

*V Международная (75 Всероссийская) научно-практическая конференция  
«Актуальные вопросы современной медицинской науки и здравоохранения»*

1. У большинства опрошенных, как среди мужчин, так и среди женщин, есть проблемы с лишним весом, что является одним из факторов риска развития РМЖ.

2. У 80% опрошенных женщин раннее менархе, у 94% были (есть) заболевания молочных желёз, 20% имеют наследственный фактор. Всё перечисленное являются факторами риска развития рака молочной железы.

3. Большинство из анкетированных мужчин (77%) не знают о том, что они тоже подвержены такому онкологическому заболеванию как рак груди. Мужчины, в отличие от женщин, не достаточно проинформированы по данному заболеванию, не знакомы с профилактикой и приемами самообследования.

**Список литературы:**

1. Злокачественные новообразования как медико-социальная проблема. Профилактика [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [https://studopedia.su/9\\_81818\\_zlokachestvennie-novoobrazovaniya-kak-mediko-sotsialnaya-problema-profilaktika.html](https://studopedia.su/9_81818_zlokachestvennie-novoobrazovaniya-kak-mediko-sotsialnaya-problema-profilaktika.html) (Дата обращения: 12.02.2020).

2. Кнышова Л.П. Злокачественные новообразования как медико – социальная проблема // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2016. – № 5-4. – с. 671-672.

3. Рассказова Е.А., Рожкова Н.И., Скрининг для ранней диагностики рака молочной железы // Научно-практический журнал исследования и практика в медицине. – 2014. - Т.1. - №1. - С.45-51.

4. Статистика рака молочных желез в мире и России [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.oncoforum.ru/o-rake/statistika-raka/statistika-raka-molochnykh-zhelez-v-mire-i-rossii.html> (Дата обращения: 03.03.2019).

5. Лапик С.В. Востребованность бакалавров сестринского дела на региональном рынке труда // Университетская медицина Урала -Т. 4 -№34 (15) – 2018. - С. 18-21.

УДК 613.6

**Демина Н.Р., Хачатурова Н.Л.  
СИНДРОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СРЕДИ  
РАБОТНИКОВ ГБУЗ СО «ОБЛАСТНОЙ СТАНЦИИ ПЕРЕЛИВАНИЯ  
КРОВИ» Г. ЕКАТЕРИНБУРГ**

Кафедра гигиены и экологии  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Demina N.R., Khachaturova N.L.**

**SYNDROME PROFESSIONAL BURNOUT AMONG EMPLOYEES OF SBIR SR  
“REGIONAL BLOOD TRANSFUSION STATION” YEKATERINBURG**

Department of hygiene and ecology  
Ural state medical university  
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: natacha-de@mail.ru

**Аннотация.** Выявлен и изучен уровень профессионального выгорания среди медицинских работников ГБУЗ СО «ОСПК» с помощью скринингового анкетирования по тестовой методике Маслач-Джексона (МБИ). Разработаны основные рекомендации для профилактики и снижения уровня профессионального стресса.

**Annotation.** The level of professional burnout among medical workers of SBIR SR "RBTS" was identified and studied by means of screening questionnaire according to test method Maslach-Jackson (MBI). Developed key recommendations for the prevention and reduction of occupational stress level.

**Ключевые слова:** профессиональное выгорание, медицинские работники, стресс, профилактика

**Key words:** professional burnout, medical workers, stress, prevention

**Введение**

На сегодняшний день с ускорением темпов жизни все большее количество людей испытывают на себе эмоциональные перегрузки и страдают от синдрома хронической усталости. Профессиональное выгорание - это выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на психотравмирующие воздействия [2]. Синдром профессионального выгорания (СПВ) характерен для представителей всех профессий, подразумевающих тесное взаимодействие с клиентами - так называемый профессиональный тип «человек-человек». Значительный показатель риска психоэмоционального перенапряжения и переживания стрессовых ситуаций отмечается и у медицинских работников.

