

*Н.И. Остроушко¹, М.М. Романова²,
О.С. Посметьева², А.О. Потапенко²*
**СИНДРОМ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
В ОБЩЕЙ ВРАЧЕБНОЙ ПРАКТИКЕ**

¹Департамент здравоохранения Воронежской области;

²ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко Минздрава России, каф. поликлинической терапии

Резюме. В современных условиях оптимизации практического здравоохранения актуальность проблемы профессионального выгорания, его раннего выявления и профилактики все больше возрастает, особенно для его первичного звена, для поликлиники, для общей врачебной практики. Проведено исследование 30 медицинских работников: 15 врачей и 15 медсестер городской клинической поликлиники на предмет изучения особенностей синдрома эмоционального выгорания среди медицинских работников общей врачебной практики в условиях первичного звена здравоохранения. Полностью сформировавшийся синдром эмоционального выгорания выявлен более чем у половины обследованных. Медицинские сестры чаще врачей подвержены эмоциональному выгоранию. С учетом вышеизложенного, в первичном звене практического здравоохранения необходимо раннее выявление и эффективная коррекция синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников.

Ключевые слова: синдром профессионального выгорания, общая врачебная практика, эмоциональное истощение, деперсонализация, редукция личных достижений.

Актуальность. Проблема профессионального эмоционального выгорания является актуальной для многих сфер деятельности. Одной из таких сфер является медицинская. Вопросам подготовки квалифицированных медицинских кадров, непрерывному медицинскому образованию уделяется большое внимание в современной медицине. В то же время существенное число высококвалифицированных медицинских работников обладают низкой стрессоустойчивостью и подвергаются эмоциональному выгоранию [1,2,5].

Синдром «эмоционального (или психического) выгорания» (СЭВ) - это реакция организма, возникающая вследствие продолжительного воздействия профессиональных стрессов средней интенсивности [4,6]. В настоящее время выделяют 3 стадии: 1-я стадия – эмоциональное истощение, 2 стадия – деперсонализация (обезличивание), 3-я – редукция личных достижений. Если на 1-й стадии человек не понял, о чем ему сигнализирует организм, не сделал выводы, не дал себе возможность восстановиться, то наступает вторая стадия синдрома эмоционального выгорания – деперсонализация (когда человек искаженно воспринимает собственное «я», отчуждается от своей личности, тела. И если человек не делает выводы, то наступает 3 стадия. 3 стадия - редукция (редуцирование) личных достижений, когда человек «выгорает», «уходит в минус» во всех сферах жизни, проблемы нарастают. И если с первой стадии синдрома эмоционального выгорания

человек мог выйти самостоятельно, было достаточно выспаться, отлежаться, то чтобы выйти со второй и третьей стадии, необходима помощь специалиста [3,8]. В современных условиях оптимизации практического здравоохранения актуальность проблемы профессионального выгорания, его раннего выявления и профилактики все больше возрастает, особенно для его первичного звена, для поликлиники, для общей врачебной практики

Цель исследования: сравнительное изучение особенностей синдрома эмоционального выгорания среди медицинских работников общей врачебной практики в условиях первичного звена здравоохранения.

Материал и методы исследования. В исследование включено 30 медицинских работников: 15 врачей и 15 медсестер городской клинической поликлиники в возрасте от 27 до 62 лет (средний возраст $42,5 \pm 4,9$ лет). Все они были ознакомлены с целями и задачами исследования и подписали информированное согласие на участие в исследовании. Применялся опросник Бойко В. В. «Диагностика уровня эмоционального выгорания», который представляет собой анкету из 84 вопросов, формирующих три фазы и двенадцать синдромов [7]. Были выделены 2 группы: 1-ю составили врачи - 15 человек, во 2-ю вошли 15 медицинских сестер. Полученные данные обрабатывали статистически с помощью программ Microsoft Excel 5.0 и Statistica 6.0 for Windows с применением параметрических и непараметрических критериев.

Полученные результаты и их обсуждение. После статистической обработки результатов анкетирования врачей и медицинских сестер в общей врачебной практике нами проведены оценка и анализ полученных данных. Среди врачей у 8 (53%), а среди медицинских сестер у 20 человек (80%) сформировалась фаза «истощение». У 5 врачей (33%) и лишь у 2 медицинских сестер (13%) она была в стадии формирования. У 2 врачей (14%) и 1 медицинской сестры (7%) не сформировалась. Отдельные симптомы встречались в разных диапазонах в исследуемой группе медицинских работников от 23 до 83% случаев (рис.1).

