



تاثیر کرونا بر سلامت روان کادر درمان

کیانوش ضیایی

دانش آموز پایه یازدهم دبیرستان دکتر حسایی منطقه ۹ تهران

kian1383ziaee2@gmail.com

چکیده

استرس های شغلی و عوامل ایجاد کننده آن یکی از مباحث مهم روانشناختی و روانپزشکی است که توجه پژوهشگران زیادی را به خود جلب کرده است. در این میان بررسی سلامت کادر درمان بیمارستان ها و مراکز درمانی به دلیل ماهیت کار آنها یکی از موضوعات مهم به شمار می آید. در حال حاضر با توجه به شیوع کرونا، سلامت روان کادر درمان به عنوان یک گروه در معرض خطر نیازمند توجه بیشتر است.

بررسی ها حاکی از این است که کادر درمان علاوه بر اینکه در معرض گرفتن بیماری هستند با مشکلاتی نظیر: تجربه آشفتگی روانی، هیجان های منفی، تجربه سختی و فشار کاری، عدم به کارگیری متخصصان سلامت روان، کمبود مهارت های روان شناختی، عدم آمادگی کافی در مقابله با بحران کرونا، کمبود دانش تخصصی، کاهش روابط بین فردی، اختلاف نظر و تعارض با اعضای خانواده، تجربه ناکافی و درماندگی به علت ماهیت ناشناخته ی کرونا و.... درگیر هستند. در پژوهش حاضر در این خصوص بعد از بررسی اجمالی موضوع، پیشنهادهای ابراد گردید.

کلمات کلیدی: کادر درمان، کرونا، سلامت روان، مدیریت بحران

مقدمه

بحران کرونا با برهم زدن نظم موجود یا قسمتهایی از آن، موقعیت هایی را که مستلزم پاسخ دهی آنی و اختصاص منابع فوق العاده است به وجود می آورد و موجب سردرگمی و غافلگیری نهادهای تصمیم گیرنده شد این پاسخ دهی آنی و اختصاص منابع فوق العاده و دیگر فعالیتهای لازم در مقابله با بحران را مدیریت بحران می نامند و در مواجهه سازمانها وظیفه تطابق مسئولیت و وظایف اعضا در دوره بحران بر عهده مدیریت سازمان ها است.

یکی از گروه های اصلی که در طی شیوع بیماری کرونا تحت فشار زیاد با منابع و امکانات ناکافی قرار داشتند کادر درمان بودند. بدین منظور پژوهش حاضر با هدف بررسی و شناسایی چالش های پیش رو کادر درمان در محیط های کاری با بیماران مبتلا و اثرات کرونا بر آنان انجام شد.

بعضی سازمانها امکان دورکاری به سبب نوع فعالیت سازمان مانند حوزه های بهداشت و درمان و را ندارند در این مواقع مدیریت منابع انسانی باید طبق پروتکل های اعلام شده، فضای کاری را درست کنند که در آن خدمات بهداشتی ارائه دهند مثل ضد عفونی و یا در بحث فواصل اجتماعی و تعداد پرسنل، موارد تاکید شده را رعایت نمایند.

سازمان باید در ابتدا به بحث روانی پرسنل حاضر در مکانهای شغلی فکر کند و به پرسنل آرامش روانی بدهد؛ سپس باید زمان درگیری یکی از اعضای خانواده ی پرسنل و یا حتی فوت افراد خانواده سازمان بتواند شرایط روانی پرسنل را مدیریت کند.

در صورتی که سازمان بهداشت و درمان بتواند از سیستم دورکاری پرسنل اداری بهره ببرند مهمترین بحث "استمرار حس وفاداری به سازمان" است چون این امکان وجود دارد که با دور کاری پرسنل در بحث وفاداری به سازمان خللی وارد شود. جلوگیری از اخلال در بحث وفاداری به سازمان یکی دیگر از چالشهای مدیریت در بحران است . در این مقاله با استفاده از روش کتابخانه ای و مطالعه منابع و تحقیقات انجام شده در حوزه تاثیر بحران کرونا بر کادر بهداشت و درمان کشور و به بررسی مشکلات و چالش های ناشی از آن بر پرسنل در این دوران پرداخته شد.

بیان مسئله و پیشنهادات

بحران کرونا یک فشار عمیق روحی و روانی را به پرسنل وارد کرد یعنی از یک طرف اضطراب و استرس داشتند که بیماری به کجا می رسد و در جمعی که کار میکردند نمی دانستند که چه می شود بیمار می شوند یا نه؟ و از طرفی دیگر فشاری که از سمت خانواده بر پرسنل وارد می شد.

کادر درمان، تنها گروهی هستند که از ابتدایی ترین روزهای شیوع کرونا تا کنون، بدون توقف و استراحت، در حال مداوای بیماران کرونایی بوده‌اند و هرگاه خواستند نفسی تازه کنند با آغاز پیکی جدید مواجه شدند و حجم کارشان هر بار بیشتر از قبل شد.

