

Нурекешов Т.К.
Alikhan Bokeikhan University
Қазақстан, Семей
e-mail: nurekechovt@mail.ru

ДӘРІГЕРЛЕРДІҢ КӘСІБИ ҚЫЗМЕТІНДЕГІ ЭМОЦИОНАЛДЫҚ КҮЙЗЕЛІСІ: ТАРАЛУЫ, АЛДЫН-АЛУ.

Түйін: Дәрігерлер кәсіби қызмет барысында стресстің жоғары деңгейіне ұшырайды және әсіресе эмоционалдық күйзеліске бейім. Бұл жағдай дәрігерлерге, пациенттерге және денсаулық сақтау жүйесіне үлкен әсер етеді. Эмоционалдық күйзеліс дәрігерлердің қате шешім қабылдау қаупі жоғары болуы, пациенттерге дұрыс қарым-қатынас жасамау жағдайлары, медициналық қателіктер жіберу және әріптестерімен күрделі қарым-қатынаста болу жағдайларын туғызады. Дәрігерлер арасындағы күйзелістің болуы депрессия қаупін арттырады (мазасыздық, ұйқының бұзылуы, шаршау т.б.).

Түйін сөздер: медициналық мамандардың эмоционалды күйіну, шаршау; жұмыс орнындағы стресс.

Нурекешов Т.К.
Alikhan Bokeikhan University
Қазақстан, Семей
e-mail: nurekechovt@mail.ru

Эмоциональный стресс в профессиональной деятельности врачей: распространение, профилактика

Аннотация

Врачи подвержены высокому уровню стресса во время профессиональной деятельности и особенно подвержены эмоциональному стрессу. Это состояние оказывает огромное влияние на врачей, пациентов и систему здравоохранения. Эмоциональный стресс приводит к тому, что врачи подвергаются более высокому риску неправильного принятия решений, случаев неправильного обращения с пациентами, совершения медицинских ошибок и сложных отношений с коллегами. Стресс среди врачей увеличивает риск депрессии (беспокойство, нарушения сна, усталость и т.д.).

Ключевые слова: эмоциональное выгорание мед. работников, усталость; стресс на рабочем месте.

Nurekeshov T.K.
Alikhan Bokeikhan University
Kazakhstan, Semey
e-mail: nurekechovt@mail.ru

Emotional stress in the professional activity of doctors: distribution, prevention

Abstract

Physicians are subject to high levels of stress during their professional work and are particularly susceptible to emotional stress. This condition has a huge impact on doctors, patients and the healthcare system. Emotional stress puts physicians at higher risk for poor decision making, patient mistreatment, medical errors, and difficult relationships with colleagues. Stress among physicians increases the risk of depression (anxiety, sleep disturbances, fatigue, etc.).

Keywords: emotional burnout honey, workers, fatigue; workplace stress

Эмоционалды күйіну синдромы - дененің тұрақты кәсіби стресске теріс реакциясы, ол эмоционалды шаршаудың жоғарылауымен көрінеді және жеке тұлғаның психологиялық бағыттан кетуіне, танымдық бұрмалануға, сонымен бірге жеке

тұлғаның белгілі бір кәсіби түрінің қалыптасуына әкеледі.

Дәрігерлер күнделікті жұмысында жиі стресстің жоғары деңгейіне ұшырайды және психикалық бұзылуларға, жұмысының бұзылуына үлкен қауіп төндіреді. Олардың жұмысына байланысты көптеген

эмоцияларға ұшырайды, соның ішінде пациентті құтқару қажеттілігі, науқастың ауруы асқынған кезде сәтсіздік пен көңілсіздік сезімі, аурудың алдында дәрменсіздік сезімі, қайғы, өзін-өзі ауруға шалдығудан немесе өлуден қорқу немесе пациенттерден бөлініп, аулақ болуға деген ұмтылыс т.б.[1]. Табиғаты бойынша күшті және күйзелісті тудыратын эмоциялар дәрігер мен пациенттің қарым-қатынасынан туындайды. Осы эмоциялардың бірнеше рет қайталануы және күйзеліске ұшырауы дәрігерлердің өз кәсібіндегі стресстің жоғары деңгейіне ықпал етеді.

Дәрігерлер сонымен қатар дәрігер мен пациент арасындағы қарым-қатынастан басқада эмоциялар мен жағдайлардан туындайтын стресске ұшырайды. Қазіргі таңда оларға қойылатын талаптар өсуде және өзгеруде. Медициналық білім тез дамып келеді және дәрігерлер олармен үнемі байланыста болуы керек [2]. Бұл өзгерістер көбінесе соншалықты жылдам жүреді, дәрігерлер бір өзгеріске үйреніп қалған кезде басқа жағдайлар пайда болуы немесе дамуы мүмкін. Сонымен қатар, дәрігерлер өздері дайындалмаған жағдайларда немесе лауазымдарда жұмыс істейді. Бұндай әрекеттер дәрігерлерде стресстік факторларды тудырады және стресстің жоғары деңгейін қалыптастырады.