Фаза «резистенция» сформировалась у 8 врачей (53%) и у 11 медицинских сестер (73%). У 5 врачей (33%) и 3 медицинских сестер (20%) наблюдалась в стадии формирования; у 2 врачей (14%) и 1 медицинской сестры (7%) не сформировалась (рис.2).

Доминирующие проявления отдельных симптомов представлены на рис.3.

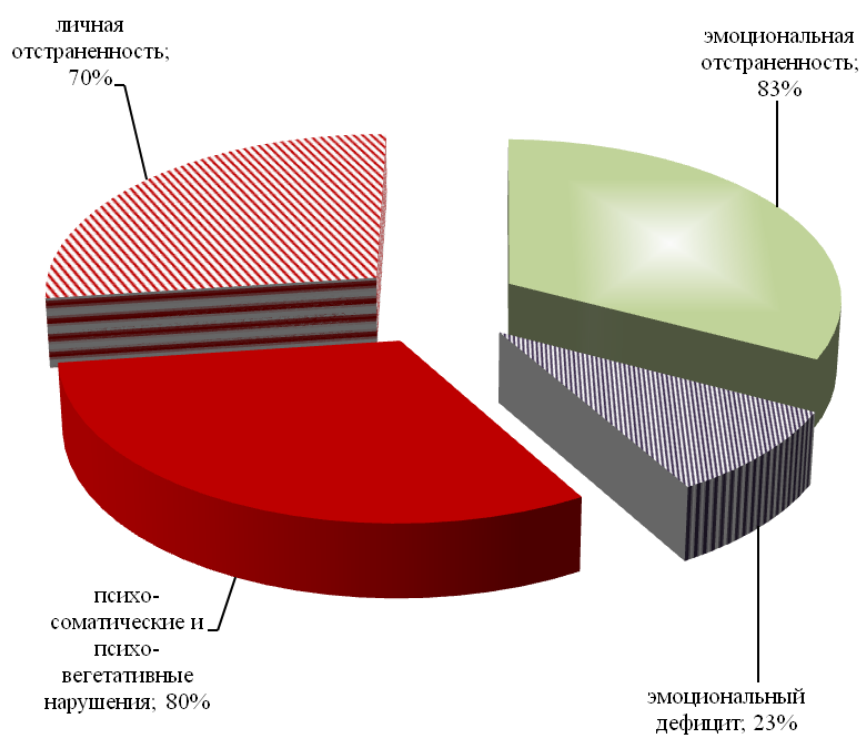


Рис. 1. Анализ фазы «истощение» синдрома эмоционального выгорания среди врачей и медицинских сестер.

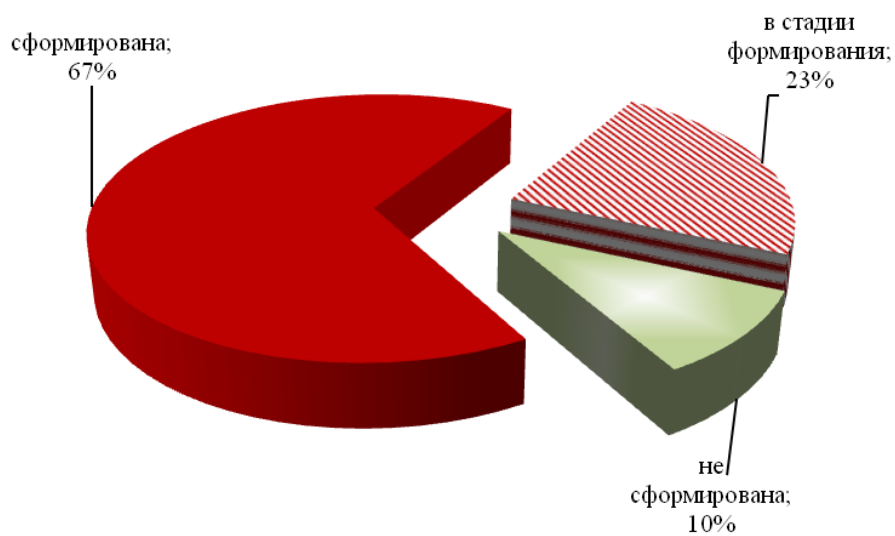


Рис. 2. Результаты исследования синдрома эмоционального выгорания (фаза «резистенция»).