فداکاری این افراد در حالی است که کرونا فعالیت برخی از مشاغل و مدارس و... را تعطیل یا محدود کرده، اما در همین شرایط شیفت‌های کاری کادر بهداشت و درمان افزایش پیدا کرده و برخی از آنها روزها مجال بازگشت به منزل را پیدا نکردند . آنان همواره تلاش می‌کنند تا آسیب‌ها از طریق کرونا به حداقل برسد. تعدادی از آنها در نقش پزشک، پرستار و تکنیسین اورژانس در قلب خطرند و تعدادی دیگر در نقش کارمند مشغول به کار هستند.

آسیب های ناشی از فرسودگی شغلی بحث مهم دیگری است که در همه مشاغل به وجود می‌آید. این پدیده زمانی اتفاق می‌افتد که روند کارها، یکنواخت شود و حجم و فشار کاری افزایش پیدا کند. اگر در یک شغل فرآیند کاری مثبت باشد، باعث افزایش و بهبود روحیه فرد می‌شود اما در مقابل اگر فرآیند منفی باشد، فشارهای زیادی بر افراد شاغل وارد می‌کند.

قبل از کرونا تحقیقات بسیار زیاد و مفصلی در مورد بحث فرسودگی شغلی در کادر درمان انجام شده بود که با گستردگی کرونا این فرسودگی بروز بیشتری در جامعه پزشکی و کادر درمان پیدا کرده است. با توجه به ساعات و حجم کاری بالا، فشار کاری مضاعف و شیفت‌های چند روزه که بدون وقفه و استراحت برایشان پیش می‌آید و همچنین به دلیل نداشتن خواب و تغذیه مناسب و کافی، مواجهه با بیماران بسیار بدحال و ... به سندرومی به نام فرسودگی شغلی مبتلا می‌شوند.

تمام اثرات و عوارض این فرسودگی شغلی را در طولانی شدت زمان پاندمی کرونا یا پس از اتمام آن مشخص خواهد شد. باید در راستای بازسازی روانی و احیای سلامت روان کادر درمان تلاش کرد اما در حال حاضر تقلیل ساعات کاری و اهمیت ویژه به مسئله خواب و تغذیه مناسب و در دسترس بودن وسایل محافظتی و مراقبتی و در دسترس بودن دارو و تجهیزات پزشکی می‌تواند از بروز بار اضافی کاری روی کادر درمان جلوگیری کند .

علاوه بر افزایش فرسودگی شغلی کادر درمان، سلامت روان این افراد نیز به شدت در خطر است. یکی از مواردی که می‌تواند بر سلامت روان اثرگذار باشد بحث تامین مالی است، به این معنی که اعضای کادر درمان علاوه بر فشار کاری که دارند نباید نگران تأخیر در پرداخت حقوق و مزایا و کارانه خود باشند.

باید توجه داشت که تامین مسائل مالی صرفاً بخش کوچکی از این مسئله بزرگ است و باید حمایت‌های دیگری نیز صورت بگیرد. داشتن ساعت‌های کاری مشخص، استراحت کافی در بین فواصل شیفت‌ها، در دسترس قرار داشتن تجهیزات پزشکی به

اندازه کافی، داشتن تجهیزات کافی و مراقبتی برای خود کادر درمان و انجام واکسیناسیون گسترده و سریع در سطح کشور، نقش مهمی در کنترل فرسودگی شغلی کادر درمان دارد.

بعد روانی ماجرا که در شرایط نرمال هم برای پرسنل حائز اهمیت بود، در دوران بحران دوچندان باید مهم باشد. ایجاد سازو کاری که بر اساس آن باید در فضای کاری تغییراتی ایجاد کرد؛ یعنی هر چه می‌توانیم از اجتماعات کاری جلوگیری کنیم (دورکاری و استفاده از ابزارهای مختلف مثلا IT برای پرسنل اداری) ، برگزاری جلسات آنلاین، بررسی خروجی کار اعضا در حوزه های کاری اعم از ثنوریکال و پراکتیکال ، تمرکز بر واحد منابع انسانی و می‌تواند از راهکارهای مناسب باشد.

نتایج مطالعات نشان می‌دهد که کادر درمانی با چالش‌هایی در حوزه‌های هیجانات، روابط بین فردی و خانوادگی، محیط شغلی و سختی کار مواجه می‌باشند. بدین منظور لازم است از راهکارهایی مانند بهره‌گیری از متخصصین سلامت روان برای کادر درمان و خانواده‌هایشان، ایجاد آمادگی کافی قبل از شیوع در بعد تجهیزات، نیروی انسانی، آموزش‌های لازم در مورد بیماری و فرایند آن و ماهر سازی پرسنل و ایجاد مشوق‌های متعدد استفاده نمود.

در حوزه تجهیزات مراکز درمانی نیز با کمبودهای زیادی در سطح کشور به دلیل تحریم های موجود قرار داریم که تجهیز مراکز می‌تواند تا حدودی روحیه کادر درمان را در انجام وظایف بهبود بخشد. همچنین با توجه به پیشرفت تجهیزات این حوزه در دنیا و مزایای بهره‌گیری از کاربردهای فناورانه اینترنت اشیا برای فعالان این حوزه ، هم بیماران و هم کادر درمان و مراکز درمانی می‌توانند شرایط بهتری را در مقابله با این بحران یا بحرانهای مشابه داشته باشند.

