



Διαχείριση προβλημάτων υγείας νοσηλευτικού προσωπικού, προτάσεις από τη διεθνή βιβλιογραφία

Δήμητρα Τσιμπούκη

Νοσηλεύτρια Π.Ε., MSc, Κοινοτικό κέντρο ψυχικής
υγείας Παγκρατίου

Προσδιορισμός

- Η απουσία με το αιτιολογικό της ασθένειας αποδίδεται σε νόσο ή τραυματισμό
- Η ασθένεια δε σημαίνει όμως πάντα ανικανότητα για εργασία
- Αποτελεί την υποκειμενική αντίληψη κάποιου για ανικανότητα να εργαστεί
- Είναι επομένως δύσκολο να διαφοροποιηθεί η πραγματική ασθένεια από την κατάχρηση



Η μειωμένη ικανότητα
για εργασία αποτελεί
το νόμιμο δικαίωμα
του εργαζόμενου



- Η άδεια με το αιτιολογικό της ασθένειας καθορίζεται από τη διάρκεια και τη συχνότητα
- Σε ορισμένες χώρες μακρόχρονη αναρρωτική είναι αυτή που υπερβαίνει τις 28 ημερολογιακές ημέρες
- Σε άλλες χώρες μακρόχρονη είναι αυτή που υπερβαίνει τις 20
- Ως προς τη συχνότητα, στις περισσότερες χώρες το όριο είναι 3 αναρρωτικές / ανά έτος

J Occup Environ Med 2011;40:250-60

Όταν ο εργαζόμενος υπερβεί το όριο

- Καλείται εξειδικευμένος γιατρός εργασίας να επιβεβαιώσει αν η αναρρωτική δόθηκε για πραγματικούς λόγους ή αν αποτελεί κακή πρακτική
- Ο εργαζόμενος θα προσπαθήσει με κάθε τρόπο να πείσει τον γιατρό εργασίας για το πρόβλημα υγείας του
- Η επιβεβαίωση ή μη αποτελεί ένα ηθικό δίλλημα
- Πολλοί γιατροί προσπαθούν να αποποιηθούν αυτόν το ρόλο γιατί καταστρέφει τη σχέση εμπιστοσύνης που προσπαθούν να χτίσουν με τον ασθενή





Αντιπαράθεση γιατρών για τις αναρρωτικές

- Στην Αγγλία υπάρχει έντονη αντιπαράθεση ανάμεσα στους γενικούς γιατρούς που γράφουν την αναρρωτική και σε αυτούς που καλούνται να επιβεβαιώσουν ότι δόθηκε για πραγματικό λόγο
- Στην Ολλανδία οι γενικοί γιατροί αρνούνται να τεκμηριώσουν τον λόγο για τον οποίο δίνουν αναρρωτική προσπαθώντας να προστατέψουν τη σχέση εμπιστοσύνης που έχουν αναπτύξει με τους ασθενείς τους

J Occup Environ Med 2011;40:250-60



Οι απουσίες του προσωπικού
παραμένουν ψηλά στην κυβερνητική
ατζέντα των ευρωπαϊκών χωρών

Αν και οι
μακρόχρονες
αναρρωτικές είναι
πιο πιθανό να
συνδέονται με
πραγματικά ιατρικά
προβλήματα
συγκριτικά με τις
βραχύχρονες

J Occup Environ Med 2011;40:250-60



Οι απουσίες είναι κομβικές για την υγεία και την ασφάλεια των ασθενών και γι' αυτό απαιτούν ειδική διαχείριση

- Οι απουσίες των νοσηλευτών επηρεάζουν το νοσοκομείο και από άποψη οικονομική αλλά κυρίως από άποψη διαχείρισης προσωπικού
- Οι αιφνίδιες απουσίες αφήνουν το νοσοκομείο με μειωμένο προσωπικό να παρέχει με ασφάλεια όλα αυτά που αποτελούν ρουτίνα
- Αυτό έχει αντίκτυπο στην ασφάλεια και την ποιότητα της φροντίδας
- Αυτοί που μένουν θα πρέπει να δουλέψουν εντατικά με αποτέλεσμα να επηρεαστεί η υγεία τους και αυτό οδηγεί σε νέο φαύλο κύκλο απουσιών