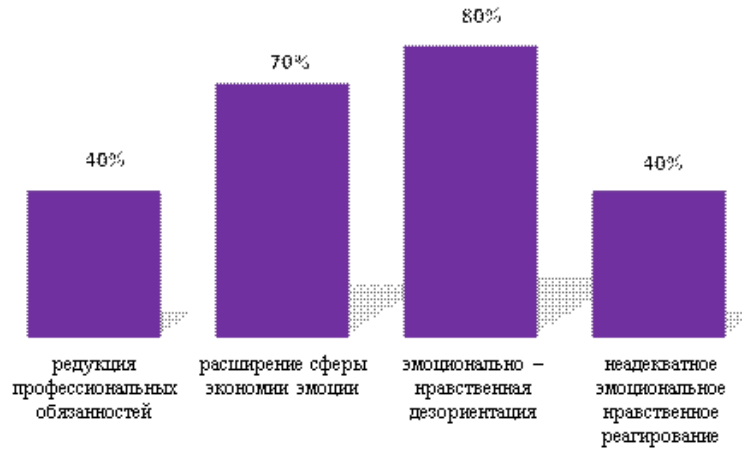


Рис. 3. Анализ фазы «резистенция» синдрома эмоционального выгорания среди врачей и медицинских сестер.

Фаза «напряжение» сформировалась у 12 человек - 40% (5 врачей - 33%, 7 медицинских сестер – 46,5%), в стадии формирования у 15 человек - 50% (8 врачей - 53%, 7 медицинских сестер – 46,5%). В 10% случаев не сформировалась. Отдельные симптомы сложились и доминировали в этой фазе следующим образом: симптом «переживание психотравмирующих обстоятельств» - 83%; симптом «неудовлетворенность собой» - 70%; симптом «загнанность в клетку» - 40%; симптом «симптом тревога и депрессия» - 40% (рис.4).

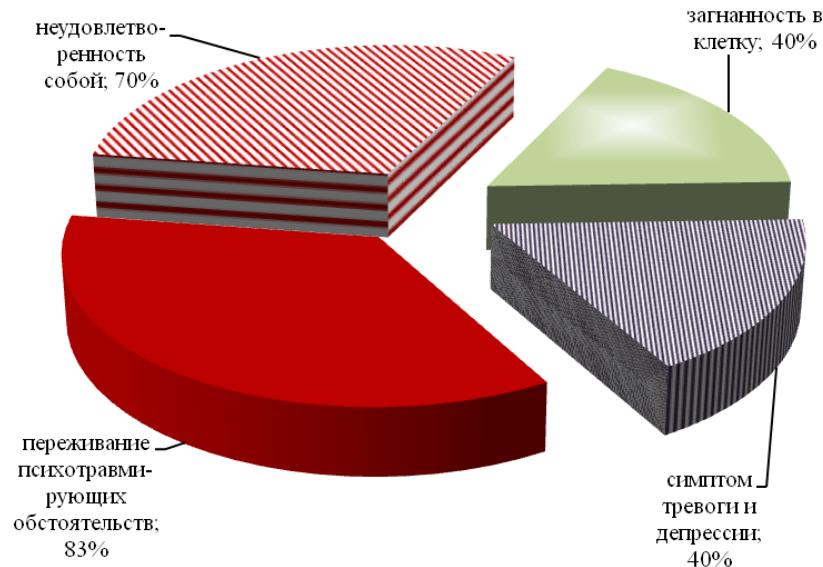


Рис. 4. Анализ фазы «напряжение» синдрома эмоционального выгорания среди врачей и медицинских сестер.

Выводы. Согласно проведенному исследованию в общей врачебной практике среди врачей и медицинских сестер симптомы синдрома эмоционального выгорания испытывают более двух третей медицинских работников. Полностью сформировавшийся синдром эмоционального выгорания выявлен более чем у половины обследованных. Медицинские сестры чаще врачей подвержены эмоциональному выгоранию. С учетом вышеизложенного, в первичном звене практическом здравоохранении необходимо раннее выявление и эффективная коррекция синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников.

Литература.