بر اساس یافته‌ها اقداماتی کاربردی از قبیل تولید محتوای سلامت در حوزه درمان، مشارکت وزارت بهداشت و شورای سیاستگذاری سلامت با صداوسیما در خصوص تولیدات موضوعی بحران، برگزاری همایشها و نمایشگاههایی با حضور عموم مردم و پزشکان با مضامین آموزشی در رابطه با خود ایمنی در حوزه درمان و پزشکی به منظور آگاه سازی مردم و کادر درمان، آموزش نیروی انسانی مراکز درمانی به منظور آگاهی از نحوه کار با تجهیزات پیشرفته تر در قالب دوره های آموزشی و ملزم سازی کارکنان و کادر درمان نسبت به حضور در این دوره ها و نیز آگاه سازی بیماران از ماهیت ویروس و سوبه های جدید آن پیشنهاد میگردد.

نتیجه گیری

با توجه به یافته‌های پژوهش حاضر، شیوع استرس، اضطراب و افسردگی بین کادر درمان در پاندمی کرونا بسیار زیاد است. این نتیجه اهمیت سیاست گذاری و مداخلات به موقع روانشناختی در جهت ارتقای سلامت روانی کادر درمان در شرایط بحران را نشان می‌دهد که با استفاده از راهبردهای پیشگیرانه می‌توان از بروز مشکلات روانی در کادر درمان پیشگیری کرد و در جهت حفظ و بهبود کیفیت سلامت روان آنان و توانایی حرفه ای این افراد قدم برداشت.

همچنین ارتباط معناداری بین اضطراب ناشی از کرونا و فرسودگی شغلی وجود دارد. براساس شیوع بالای این اختلالات پیشنهاد می‌شود توجه بیشتری بر سلامتی کارکنان بیمارستانی به دلیل نقش ویژه‌ای که در مقابله با کووید-۱۹ دارند، منعطف شود.

برنامه های کاربردی و فناورانه اینترنت اشیا میتواند با آموزش کادر درمان و عموم مردم، مهیاسازی زیرساختها و سایر اقدامات مناسب ابزاری برای ارتقاء خدمات الکترونیکی سلامت بیماران کرونایی باشد و به حوزه خدمات سلامت الکترونیک در راستای دستیابی به اهداف خود کمک کند.

اپیدمیولوژیست‌ها و روانپزشکان معتقدند، پس از پایان کرونا، عوارض شدید و جدی در انتظار کادر درمان است و تک تک ما در صورت عادی‌انگاری این شرایط بحرانی و رعایت نکردن شیوه‌نامه‌های بهداشتی در این هجمه آسیبی که به کادر درمان وارد می‌شود، مسئول هستیم. با امید به اینکه زمان پایان بحران کرونا هر چه زودتر فرار برسد و کشور، نهادها و سازمان‌های مربوطه و عموم مردم به روزهای عادی زندگی اجتماعی برگردند.

منابع

۱. مرتضوی، سپیده و مرتضوی، عذرا و دین پناه، حسین، شیوع استرس، اضطرابی در کادر درمانی بیمارستان‌های ملایر در زمان شیوع کووید-۱۹، مجله طب اورژانس ایران، دوره ۸ شماره ۱، سال ۱۳۹۹
۲. کریمی، حسین و بخشیم، میلاد و حسین پور، مهدی، تاثیر اینترنت اشیا بر ارتقا خدمات الکترونیکی سلامت بیماران کرونایی از دیدگاه کادر درمان، مجله انفورماتیک، سلامت و زیست پزشکی. دوره ۸ شماره ۲، ۱۴۰۰
۳. فتحی، الهام و ملکشاهی بیراوند، فاطمه و حاتمی ورزنه، ابوالفضل و نوبهاری، علی، چالش‌های کادر درمان در طول شیوع کرونا و ویروس، مجله علوم رفتاری دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، دوره ۱۸ شماره ۲، ۱۳۹۹

۴

The effect of corona on the mental health of treatment staff

Kianoosh Ziaei

Eleventh grade student of Dr. Hesabi High School, District 9, Tehran

Kian1383ziaee@gmail.com

Abstract

The Job stress In the meantime, examining the health of the medical staff of hospitals and medical centers due to the nature of their work is one of the important issues. At present, due to the prevalence of coronary heart disease, mental health needs more attention in the treatment of those at risk.

Studies show that in addition to being exposed to illness, the medical staff has problems such as: experience of mental disorder, negative emotions, experience of hardship and stress at work, lack of employment of mental health professionals, lack of psychological skills, insufficient preparedness to deal with crisis Corona, lack of specialized knowledge, reduced interpersonal relationships, disagreements and conflicts with family members, insufficient experience and helplessness due to the unknown nature of Corona, etc. are involved.

In the present study, after an overview of the issue, some suggestions were made.

Keywords: Staffing, Corona, Mental Health, Crisis Management