Причиной возникновения профессионального выгорания является состояние психологического напряжения, связанное с конфликтами на рабочем месте, сложностями в решении рабочих проблем, напряженными отношениями с субъектами профессиональной деятельности и т. д. В перечень конкретных причин наступления психического выгорания у сотрудников входят: частая смена начальства, ежегодные организационные изменения, постоянные открытые и скрытые конфликты между сотрудниками и руководством, частые проверки и повышенная требовательность к персоналу, делегирование полномочий тем, кто по своим профессиональным и индивидуально-психологическим качествам не способен выполнять данные функции, отсутствие

четких критериев оценки результативности рабочей деятельности, отсутствие или неэффективность системы мотивации для сотрудников.

Сегодня синдром профессионального выгорания получает все более широкое распространение в том числе среди медицинских работников[3]. Вызванное состояние повышенного напряжения, тревоги, хронического дискомфорта и неудовлетворенности крайне неблагоприятно воздействует на физиологическое и психологическое здоровье сотрудников, а также на эффективность их профессиональной деятельности [1].

**Цель исследования**– выявить степень распространенности синдрома профессионального выгорания среди работников областной станции переливания крови (ОСПК) и разработать рекомендации для его профилактики.

#### **Материалы и методы исследования**

В процессе исследования был проведен обзор научной литературы и скрининговое анкетирование по тестовой методике Маслач-Джексон (МВІ) [4]. Было проведено анкетирование 51 сотрудника ГБУЗ СО Областной станции переливания крови (ОСПК). В число опрошенных сотрудников вошли 16 врачей, 13 медицинских лабораторных техников, 14 медицинских сестер, 2 биолога и 6 медицинских регистраторов. Всем участникам исследования было предложено заполнить стандартизированный опросник Маслач-Джексон.

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

По результатам анкетирования было выявлено 21 человек (41,2%) с симптомами профессионального выгорания. Среди остальных опрошенных 30 медицинских работников ОСПК (58,8%) симптомы профессионального выгорания выявлены не были.

Среди медперсонала медицинские регистраторы оказались наиболее подвержены синдрому профессионального выгорания - симптомы СПВ были выявлены у 4/6 участников (66,7%). Также у одного из двух опрошенных биологов (50%) были выявлены симптомы профессионального выгорания. Наименьший показатель СПВ среди всех опрошенных сотрудников отмечен у медицинских лабораторных техников, который составляет 30% (4/13 участников) – отражено на рисунке 1. Среди терапевтов и врачей-трансфузиологов клиничко-лабораторной диагностики данный показатель равен 37,75% (6/16 сотрудников), что меньше, чем у медицинских сестер, показатель СПВ которых равен 42,8% (6/14 сотрудников).