Дәрігерлер арасында эмоционалды күйзелістің жалпы таралуы ғана емес, сонымен қатар оның аспектілері де әртүрлі елдерде әртүрлі болуы мүмкін. Жақында жүргізілген мета-анализ бойынша [3] АҚШ дәрігерлерінің сапа, қауіпсіздік және мансаптық өсу мәдениеті күшті Еуропадағы әріптестеріне қарағанда эмоционалды күйзеліс деңгейінің төмен екенін көрсетті. Бұл Американдық дәрігерлер жұмыста және жеке өмірде пайда болған күйзелістің туындауының тиімді әдістерін пайдалануымен байланыстырады [3].

Көптеген елдерде дәрігердің психикалық денсаулығының бұзылуы ұлттық індет болып табылады, өйткені көптеген көптеген зерттеулерде, тәжірибелі дәрігерлердің үштен екеуі ақыл-ой бейімделуінің бұзылуымен жұмыс істейді.

Испанияда алғашқы медициналық-санитарлық көмек көрсетушілердің арасында эмоционалды күйіну құбылысы туралы зерттеу жүргізілді. Зерттеуге 440 бастапқы медициналық көмек дәрігері кірді, бес медицина қызметкерінің әрқайсысы жоғары эмоционалды стресс пен стресстен туындаған психикалық күйінуді анықтады, ал медициналық қызметкерлердің эмоционалды қажу деңгейін саралауға мүмкіндік беретін жаңа модель жасалды [4]. Азияның 16 мемлекетінде мен аймағындағы 159 реанимациялық бөлімді қамтитын қызметкерлер арасында зерттеу жүргізілді. Психометриялық әдістерді қолдана отырып, 4092 медицина қызметкері зерттелді, онда психикалық күйзелудің жоғары деңгейі анықталды. Азиялық дәрігерлер мен медбикелердің жартысынан көбі эмоционалды күйіну синдромымен ауырады [5]. Америка Құрама Штаттарында медициналық қызметкерлер арасында эмоционалды күйіну синдромының көбею тенденциясы байқалады [6]. Швейцарияда алты мемлекеттік ауруханалар мен оңалту клиникаларының 1840 медицина қызметкерінің кросс-сауалнамасы туралы мәліметтер алынды, онда әрбір он екінші медицина қызметкері эмоционалды шаршауды көрсетті, ал әрбір алтыншы қызметкер мамандықтан кетуді ойлады. Физикалық, эмоционалды және психикалық күйзелістер мен жұмыс кезіндегі күйзеліс синдромымен және кәсіптен кету туралы ойлармен байланысты негізгі болжамдар болды [7]. Канадада рентгенологтар және резидент-радиологтар арасында психикалық таралуы туралы зерттеу жүргізілді. Рентгенологиялық диагностика дәрігерлеріндегі адаптивті реакциялар мен психикалық бұзылулар эмоционалды шаршау мен деперсонализацияға қатысты орта деңгейден жоғары [8]. Нидерландыда 2012 жылы зерттеуге 655 тәжірибелік анестезиолог қатысқан, олар Маслач психометриялық сауалнамасы жүргізілген. Нәтижесінде, психикалық бейімделу мен эмоционалды күйзелістің бұзылуы барлық респонденттердің 18% құрайды [9].

Дәрігерлер арасында күйіп қалудың алдын алу стратегиясын жасау арқылы

күйіну қаупін азайтуға мүмкіншілік туындайды. Ол үш деңгейдегі өзгерістер ұсынылады: Ұйымдық құрылым мен жұмыс процестерін өзгерту; Жұмыс ортасына жақсы бейімделуді қамтамасыз ету үшін кәсіби даму бағдарламалары арқылы ұйым мен жеке дәрігер арасындағы сәйкестікті жақсарту; және стрессті және қолайлы орта үшін жеке деңгейдегі әрекеттер салауатты мінез-құлықты тиімді жеңу және ынталандыру арқылы мүмкіншіліктер жасау. Бұл бағыттар дәрігерлер арасында эмоционалдық күйзелістің алдын алу үшін тиімді деп саналатын бағыттар деп есептеледі.

