

Stres uzrokovan radnim okruženjem medicinskih sestara/tehničara u Općoj bolnici Dubrovnik

Stress caused by the work environment in nurses/technicians in General Hospital Dubrovnik

Mirela Marlais¹, Narcis Hudorovic²

¹Sveučilište u Dubrovniku, preddiplomski stručni studij Sestrinstva, 20000 Dubrovnik, Hrvatska

¹University of Dubrovnik, Professional Study of Nursing, 20000 Dubrovnik, Croatia

²Zavod za vaskularnu kirurgiju, Klinički bolnički centar „Sestre milosrdnice“, Vinogradska 29, 10000 Zagreb, Hrvatska

²Department of Vascular Surgery, University Clinical Center „Sestre milosrdnice“, Vinogradska 29, 10000 Zagreb, Croatia

Sažetak

Stres u radnom okruženju specifična je vrsta stresa, čiji je izvor u radnom okolišu. Individualna procjena objektivnog stanja ili događaja utječe na pojavu stresnog odgovora u pojedinca. Cilj istraživanja bio je utvrditi koje čimbenike radnog okruženja medicinske sestre/tehničari u Općoj bolnici Dubrovnik doživljavaju kao stresne i/ili izrazito stresne. U istraživanje je uključeno 100 ispitanika starosne dobi između 18 i 48 godina [medicinske sestre i tehničari srednje i više stručne spreme]. Istraživanje je provedeno uporabom anonimnog Upitnika o stresorima na radnome mjestu bolničkih zdravstvenih djelatnika, koji je prilagođen specifičnostima ispitanika. Upitnik je ispunilo 100 zdravstvenih djelatnika. Najučestaliji stresori koje su ispitanici navodili jesu financijski i čimbenici organizacijske radnog procesa. Malen broj ispitanika naveo je kao stresore čimbenike osobnog ekonomskog statusa. Medicinske sestre i tehničari navode kao izvor stresa na radu strah od specifičnih opasnosti i štetnosti u zdravstvu, što upućuje na potrebu poboljšanja edukacije, mjera zaštite i sigurnosti na radu.

Ključne riječi: stres • radno okruženje • opća bolnica • medicinske sestre/tehničari

Kratki naslov: Stres i radno okruženje

Abstract

Stress in a workplace is a specific type of stress arising from the work environment. Individual assessment of objective conditions or events affects the level of stress in an individual. The aim of the study was to determine which work factors of environment nurses/technicians in General Hospital experienced as stressful and/or extremely stressful. The study included 100 patients between 18 and 48 years [nurses and technicians with middle and high degree]. The study was conducted by an anonymous questionnaire about stressors in the workplace hospital healthcare workers which were adapted to the specific subjects. The questionnaire was completed by 100 medical professionals. The most common stressors that respondents cited were financial factors and organizational workflow. A small number of respondents cited factors as stressors pertinent to personal economic status. Nurses and technicians as a source of stress at work cited fear of specific dangers and harms in health care, which indicates the need to improve level of education, protection measures and safety.

Keywords: stress • work environment • General Hospital • nurses / technicians

Running head: Stress and working environment

Received

Accepted

Autor za korespondenciju/Corresponding author: Mirela Marlais, bacc.med. techn., University of Dubrovnik, Professional Study of Nursing, 20000 Dubrovnik, Croatia • E-mail: mirelamarlais5@gmail.com; miki-021@hotmail.com

Uvod / Introduction

Stres je pojam koji označava stanje organizma u kojem doživljavamo prijetnju vlastitom integritetu. Fiziološki je stres prirodni mehanizam koji organizam dovodi u stanje prikladno za obranu ili bijeg. Naziv „stres“ ima podrijetlo iz srednjovjekovnog engleskog [eng. stress - napor, nevolja ili ograničenje]. Korišten je kao pojam u 14. stoljeću u značajnu patnje, muke, nepravilne, tegobe, nesreće ili tuge [1]. U medicini tijekom 19. stoljeća pojam stresa smatran je temeljem slabog zdravlja i povezivan je sa slučajevima angine pectoris. Walter Cannon [2] smatrao je stres poremećajem homeostaze do kojeg dolazi zbog hladnoće, pomanjkanja kisika ili sniženog šećera u krvi. Kanadski liječnik Hans Selye 1936. godine opisuje pojam stresa kao skup tjelesnih obrana organizma protiv štetnog podražaja bilo koje vrste.