J Nurs Manag. 2019;27:109-116



Οι απουσίες λόγω ασθένειας είναι σύνθετο φαινόμενο και επηρεάζεται από πολλούς άλλους λόγους πλην της ασθένειας

1 - Προσωπικοί



- Στη Νορβηγία και στη Δανία βρέθηκε ότι λείπουν συχνότερα νοσηλευτές μικρότεροι των 30 ετών
- Το φύλο
- Ο γάμος
- Η οικογενειακή ζωή παίζει πολύ σημαντικό ρόλο
 - Φροντίδα ή ασθένεια παιδιού
 - Φροντίδα ηλικιωμένου
- Κακή ατομική υγεία
- Έλλειψη Κοινωνικής υποστήριξης
- Μυοσκελετικά προβλήματα ειδικά όταν συνδυάζονται με καθημερινή μηχανική επιβάρυνση
- Ψυχιατρική συννοσηρότητα



2 - εργασιακοί

- Η εργασία σε χώρους με υψηλές απαιτήσεις και συγκρούσεις
- Οι μετακινήσεις νοσηλευτών για να καλύψουν κενά άλλων τμημάτων
- Πόστα που απαιτούν φυσικές δυνάμεις
- Η εργασία σε νυχτερινές βάρδιες που οδηγεί σε κόπωση και χρόνια προβλήματα υγείας
- Η ικανοποίηση από την εργασία



3- παράγοντες που σχετίζονται με τον οργανισμό

- *Η έλλειψη ικανοποίησης από την εργασία*
- *Όταν ο νοσηλευτής δεν αισθάνεται δέσμευση με τον οργανισμό*
- *Όταν οι προϊστάμενοι δεν έχουν μεγάλη εμπειρία και στρεσάρουν το προσωπικό*
- *Οι αλλαγές στον οργανισμό στρεσάρουν κάποιους εργαζόμενους γιατί αισθάνονται ότι θα επηρεάσει τον τρόπο δουλειάς τους και την οικογενειακή τους ζωή*



Διεθνώς
αυξάνονται οι
απαιτήσεις
από τους
επαγγελματίες
υγείας με
παράλληλη
μείωση του
προσωπικού



Η νοσηλευτική είναι ένα
δύσκολο επάγγελμα, πολύ
απαιτητικό και
συναισθηματικά και
φυσικά

- Η μεγάλη ευθύνη για τη ζωή των ασθενών
- Ο θάνατος
- Το στρες του επείγοντος
- Η βία
- Το bullying
- Η έκθεση σε χημικά
- Οι βάρδιες
- Η φυσική κόπωση



Μελέτη για την ψυχική υγεία των νοσηλευτών

Το δείγμα αποτέλεσαν 231
διπλωματούχοι νοσηλευτές

Μετρήθηκαν

Ατομικό και οικογενειακό ιστορικό

Παράγοντες κινδύνου

Διαγνώσεις

Αυτοαναφερόμενα συμπτώματα

Υποκειμενική άποψη του νοσηλευτή
για την γενική του υγεία αλλά και για
την ψυχική του υγεία



Αποτελέσματα

- Το 13% ανέφερε διάγνωση ψυχικής διαταραχής
- Από αυτούς το 12,9% την προσδιόρισε σε άγχος ή κατάθλιψη
- Το 5,8% δήλωσε ότι λαμβάνει ψυχοδραστικό φάρμακο
- Το 21% ανέφερε διαταραχή στις διατροφικές συνήθειες
- Κανείς δεν ανέφερε ψύχωση