Германияда копинг-стратегия негізінде жедел жәрдем дәрігерлерінің арасында қысқа мерзімді психотерапия пилоттық зерттеуі жүргізілді, бұл зерттеу эмоционалды шаршауын жеңуге мүмкіндік берді. Жедел жәрдем қызметкерлерін психологиялық қолдау көрсету бағдарламасы жасалды [10].

Қытайда күйзеліске қарсы тұруға жеке дағдарыстық араласу бойынша оқу бағдарламаларын ұсынды. Ұйымдар жалпы психикалық төзімділікке, икемділікке және бейімделген стрессті жою кезінде персоналды сауықтыруға ықпал ететін қызметкерлердің психикалық денсаулығын оқытуды қарастыруы керектігін дәлелдеді [11].

Шаршау синдромының дамуына жол бермеу үшін швейцариялық дәрігерлер жұмыс кезінде жүктеме мен стрессті азайтуды, атап айтқанда, жұмыстағы көңілсіздікті көтермелеуді, ұсынды. Бұл кәсіптен кетуді азайтуға, кадрлар айналымын ертерек қысқартуға,

медициналық мекемелерде кадр тапшылығын азайтуға көмектеседі [12]

Қорытындылай келе, дәрігерлер арасындағы эмоционалды күйзеліс-бұл жаһандық құбылыс. Өз кәсібіне байланысты дәрігерлер эмоционалды күйзеліске ұшырайтын осал топ болып табылады. Дәрігерлердің эмоционалдық күйзелісі пациенттерге көрсетілетін медициналық көмектің сапасыздығына, медициналық қателіктердің көбеюіне және пациенттердің өздерін нашар ұсталуы, сондай-ақ денсаулығының нашарлауына әкелетін жағдайлары болуы мүмкін. Сондықтан, жеке дәрігерлер деңгейінде өміршеңдік пен жұмысқа белсене қатысуды арттыру, сондай-ақ дәрігерлерге жұмыс пен өмірдің тепе-теңдігіне қол жеткізуге және кепілдендірілген жұмыстан жағымды эмоциялар алуға көмектесетін қолайлы жұмыс ортасын қамтамасыз ететін қолайлы ішкі нормативтік ережелерді енгізу арқылы оң жұмыс ортасын құру дәрігерлер арасындағы күйінудің алдын алуға көмектеседі.

ПАЙДАЛАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР:

1. Meier, D.E.; Back, A.L.; Morrison, R.S. The inner life of physicians and care of the seriously ill. *J. Am. Med. Assoc.* 2001, 286, 3007–3014. [[CrossRef](#)]
2. Hughes, D.; Burke, D.; Hickie, I.; Wilson, A.; Tobin, M. Advanced training in adult psychiatry. *Australas. Psychiatry* 2002, 10, 6–11. [[CrossRef](#)]
3. Wallace, J.E.; Lemaire, J.B.; Ghali, W.A. Physician wellness: A missing quality indicator. *Lancet* 2009, 374, 1714–1721. [[CrossRef](#)]
4. Montero-Marin J, Zubiaga F, Cereceda M, Piva Demarzo MM, Trenc P, Garcia-Campayo J. Burnout Subtypes and Absence of Self-Compassion in Primary Healthcare Professionals: A Cross-Sectional Study // *PLoS One*. – 2016. - №11(6). – P. 157- 167.
5. See KC, Zhao MY, Nakataki E, Chittawatanarat K, Fang WF, Faruq MO, Wahjuprajitno B, Arabi YM, Wong WT, Divatia JV, Palo JE, Shrestha BR, Nafees KMK, Binh NG, Al Rahma HN, Detleuxay K, Ong V, Phua J. Professional burnout among physicians and nurses in Asian intensive care units: a multinational survey // *Intensive Care Med*. – 2018. - №16. – P. 28- 37.

6. Karr S. Avoiding physician burnout through physical, emotional, and spiritual energy // *Curr Opin Cardiol.* – 2018. - №7. – P. 174-185.
7. Hämmig O. Explaining burnout and the intention to leave the profession among health professionals - a cross-sectional study in a hospital setting in Switzerland // *BMC Health Serv Res.* – 2018. - №18(1). – P. 785-796.
8. Zha N, Patlas MN, Neuheimer N, Duszak R Jr. Prevalence of Burnout Among Canadian Radiologists and Radiology Trainees // *Can Assoc Radiol J.* – 2018. - №69(4). – P. 367-372.
9. Van der Wal RA, Bucx MJ, Hendriks JC, Scheffer GJ, Prins JB. Psychological distress, burnout and personality traits in Dutch anaesthesiologists: A survey // *Eur J Anaesthesiol.* – 2016. - №33(3). – P. 179-186.
10. Sand M, Hessam S, Sand D, Bechara FG, Vorstius C, Bromba M, Stockfleth E, Shiue I. Stress-coping styles of 459 emergency care physicians in Germany : A pilot study // *Anaesthesist.* – 2016. - №65(11). – P. 841-846.
11. Chan AO, Chan YH, Kee JP. Improving resistance and resiliency through crisis intervention training // *Int J Emerg Ment Health.* – 2012. - №14(2). – P. 77-86.
12. Hämmig O. Explaining burnout and the intention to leave the profession among health professionals - a cross-sectional study in a hospital setting in Switzerland // *BMC Health Serv Res.* – 2018. - №18(1). – P. 785-796.

