

Большакова Татьяна Евгеньевна
преподаватель
профессионального
модуля
ГБПОУ «Армавирский
медицинский колледж»
город Армавир

Особенности психического состояния медицинских работников в период пандемии COVID–19

С 2019 года наступило время испытаний для всего человечества. В это время общество столкнулось с новой бедой. Начавшись, как группа необъяснимых случаев пневмонии в китайском Ухане, болезнь, вызванная коронавирусом, официально обозначенная COVID–19, 11 марта 2020 года Всемирной организацией здравоохранения была объявлена пандемией. Вирус быстро вышел за пределы Китая и начал захватывать новые страны.

Главной стратегией борьбы с ним стала изоляция людей друг от друга. В весенний период 2020 года большинство цивилизованных стран мира ввели локдаун.

После того, как рост заболеваемости упал, ограничения постепенно отменяли. На сегодняшний день снова наблюдается увеличение количества заражений и смертей. Поэтому в некоторых европейских странах опять вводят жесткие карантинные меры.

Карантин – это сложные условия работы, которые требуют от медицинских работников высочайшей степени самоотверженности и мобилизованности. Пандемию коронавируса можно вполне обоснованно назвать войной, на передовой которой стоит медицинский персонал: врачи, медицинские сестры, фельдшера, санитары. И здесь речь идет не только о тех медицинских работниках, которые находятся в «красных зонах», а обо всех, кто продолжает вести прием в поликлиниках, выезжать на вызовы, работать в стационарах. Характеристика их жизни в настоящее время идентична с

условиями нахождения военных на войне: наличие непосредственной угрозы жизни и здоровью, тяжелые условия труда, понимание степени ответственности за жизнь других людей.

В этот период появляются дополнительные трудности, усложняются технические условия работы. А кроме этого, большой отпечаток на психическое состояние медицинского персонала накладывает и ограничение контактов с родными и близкими, и даже просто отсутствие возможности свободного передвижения.

Медицинский персонал, работающий в ковидных госпиталях, находится в экстремальных условиях. Несомненно, в этих условиях слова о верности клятве Гиппократов наполняются истинным смыслом, приобретают совершенно другое звучание.

Происходящее в «красных зонах», как и в больницах и поликлиниках, работающих в обычном режиме, становится проверкой таких личностных качеств медицинских работников, как доброта, сострадание, человечность, терпеливость. И здесь речь идет не столько о достаточном количестве высококвалифицированных врачей и медицинских сестер, сколько о способности каждого медицинского работника адекватно и в полном объеме выполнять свои обязанности, принимать важные решения за короткие сроки. Поэтому медицинские работники, в период пандемии COVID–19, находятся в группе высокого риска возникновения проблем с психическим здоровьем и нуждаются в поддержке. Причинами этого являются следующее: длительный рабочий день, высокий риск заражения, неудобства работы в СИЗах, физическая усталость, разлука с семьями и чрезмерный длительный стресс, вызванный социальной изоляцией.

В настоящее время опубликован ряд исследований, в которых показан широкий спектр проблем с психическим здоровьем, возникших в этот период у медицинских работников. Главным образом, авторами исследований являются китайские специалисты. В большинстве работ в числе основных названы симптомы тревожного расстройства, депрессии,

посттравматического стрессового расстройства, нарушения сна.

Отечественными исследователями тоже был составлен опрос для медицинских работников, который проводился посредством сети Интернет. В опросе участвовали, как медицинские работники, так и специалисты немедицинского профиля, работающие в системе здравоохранения. Ссылка на опрос распространялась в специализированных группах в социальных сетях, а также посредством электронной почты среди медицинского сообщества.

Все респонденты могли ознакомиться с информированным согласием до начала прохождения опроса и могли закончить отвечать на вопросы в любое время.

Каждый участник заполнял социально-демографический блок опросника (пол, возраст, категория, уровень образования, специальность, семейное положение), стандартизированные опросники (опросник генерализованного тревожного расстройства — ГТР-7 (GAD-7), шкалу депрессии «Опросника оценки здоровья человека» PHQ-9), а также блок вопросов по субъективной оценке состояния респондентов.

Всего в опросе приняли участие 812 респондентов из 77 регионов России.

В данном исследовании, посвященном оценке психического здоровья медицинских работников в период пандемии, приняли участие преимущественно женщины. Общая распространенность симптомов тревоги (доля респондентов, набравших 5 и более баллов по шкале ГТР-7) среди медицинских работников в России в текущий период составила 48,77 %, а общая распространенность симптомов депрессии (доля респондентов, набравших 5 и более баллов по шкале PHQ-9) — 57,63 %. Здесь стоит отметить, однако, что данное исследование основано на субъективной оценке своего состояния участниками путем заполнения шкал и опросников без клинической оценки врачом. Исходя из этого, можно говорить лишь о наличии симптомов, но никак не диагностированных расстройств. Тем не

менее, даже эти результаты показывают, что у медицинских работников достаточно часто возникают проблемы в сфере психического здоровья.

Медицинские работники нуждаются в поддержке психического здоровья в периоды пандемий, когда психоэмоциональные нагрузки значительно возрастают. В связи с вышеизложенным в ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» проводится работа психолога со студентами выпускных групп для психологической подготовки последних к работе в сложных условиях пандемии COVID–19: тренинги по коммуникации, сплочению коллектива, профилактике конфликтов, профессиональному самоопределению.

Спасибо за внимание!