P. The work environment of haemodialysis nurses and its mediating role in burnout. *J Ren Care*. 2021;47(2):133-140.
- Kiekkas P, Spyrtos F, Lampa E, Aretha D, Sakellaropoulos GC. Level and correlates of burnout among orthopaedic nurses in Greece. *Orthop Nurs*. 2010;29(3):203-209.
- Ριζόπουλος Θ, Γούλα Α, Σταμούλη ΜΑ. Το σύνδρομο επαγγελματικής εξουθένωσης σε νοσηλευτές δημόσιου γενικού νοσοκομείου της Αττικής. *Αρχεία Ελληνικής Ιατρικής*. 2020;37(3):376-383.
- Μπαλτζή Ε, Χαρή-Παπαιωάννου Φ, Πολυκανδριώτη Μ, Γουρνή Μ, Χαλαλάμπους Γ. Διερεύνηση της επαγγελματικής εξουθένωσης των νοσηλευτών του γενικού νοσοκομείου Λάρνακας Κύπρου. *Το Βήμα του Ασκληπιού*. 2012;11(4):532-548.
- Polikandrioti M. Burn out syndrome. *Health science journal*. 2009;3(4):195-196.
- Koutelekos I, Polikandrioti M. The burnout syndrome of health care professionals. *Rostrum of Asclepius*. 2007;2(1):1- 7.
- Gourni P, Polikandrioti M, Vasilopoulos G, Mpaltzi E, Gourni M. Occupational Exposure to blood and body fluids of nurses at Emergency department. *Health science Journal*. 2012;6(1):60-68.
- Holas P, Wojtkowiak N, Gambin M, Hansen K, Kmita G, Pisula E, Bargiel-Matusiewicz K, Łojek E. Factors associated with burnout in Polish healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Front Public Health*. 2023;10:1018612.
- Rivas N, López M, Castro MJ, Luis-Vian S, Fernández-Castro M, Cao MJ, García S, Velasco-Gonzalez V, Jiménez JM. Analysis of Burnout Syndrome and Resilience in Nurses throughout the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(19):10470.
- Stocchetti N, Segre G, Zanier ER, Zanetti M, Campi R, Scarpellini F, Clavenna A, Bonati M. Burnout in Intensive Care Unit Workers during the Second Wave of the COVID-19 Pandemic: A Single Center Cross-Sectional Italian Study. *Int J Environ Res Public Health*. 2021;18(11):6102.
- Toscano F, Tommasi F, Giusino D. Burnout in Intensive Care Nurses during the COVID-19 Pandemic: A Scoping Review on Its Prevalence and Risk and Protective Factors. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(19):12914.
- Shen X, Zou X, Zhong X, Yan J, Li L. Psychological stress of ICU nurses in the time of COVID-19. *Crit Care*. 2020;24(1):200.
- Alzailai N, Barriball KL, Alkhatib A, Xyrichis A. Factors that contributed to burnout among intensive care nurses during the COVID-19 pandemic in Saudi Arabia: A constructivist grounded theory. *Aust Crit Care*. 2023;36(1):19-27.
- Chu WM, Ho HE, Lin YL, Li JY, Lin CF, Chen CH, Shieh GJ, Chan WC, Tsan YT. Risk Factors Surrounding an Increase in Burnout and Depression Among Health Care Professionals in Taiwan During the COVID-19 Pandemic. *J Am Med Dir Assoc*. 2023;24(2):164-170.e3.
- Holas P, Wojtkowiak N, Gambin M, Hansen K, Kmita G, Pisula E, Bargiel-Matusiewicz K, Łojek E. Factors associated with burnout in Polish healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Front Public Health*. 2023;10:1018612.

20. Galanis P, Vraika I, Fragkou D, Bilali A, Kaitelidou D. Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *J Adv Nurs*. 2021;77(8):3286-3302.
21. Tan BYQ, Kanneganti A, Lim LJH, Tan M, Chua YX, Tan L, Sia CH, Denning M, Goh ET, Purkayastha S, Kinross J, Sim K, Chan YH, Ooi SBS. Burnout and Associated Factors Among Health Care Workers in Singapore During the COVID-19 Pandemic. *J Am Med Dir Assoc*. 2020;21(12):1751-1758.e5.
22. Kim S, Kitzmiller R, Baernholdt M, Lynn MR, Jones CB. Patient Safety Culture: The Impact on Workplace Violence and Health Worker Burnout. *Workplace Health Saf*. 2023;71(2):78-88.
23. Teo I, Chay J, Cheung YB, Sung SC, Tewani KG, Yeo LF, Yang GM, Pan FT, Ng JY, Abu Bakar Aloweni F, Ang HG, Ayre TC, Chai-Lim C, Chen RC, Heng AL, Nadarajan GD, Ong MEH, See B, Soh CR, Tan BKK, Tan BS, Tay KXK, Wijaya L, Tan HK. Healthcare worker stress, anxiety and burnout during the COVID-19 pandemic in Singapore: A 6-month multi-centre prospective study. *PLoS One*. 2021;16(10):e0258866