Ranih tridesetih godina 20. stoljeća Selye [3] je postavio model fiziološkog stresa i utvrdio kako širok raspon različitih podražaja izaziva jednake fiziološke promjene. Za podražaje koji uzrokuju stres uveo je pojam stresori. Ako između stresnih podražaja ne postoji potrebno razdoblje oporavka, već se stresni događaji nižu jedan za drugim, pojavljuje se *kronični stres* koji može izazvati ozbiljne zdravstvene posljedice za organizam. Nakon dugotrajnog izlaganja stresnim situacijama dolazi do pojačanog lučenja kortikosteroida, hipertrofije kore nadbubrežne žlijezde te atrofije timusa i drugih limfatičkih struktura. Ovakve tjelesne odgovore opisao je kao «opći adaptativni sindrom» [1] Stres je u suvremenom svijetu prepoznat kao važan čimbenik koji utječe na zdravlje. Individualna procjena objektivnog sta-

nja ili događaja uvelike utječe na pojavu stresnog odgovora u pojedinca. Reakcija pojedinca na stres rezultat je preklapanja individualne osjetljivosti, vanjskih okolnosti i stresora. Individualna osjetljivost određena je osobnošću, dobi i stilom života. Vanjske okolnosti uključuju okoliš, obitelj, prijatelje i radnu atmosferu. Bolesti koje nastaju pod utjecajem prevelikog stresa ovise o sva tri navedena čimbenika [4]. Reakcije na stres mogu biti psihološke, ponašajne i fiziološke. Psihološke reakcije na stres mogu biti: porast tjeskobe, problemi koncentracije, negativne emocije, gubitak pažnje, depresija, umor, sindrom izgaranja [eng. burnout syndrome] ili porast učestalosti samoubojstava. Ponašajne reakcije na stres najčešće su povlačenje i izolacija na poslu ili kod kuće, porast broja nesreća, veća konzumacija cigareta, alkohola ili kave, razdražljivost, agresivnost, seksualne disfunkcije, niska motivacija za rad i međuljudske odnose te porast nasilja na poslu i/ili kod kuće. Fiziološke reakcije na stres uključuju porast razine kortizola, veće vrijednosti kolesterola, povišenje krvnog tlaka, palpitacije, bolove u prsima, nesanicu, pojavu nekih vrsta karcinoma, probavne smetnje, glavobolju, koštano-mišićne tegobe te pad funkcije imunološkog sustava [5].

Stres u radnom okruženju medicinskih sestara i tehničara

Stres na radu specifična je vrsta stresa, čiji je izvor u radnom okolišu. Stres na radu možemo definirati kao značajnu neravnotežu između zahtjeva i sposobnosti da im se udovolji, u situaciji kad neuspjeh u zadovoljavanju zahtjeva ima, prema prosudbi radnika, značajne posljedice. Najčešći su stresori: hitna stanja, dežurstva, donošenje odluka nakon noćnog rada, rutinski medicinski rad, mala mogućnost napredovanja, emocionalna iscrpljenost, fizička iscrpljenost i bol u donjem djelu leđa, niska razina odlučivanja i visoki zahtjevi. Svrha je istraživanja utvrditi koji su čimbenici stresa u radnom okruženju koje medicinske sestre/tehničari doživljavaju kao stresore.

Metode / Methods

U istraživanje su uključene medicinske sestre i tehničari srednje, više i visoke stručne spreme u OB-u Dubrovnik koji su dobrovoljno pristali na sudjelovanje u istraživanju. U ispitivanje je uključeno 100 ispitanika [80 žena i 20 muškaraca]. Starosna dob ispitanika bila je u rasponu od 18 do 48 godina starosti.

