

МАТЕРІАЛИ

У ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ НАУКОВОЇ

КОНФЕРЕНЦІЇ

16 ЛЮТОГО 2024 РІК • М. ЗАПОРІЖЖЯ, УКРАЇНА

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНІ ТА
ТЕОРЕТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В
КОНТЕКСТІ СУЧАСНОЇ НАУКИ

ISBN 978-617-8312-14-5

DOI 10.36074/liga-ukr-16.02.2024



Назарова Дар'я Сергіївна, здобувач вищої освіти II медичного факультету
Харківський національний медичний університет, Україна

Лінівенко Еліна Сергіївна, здобувач вищої освіти II медичного факультету
Харківський національний медичний університет, Україна

Науковий керівник: Кучеренко Богдан Юрійович, асистент кафедри
екстреної та невідкладної медичної допомоги, ортопедії та травматології
Харківський національний медичний університет, Україна

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ СЕРЕД ПРАЦІВНИКІВ ЕКСТРЕНОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО КОНФЛІКТУ: АНАЛІЗ СУЧАСНОГО СТАНУ ТА ШЛЯХИ ПОКРАЩЕННЯ В УКРАЇНІ

МАТЕРІАЛИ ТА МЕТОДИ: рецензування наукових статей та публікацій, що стосуються емоційного вигорання серед медичних працівників.

МЕТА: виявлення особливостей діяльності працівників екстреної медичної служби, які призводять до виникнення синдрому професійного вигорання на основі аналізу літературних джерел.

ВСТУП. У сучасних реаліях - стрес, відповідальність та емоційне навантаження виступають невід'ємною частиною професійного життя працівників медичної галузі, зокрема екстреної медичної допомоги. На тлі війни в Україні, стоячи на варті життя та здоров'я населення, обов'язки медичних працівників включають негайне реагування на непередбачувані та кризові (стресові) ситуації, де швидкість та компетентність є вирішальними. Однак цей благородний покликання несе за собою велику проблему, яка відображається не тільки на фізичному, але й на психічному рівні. Медичні працівники стикаються з підвищеним ризиком професійного вигорання та депресії, тому ця проблема гостро стоїть перед нами на сьогодні. Вивчення цього питання не лише виокремлює труднощі, з якими зіткнулися медичні фахівці, але і є кроком до розробки ефективних стратегій психологічної підтримки, необхідної для збереження фізичного та емоційного здоров'я.

ОСНОВНА ЧАСТИНА. Термін «вигорання» спершу описувався, як виснаження від «надмірних потреб в енергії, силі чи ресурсі» під час виконання професійних обов'язків; характеризувався симптомами нездужання, втоми, розчарування, цинізму чи відчуттям неефективності. В ХХ столітті вважалося, що в професійному середовищі сектора «допомоги та догляду», а саме: охороні здоров'я, соціальним працівникам та поліції, в першу чергу загрожує небезпека формуванню процесу професійного вигорання.

Для описання даного явища науковцем Гербертом Дж. Фройденбергером було запропоновано термін «професійна депресія». Вигорання – це серйозний психологічний синдром, який пов'язаний з працею та виникає внаслідок тривалого емоційного чи психологічного стресу. Для цього синдрому характерні три аспекти: емоційне виснаження, деперсоналізація та зниження почуття власної гідності на роботі. Емоційне перенавантаження виникає тоді, коли люди стикаються з безліччю зобов'язань та вимог, які змушують їх діяти за межами своїх можливостей на даний

момент.

Як результат, працівники швидкої допомоги регулярно піддаються впливу множинних професійних факторів, генеруючих стрес, які включають: тривалу робочу зміну, міжособистісні конфлікти з колегами або керівництвом, катастрофічні надзвичайні ситуації, страх побачити серед пацієнтів своїх рідних та близьких, непередбачувана кількість постраждалих у будь який час доби, а також невідкладні чи насильницькі ситуації. Сукупний вплив цих тригерів може мати руйнівні наслідки для фізичного та психічного здоров'я працівників, тим самим призводячи до професійного вигорання та депресії. Окрім цього, такий стан прямо впливає на якість надання ними невідкладної медичної допомоги.

ВИСНОВОК. Підсумовуючи вище згадане, результати аналізу свідчать, що екстрені медичні працівники мають підвищений ризик емоційного вигорання, особливо під час надання допомоги в умовах війни. Це може негативно впливати на якість виконання професійних зобов'язань та загрожувати здоров'ю працівників.

Профілактичні підходи до професійного стресу, вигорання та депресії необхідні для поліпшення психічного стану та якості трудового життя. Тому пропонуємо дотримуватися наступних рекомендацій:

- систематичні консультації психологів чи фахівців з управління стресом;
- регулярне відвідування брифінгів та обговорень можуть допомогти в обробці емоційних вражень;
- навчання навичкам емоційної саморегуляції та ефективному управлінню стресом;
- активне використання відпусткових днів для повноцінного відпочинку;
- обов'язкове проведення планових медичних обстежень для моніторингу стану фізичного та ментального здоров'я.

Список використаних джерел:

1. Heinemann L. V., Heinemann T. Burnout Research. SAGE Open. 2017. Vol. 7, no. 1. P. 215824401769715. URL: <https://doi.org/10.1177/2158244017697154> (date of access: 31.01.2024).
2. Спіріна І. Д., Пилягіна Г. Я., Чугунов В. В., Фаузі Є. С., Живілова Я. С., Шевченко Ю. М. МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ: підручник. Дніпро: ЛІРА, 2022. 268-269 с. URL: <http://info.dgu.edu.ua/bitstream/123456789/629/1/%D0%9F%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%9C%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B0%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%202022.pdf> (дата звернення: 01.02.2024).
3. West C. P., Dyrbye L. N., Shanafelt T. D. Physician burnout: contributors, consequences and solutions. Journal of Internal Medicine. 2018. Vol. 283, no. 6. P. 516–529. URL: <https://doi.org/10.1111/joim.12752> (date of access: 02.02.2024).