References:

1. Meier, D.E.; Back, A.L.; Morrison, R.S. The inner life of physicians and care of the seriously ill. *J. Am. Med. Assoc.* 2001, 286, 3007–3014. [[CrossRef](#)]
2. Hughes, D.; Burke, D.;Hickie, I.;Wilson, A.;Tobin, M. Advanced training in adult psychiatry. *Australas. Psychiatry* 2002, 10, 6–11. [[CrossRef](#)]
3. Wallace, J.E.; Lemaire, J.B.; Ghali, W.A. Physician wellness: A missing quality indicator. *Lancet* 2009, 374, 1714–1721. [[CrossRef](#)]
4. Montero-Marin J, Zubiaga F, Cereceda M, Piva Demarzo MM, Trenc P, Garcia-Campayo J. Burnout Subtypes and Absence of Self-Compassion in Primary Healthcare Professionals: A Cross-Sectional Study // *PLoS One.* – 2016. - №11(6). – P. 157- 167.
5. See KC, Zhao MY, Nakataki E, Chittawatanarat K, Fang WF, Faruq MO, Wahjuprajitno B, Arabi YM, Wong WT, Divatia JV, Palo JE, Shrestha BR, Nafees KMK, Binh NG, Al Rahma HN, Detleuxay K, Ong V, Phua J. Professional burnout among physicians and nurses in Asian intensive care units: a multinational survey // *Intensive Care Med.* – 2018. - №16. – P. 28- 37.
6. Karr S. Avoiding physician burnout through physical, emotional, and spiritual energy // *Curr Opin Cardiol.* – 2018. - №7. – P. 174-185.
7. Hämmig O. Explaining burnout and the intention to leave the profession among health professionals - a cross-sectional study in a hospital setting in Switzerland // *BMC Health Serv Res.* – 2018. - №18(1). – P. 785-796.
8. Zha N, Patlas MN, Neuheimer N, Duszak R Jr. Prevalence of Burnout Among Canadian Radiologists and Radiology Trainees // *Can Assoc Radiol J.* – 2018. - №69(4). – P. 367-372.
9. Van der Wal RA, Bucx MJ, Hendriks JC, Scheffer GJ, Prins JB. Psychological distress, burnout and personality traits in Dutch anaesthesiologists: A survey // *Eur J Anaesthesiol.* – 2016. - №33(3). – P. 179-186.
10. Sand M, Hessam S, Sand D, Bechara FG, Vorstius C, Bromba M, Stockfleth E, Shiue I. Stress-coping styles of 459 emergency care physicians in Germany : A pilot study // *Anaesthesist.* – 2016. - №65(11). – P. 841-846.
11. Chan AO, Chan YH, Kee JP. Improving resistance and resiliency through crisis intervention training // *Int J Emerg Ment Health.* – 2012. - №14(2). – P. 77-86.
12. Hämmig O. Explaining burnout and the intention to leave the profession among health professionals - a cross-sectional study in a hospital setting in Switzerland // *BMC Health Serv Res.* – 2018. - №18(1). – P. 785-796.

Сведения об авторе:

Нурекешов Талап Кайратович

Лауазымы: PhD докторы, азаматтық-құқықтық пәндер кафедрасының аға оқытушы. Alikhan Bokeikhan University

Почталық мекен-жайы: Индекс 071400, Семей қ., Абая көшесі 14

Ұялы тел: 87753993850

Нурекешов Талап Кайратович

Должность: доктор PhD, старший преподаватель кафедры гражданско-правовых дисциплин. AlikhanBokeikhan University

Почтовый адрес: Индекс 071400 г. Семей, ул. Абая 94

сот.тел: 87753993850

Nurekeshov Talap Kayratovich

Position: PhD, Senior lecturer of the Department of Civil Law Disciplines. Alikhan Bokeikhan University

Postal address: Zip code 071400 Semey, street. Abaya 94

cells. ph: 87753993850