BMC Nursing 2015;14:15-20



Συμπτώματα που επηρεάζουν
την ψυχική υγεία

Συχνότερα

Πονοκέφαλος

Προβλήματα ύπνου με
προεξάρχον την πολύ
πρωινή έγερση

Εύκολη κόπωση

Έλλειψη ζωντάνιας

BMC Nursing 2015;14:15-20

Η χαμηλή ζωτικότητα και οι κοινές ψυχικές διαταραχές σε συνδυασμό με εργασιακή πίεση αποτελούν το πρώιμο σημάδι απουσιών

- Οι περισσότεροι θεωρούσαν ότι η γενική υγεία τους είναι πολύ καλή
- Αυτό αποτρέπει τους νοσηλευτές από το να ζητήσουν βοήθεια
- Για τον λόγο αυτό απαιτείται συνεργασία στο εργασιακό περιβάλλον
- Η κουλτούρα να είναι τέτοια ώστε να συζητηθούν ανοιχτά τα θέματα της ψυχικής υγείας χωρίς στιγματισμό



Από τις αρχές του 1990 οι περισσότερες βιομηχανοποιημένες χώρες έχουν παρατηρήσει αύξηση της άδειας ασθενείας λόγω προβλημάτων ψυχικής υγείας

Το ένα τρίτο από αυτές τις απουσίες σχετίζονται ενδεχομένως με την εργασία και τις συνθήκες εργασίας

Οι επιπτώσεις της εργασίας στη υγεία και κυρίως την ψυχική υγεία, υποτιμώνται σε μεγάλο βαθμό

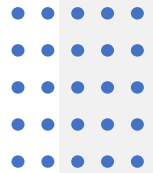
Έχουν αναπτυχθεί δύο τεκμηριωμένα μοντέλα για τους αρνητικούς παράγοντες ψυχοκοινωνικής εργασίας

- Int Journal of Occupational Medicine and Environmental Health 2009;22(2):169 – 179

Το μοντέλου ελέγχου ζήτησης των Karasek και Theorell

- Η εργασιακή πίεση στο χώρο δουλειάς σε συνδυασμό με υψηλές ψυχολογικές απαιτήσεις και οι μειωμένες δυνατότητες λήψης αποφάσεων, πυροδοτούν προβλήματα υγείας και κυρίως ψυχικής υγείας
- Η κοινωνική στήριξη στην εργασία μειώνει την επίδραση αυτής της πίεσης

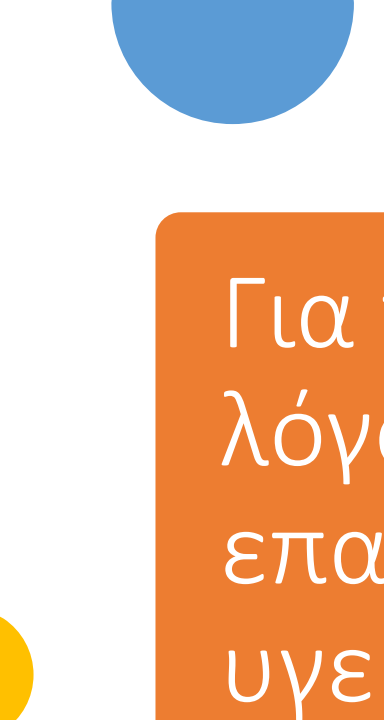
Int Journal of Occupational Medicine and Environmental Health 2009;22(2):169 – 179



Το μοντέλο ανισορροπίας ανταμοιβής προσπάθειας του Siegrist

- Ο συνδυασμός υψηλής εξωγενούς προσπάθειας και χαμηλής ανταμοιβής προκαλεί στον εργαζόμενο συναισθηματικές αντιδράσεις
- Αυτό έχει αρνητικές επιπτώσεις στην ψυχική του υγεία

Int Journal of Occupational Medicine and
Environmental Health 2009;22(2):169 – 179



Για ποιους
λόγους οι
επαγγελματίες
υγείας
εργάζονται
ακόμη και όταν
είναι ασθενείς

