

Радєвіч Є.В.

**ПРОФЕСІЙНЕ ВИГОРАННЯ МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ,
ЯК ВЕЛИКА ПРОБЛЕМА СЬОГОДЕННЯ**

Науковий керівник: асист., к.мед.н. Григорян О.В.

«Світяти іншим, згораю сам» саме з цих слів хочеться розпочати свою доповідь, які колись сказав голландський лікар Ніколас ван Тюльпан. Вони є досить доленосними та дуже добре підкреслюють всю сутність лікарського буття. Бути лікарем – значить віддавати всього себе, всі свої емоції, почуття і переживання. Емоційне вигорання – це емоційне виснаження, втрата індивідуальності, зниження впевненості у собі та своїх діях, зниження професійних досягнень та перемог. Зазвичай, воно виникає у тих, хто перебуває в безпосередньому, щоденному контакті з людьми. Професія лікаря, медичного працівника належить до складної праці. Вона потребує високої освіченості, постійного розвитку, уміння володіти особистими та професійними надбаннями. Люди завжди довіряли та довірятимуть медичному працівнику, адже він є гарантом їхнього здоров'я. Тому довіряють йому всі свої почуття та переживання, потребують уваги та допомоги, прагнуть бути почутими. Допомагаючи іншим, віддаючи себе людям, медичні працівники дуже часто забувають про себе, про те що вони також люди, звичайні люди у яких є також певні проблеми. Такі явища, як нестача відпочинку та часу для себе призводить до зниження ентузіазму, і улюблена справа перетворюється у звичайну рутину. Лікар у гарному гуморі, у якого «світяться очі» - запорука міцного зв'язку лікар - пацієнт, лікар-колега – є гарантією досягнення поставлених цілей: лікування, вирішення проблем, тріумфу певних вершин. Наші емоції, як правило є двоїстим відображенням наших почуттів:

1) Радість від успішно проведеної операції; радість від того, що пацієнт, який не вірив у силу медицини все ж таки одужав і посміхається; почуття вдячності та значущості;

2) Навпаки, відчуття докору та невіри; заздрість до успіху інших; лікування, яке не принесло очікуваного результату; велике фізичне навантаження; умови праці, які не є досить задовільними та комфортними; тиск зі сторони пацієнтів, їх близьких та родичів; незадовільна заробітна плата; відчуття соціальної незахищеності.

У результаті впливу різних чинників медичний працівник стає апатичним, не виявляє зацікавленості, не відчуває цінності життя. Для того, щоб переконатися у точності цих слів, було проведено соціологічне опитування та маленьке анкетування медичних працівників у невеличкому селищі щодо факторів, які впливають на їх психоемоційний стан найбільше.

За результатами проведеного порівняльного аналізу отриманих даних та результатів опитування, які проводились у закордонних лікарнях встановлено, що 60% медичних працівників страждають захворюваннями нервової системи, 71% мають емоційне виснаження, 25% мають депресії, майже 77% не задоволені своєю зарплатнею. Люди, які жертвують своїм здоров'ям, своїм життям заради інших потребують належного та гідного ставлення. У першу чергу, це правильний розподіл робочого часу, навантаження та норми роботи зі шкідливими факторами впливу, просвітницька робота та тренінги, які не тільки підвищують кваліфікацію лікаря та його рівень знань, але й ті, що розвивають його в першу чергу, як особистість, створення дружнього та теплового робочого колективу. Потрібно впровадити програми, які будуть знижувати емоційне навантаження, забезпечувати зручні умови для праці та відпочинок.

Отже, емоційне вигорання – це проблема, яка може торкнутися кожного. Бути відданим своїй професії та людям, які тебе оточують – це все дуже добре, але потрібно не забувати й про себе, адже медичний працівник у якого все добре - це запорука досягнення поставлених цілей та благополуччя, як пацієнта, так і самого лікаря.