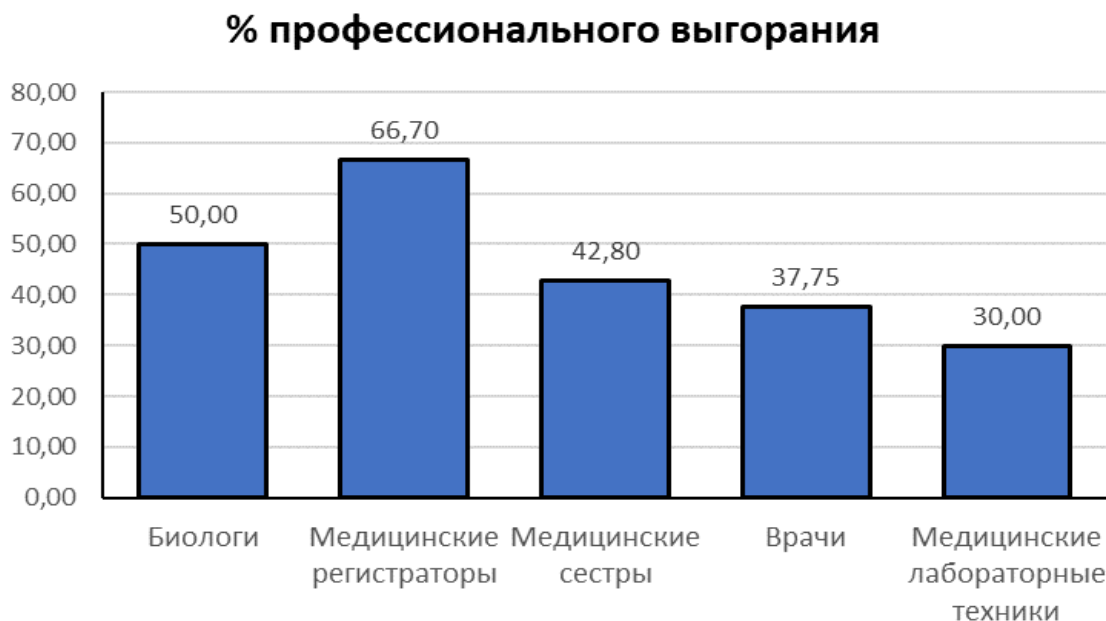


Рис.1 Показатели профессионального выгорания среди медицинских специальностей ОСПК.

Полученные результаты можно объяснить тем, что работники регистратуры, имеющие наиболее высокий уровень профессионального выгорания, одними из первых взаимодействуют с многочисленным потоком потенциальных доноров станции переливания крови. Ежедневно по будням в определенное время ведется прием в среднем от 100 до 150 доноров. В рабочие субботы месяца количество доноров составляет более двухсот человек, что в свою очередь сказывается на эмоциональном состоянии и уровне стресса работников.

Наименьший показатель профессионального выгорания отмечен у медицинских лабораторных техников. Это объясняется их основной работой в лабораториях с биологическим материалом с помощью специальных анализаторов и меньшей работой с донорами.

Медсестры, врачи-терапевты, трансфузиологи и биологи - работники, длительно взаимодействующие с донорами до, после и во время процедуры кроводачи. Также ежедневно на приеме медицинские работники сталкиваются с конфликтными пациентами, поведение которых также является весомым фактором в развитии синдрома выгорания. Кроме того, по словам самих работников: серьезные трудовые и эмоциональные нагрузки наблюдаются в период отпусков, то есть, когда основной объем работы распределяется между меньшим количеством работающего персонала, что также вносит вклад в развитие СПВ.

Для профилактики и снижения уровня профвыгорания необходимо оказывать меры со стороны управления и самостоятельно. Администрации ОСПК следует придерживаться следующим рекомендациям для снижения уровня профессионального стресса сотрудников:

1. Подбор сотрудников нужно осуществлять с учетом их личностных качеств. От сотрудников станции переливания крови требуется стрессоустойчивость, уравновешенность, умение следовать деловой этике и находить контакт с любым пациентом;

2. Необходимо проводить психологические тренинги и лекции, информирующие медработников о способах самостоятельной борьбы с выгоранием;

3. Количество доноров в расчете на одного медработника должно быть регламентировано. Если у медицинской организации нет возможности увеличить кадровый состав, то необходимо принять меры по уменьшению потока доноров.

Кроме того, сотрудники ОСПК могут самостоятельно снижать степень профессионального стресса:

1. Обеспечить оптимальный рацион питания, включающий достаточное количество витаминов и минералов;

2. Занятия спортом для укрепления иммунитета;

3. Соблюдение режим труда и отдыха, полноценный сон;

4. Следование принципам трудовой гигиены;

5. При необходимости стоит обратиться за консультацией к психологу;

6. Ставить четкие границы между профессиональными проблемами и личными взаимоотношениями с людьми.

#### **Выводы:**

1. Симптомы профессионального выгорания среди исследуемых сотрудников ОСПК наиболее выражены у медицинских регистраторов (66,7%), наименее - у медицинских лабораторных техников (30%).

2. Проведение мероприятий по профилактике СПВ позволит снизить уровень тревожности и улучшить эмоциональный фон среди персонала.

#### **Список литературы:**

1. Борисова М.В., Медведев В.В. Взаимосвязь удовлетворенности трудом с уровнем профессионального выгорания // Актуальные проблемы науки: ИГУМО и ИТ как исследовательский центр. - № 17. - 2014. - с. 5-12.

2. Каспрук Л.И. К вопросу о профессиональной дезадаптации медицинского персонала // Современные проблемы науки и образования. - 2016. - №6. - С. 6-9.

3. Неруш Т.Г. Профессиональное выгорание как деструктивная тенденция профессионального развития личности / Т. Г. Неруш, Ю. П. Поваренков // Известия Саратовского университета. - 2012. - Т.12 - С. 84 – 86.

4. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. - М., 2002. - С.360-362.