1. Водопьянова Н. Е., Старченкова Е. С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. - М., 2016. - 336 с.
2. Волков В.К. О профилактике синдрома профессионального эмоционального выгорания у врачей анестезиологов-реаниматологов / В.К. Волков и др. // Профилактическая медицина. – 2018, № 3. - С. 92.
3. Миков Д.Р. Особенности синдрома эмоционального выгорания у медицинских работников многопрофильного стационара / Д.Р. Миков [и др.]// Вестник Пермского университета. Философия. Психология. Социология. 2018. Вып.1. С. 88-97.
4. Огнерубов Н.А. Синдром эмоционального выгорания у врачей терапевтов / Н.А. Огнерубов, М.А. Огнерубова // Вестник Тамбовского университета. Серия: Естественные и технические науки. – 2015, № 2.- С. 23-26.
5. Романова М.М. Диспансеризация в первичном звене здравоохранения: мнение пациентов/Романова М.М., Зуйкова А.А., Ширяев О.Ю.//Прикладные информационные аспекты медицины. 2014. Т. 17. № 1. С. 156-161..
6. URL-<https://medconfer.com/node/4331> (дата обращения: 02.10.2018)
7. URL-<http://www.psi-test.ru/pub/1/Sidorov-Sindrom-vygoraniy.html> (дата обращения: 15.10.2018)
8. URL-<http://www.5da.ru/sgoranie.html> (дата обращения: 17.10.2018)

Abstract

N.I. Ostroushko, M.M. Romanova, O.S. Posmetieva, A.O. Potapenko
BURNOUT SYNDROME IN GENERAL MEDICAL PRACTICE

Department of Health of the Voronezh Region, Voronezh State Medical University

In modern conditions of optimization of practical health care the relevance of the problem of professional burnout, its early detection and prevention is increasing, especially for its primary level, for clinics, for General medical practice. The article presents the results of a study on the characteristics of burnout syndrome among medical workers of General medical practice in the conditions of primary health care. According to the data obtained, more than two thirds of 2/3 of medical workers experience symptoms of burnout syndrome in General medical practice among doctors and nurses. In the formed form, emotional burnout syndrome was revealed in more than half of the examined patients. Nurses are more prone to burnout than doctors. In view of the above, in the primary level of practical health care, early detection and effective correction of burnout syndrome in medical workers is necessary.

Keywords: professional burnout syndrome, General medical practice, emotional exhaustion, depersonalization, reduction of personal achievements

References.

1. Vodopyanova N. E., Starchenkova E. S. burnout Syndrome: diagnosis and prevention. - М., 2016. - 336 p.
2. Volkov V. K. on prevention of professional emotional burnout syndrome in anesthesiologists-resuscitators / V. K. Volkov et al. // Preventive medicine. - 2018, № 3. - P. 92.
3. Mikov, D. R. Features of syndrome of emotional burnout among health care workers of a multiprofile hospital / Mikov, D. R [and others]// Vestnik PERMSKOGO universiteta. Philosophy. Psychology. Sociology. 2018. Vol.1. P. 88-97.

4. Ognerubov N.. Syndrome of emotional burnout among therapists / N.. Ognerubov, M. A. Ognerubov // Bulletin of Tambov University. Series: Natural and technical Sciences. - 2015, № 2.- P. 23-26.
5. Romanova M. M. medical examination in primary care: opinion of patients/Romanova M. M., zuykova A., Shiryaev O. Yu.//Applied information aspects of medicine. 2014. Vol. 17. No. 1. P. 156-161.
6. URL-<https://medconfer.com/node/4331> (accessed 02.10.2018)
7. URL-<http://www.psi-test.ru/pub/1/Sidorov-Sindrom-vygoraniy.html> (date accessed: 15.10.2018)
8. URL-<http://www.5da.ru/sGORanie.html> (date accessed: 17.10.2018)

Сведения об авторах: Остроушко Надежда Игоревна – к.м.н., нач. отд. департамента здравоохранения Воронежской области; Романова Марина Михайловна – к.м.н., доцент кафедры поликлинической терапии ВГМУ им. Н.Н. Бурденко, e-mail mmromanova@mail.ru; Посметьева Ольга Сергеевна – к.м.н., ассистент кафедры поликлинической терапии ВГМУ им. Н.Н. Бурденко; Потапенко Алина Олеговна – студентка лечебного факультета ВГМУ им. Н.Н. Бурденко.