Το 2014 διεξήχθη μελέτη σε νοσοκομείο της Πενσυλβάνια με αυτοσυμπληρούμενο ερωτηματολόγιο

- Συμμετείχαν 459 γιατροί και 470 νοσηλευτές
- Παρά το ότι γνώριζαν πως το να δουλεύεις με συμπτώματα οξείας λοίμωξης βάζει σε κίνδυνο τους ασθενείς, το 83% δήλωσε ότι θα πήγαινε στη δουλειά ακόμη και με συμπτώματα

JAMA Pediatr. 2015;169(9):815-821





Αποτελέσματα

Στην ερώτηση: τον περασμένο χρόνο πόσο συχνά πήγατε στη δουλειά ενώ ήσασταν ασθενής

- Το 21,8% απάντησε μία φορά
- το 52% απάντησε 2 με 4 φορές
- Και το 9,3 % απάντησε 5 φορές

- Στην ερώτηση: θα πηγαίνατε στη δουλειά με συμπτώματα διάρροιας
- Το 55,8% απάντησε θετικά

JAMA Pediatr. 2015;169(9):815-821



Στην ερώτηση
για ποιο λόγο θα
πηγαίνατε στη
δουλειά ενώ
είστε ασθενής;

- Το 98,7% απάντησε ότι δεν θέλει να στεναχωρήσει τους συναδέλφους
- Το 94,9% ότι το προσωπικό δεν φτάνει
- Το 92,5% ότι δεν θέλει να εγκαταλείψει τους ασθενείς
- Το 65% απάντησε ότι, δουλεύουν και όταν είναι ασθενείς γιατί το κάνουν και οι άλλοι συνάδελφοι
- Το 52% απάντησε ότι δε μπορεί να βρεθεί εύκολα αντικαταστάτης

JAMA Pediatr. 2015;169(9):815-821



τέλος

- Από τους νοσηλευτές το 71% εξέφρασε φόβο για διαμαρτυρία από τους συναδέλφους
- Το 68% μη υποστηρικτική ηγεσία
- Κυρίως οι γιατροί (61%) δήλωσαν ανησυχία για τη συνέχεια της φροντίδας των ασθενών τους

JAMA Pediatr. 2015;169(9):815-821



Σε πολλές χώρες,
μια γενική έλλειψη
νοσηλευτών
αποτελεί
σημαντικό
πρόβλημα για την
υγεία

- Η έλλειψη νοσηλευτών μπορεί να ειδωθεί είτε ως εσωτερική έλλειψη είτε ως εξωτερική. Η εσωτερική έλλειψη αναφέρεται σε μη επαρκώς εκπαιδευμένους νοσηλευτές, χωρίς εμπειρία επομένως μεγάλη αναλογία νέων νοσηλευτών
- Η εργασία σε βάρδιες αποτελεί μια ανάγκη για τη νοσηλευτική εργασία προκειμένου να κάνει την κατανομή των νοσηλευτών στα διάφορα ωράρια εργασίας
- Ο κακός σχεδιασμός του προγράμματος εργασίας και η μη δίκαιη κατανομή των απογευματινών και νυκτερινών ωραρίων μεγιστοποιεί τις αρνητικές επιπτώσεις στην υγεία και την κοινωνική ζωή των εργαζομένων



Οργανωτική κουλτούρα

- το κλίμα και η κουλτούρα του οργανισμού επηρεάζουν τη δέσμευση του εργαζόμενου, την ικανοποίηση από την εργασία, τις αποχωρήσεις και τέλος την κατά συνήθεια απουσία
- Οι νοσηλευτές αντιμετωπίζουν φόρτο εργασίας λόγω της μεγάλης αναλογίας νοσηλευτή ανά ασθενή κι αυτό οδηγεί σε ψυχολογική εξάντληση και αύξηση των κατά συνήθεια απουσιών



Σε νοσοκομείο
300 κρεβατιών
στο Περθ,
μελέτησαν για 1
χρόνο τις
αναρρωτικές
του
προσωπικού



- Κατέγραψαν όλες τις αναρρωτικές ανά τμήμα
- Υλοποίησαν ημι-δομημένη συνέντευξη με τους προϊστάμενους των τμημάτων τους οποίους, με τη σύμφωνη γνώμη τους, ηχογραφούν

J Nurs Manag. 2019;27:109-116

Αποτελέσματα



- Οι αναρρωτικές παρουσιάζουν εποχικότητα με αυξημένη τάση τους χειμερινούς μήνες
- Ως προς τις ημέρες, οι συχνότερες λαμβάνονται Δευτέρα και Παρασκευή

Οι νοσηλευτές πάντα θα
ζητάνε αναρρωτικές

- Είτε γιατί είναι ασθενείς
- Είτε για οικογενειακούς λόγους
- Είτε για τις αναπάντεχες καταστάσεις της ζωής

J Nurs Manag. 2019;27:109-116



Τρόπος διαχείρισης

- Καταγραφή όλων των αναρρωτικών ώστε να φανούν οι διακυμάνσεις και η τάση
- Συζήτηση του προϊστάμενου με τον νοσηλευτή είτε άτυπα είτε με τη μορφή τυπικής συζήτησης
- Συναντήσεις των προϊσταμένων με το χαμηλόβαθμο προσωπικό
- Εκπαίδευση προϊσταμένων για τη διαχείριση απουσιών
- Ενίσχυση των νοσηλευτών για υιοθέτηση υγιεινών συνηθειών
- Επιβράβευση
- Στενή συνεργασία με εκπροσώπους εργαζομένων

J Nurs Manag. 2019;27:109-116



Τα λεγόμενα ενός προϊστάμενου

«Την ιεραρχία θα έπρεπε να τη βλέπουμε σαν έναν διαρκή αγώνα υποστήριξης του χαμηλόβαθμου προσωπικού. Όταν αυτή η υποστήριξη δε φαίνεται, τότε μειώνεται η δέσμευση του με τον οργανισμό»

- Αυτό σημαίνει έμφαση στις συναντήσεις όλου του προσωπικού
- Έμφαση στην ομαδική δουλειά και την έμπνευση. Μόνο τότε το πιο έμπειρο προσωπικό θα υποστηρίξει το λιγότερο έμπειρο
- Η υποστηρικτική ηγεσία και η ομαδική δουλειά επηρεάζει το κλίμα όλου του οργανισμού

Αναρρωτικές και εγκατάλειψη του επαγγέλματος – η άλλη όψη

- Οι απουσίες αποτελούν για τους νοσηλευτές έναν τρόπο αποφυγής αρνητικών συνθηκών του εργασιακού περιβάλλοντος

European Journal of Public Health 2016, Vol. 18, No. 4, 380–385

Κυριότερα αίτια

- Η έλλειψη επαγγελματικών ευκαιριών
- Η έλλειψη επαγγελματικής αυτονομίας
- Μη ικανοποιητικές αποδοχές

European Journal of Public Health 2016, Vol. 18, No. 4, 380–385

Πρωταρχικό μέλημα ο νοσηλευτής

Η απουσία που οφείλεται στην ασθένεια δεν μπορεί να εξαλειφθεί

Γιατί η ασθένεια δεν αναβάλλεται

Επομένως απαιτεί προσεκτική διαχείριση γιατί το σημαντικότερο είναι να είναι καλά οι επαγγελματίες υγείας

Για τη σωστή διαχείριση απαιτείται να αναλύεται το πρόβλημα του καθενός

Επίσης απαιτείται να αναλύεται η μοναδικότητα του καθενός εργασιακού περιβάλλοντος



Το σημαντικότερο όλων είναι η δημιουργία ενός εργασιακού περιβάλλοντος στο οποίο ο εργαζόμενος επιθυμεί να δουλέψει

Ο καλύτερος χώρος δουλειάς είναι αυτός που οι εργαζόμενοι τον ψηφίζουν ως καλύτερο



Σας ευχαριστώ!