Istraživanje je provedeno uporabom upitnika o stresorima na radnom mjestu. Ispitivanje je bilo dragovoljno i anonimno. Upitnik o stresorima na radnom mjestu preuređen je za potrebe ovog istraživanja temeljem standardiziranog upitnika Occupational Stress Questionnaire [6]. U prvom su dijelu upitnika za procjenu stresora opći podaci [tablica 1.] koji se odnose na spol, dob, bračno stanje, broj djece, stručni stupanj, radno mjesto, duljinu ukupnog zaposlenja, duljinu zaposlenja na sadašnjem radnom mjestu, radno vrijeme, timski rad, stalno zaposlenje. U drugome su dijelu upitnika pitanja koja se odnose na stresore [Tablica 2] na radnom mjestu. Ispitanicima je ponuđeno 37 stresora na radu koji se odnose na organizaciju rada, smjenski rad, napredovanje u struci, edukaciju, profesionalne zahtjeve, me-

đuljudsku komunikaciju, komunikaciju zdravstvenih djelatnika s pacijentima te na strah od opasnosti i štetnosti u zdravstvu. Ispitanici su intenzitet predloženih stresora ocjenjivali Likertovom ljestvicom [od 1 = "nije uopće stresno", 2 = "rijetko stresno", 3 = "ponekad stresno", 4 = "stresno" do 5 = "izrazito stresno"].

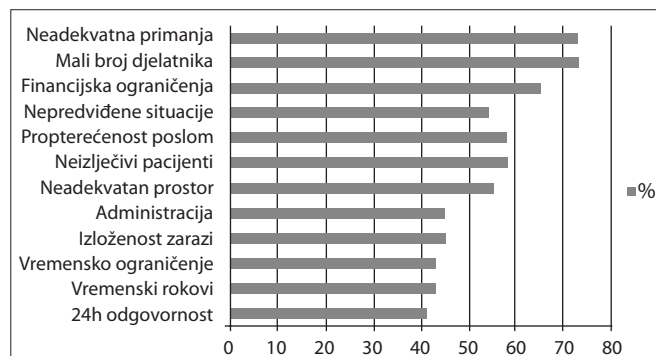
Rezultati / Results

U tablici [Tablica 1] prikazane su demografske karakteristike ispitanika.

TABLICA [1] Demografske karakteristike ispitanika

Demografske varijable	Medicinske sestre/tehničari
Spol:	
Muškarci (%)	20
Žene (%)	80
Dob:	
raspon u godinama	18-48
Ukupni radni staž:	
Prosječan broj godina	13

U slikovnom prikazu [slika 1] prikazana je hijerarhija dvanaest najčešćih stresora u medicinskih sestara/tehničara koji su ocijenjeni ocjenama 4 i 5 prema Likertovoj ljestvici [1-5].



SLIKA [1] Najčešći stresori u radnom okruženju prema dobivenim ocjenama ispitanika s ocjenom 4 i 5 prema Likertovoj ljestvici.

Medicinske sestre/tehničari navode postojanje stresore u radnom okruženju, i to: slabu mogućnost napredovanja i promaknuća, nedostatan broj djelatnika, strah od izloženosti ionizirajućem zračenju, strah od izloženosti citostaticima, strah od mogućnosti zaraze od oboljelih, strah od mogućnosti ozljede oštrim predmetom.

Rasprava/ Discussion

Rezultati istraživanja verificiraju da su medicinske sestre/tehničari u Općoj bolnici Dubrovnik znatno obimu izloženi utjecaju stresora u radnom okruženju. Rezultati pokazuju da su radni stresori na vrhu hijerarhijske ljestvice stresora kod medicinskih sestara/tehničara. Dvije trećine medicinskih sestara procjenjuju da imaju nezadovoljavajući osob-

ni dohodak i smatraju ga izvorom stresa povezanog s procesom rada. Zanimljivo je da medicinske sestre i tehničari koji su uključeni u istraživanje navode u značajnom obimu postojanje strahova od opasnosti i štetnosti utjecaja u radnom okruženju ionizacijskog zračenja, citostatika, povećane mogućnosti zaraze i ubodnih incidenata. Iznalazi se potreba za poboljšanjem metoda edukacije i zaštite i sigurnosti na radu.

Budući da isti stresor različiti ljudi mogu doživjeti na različit način, različitim intenzitetom te različitim predznakom, važan je odnos pojedinca prema svakom od njih. Razumijevanje utjecaja radnih stresora na stupanj zdravlja zdravstvenih djelatnika važan je čimbenik za poboljšanje produktivnosti radnog procesa.

Zaključak/ Conclusion

Medicinske sestre/tehničari u bolnicama doživljavaju više različitih čimbenika kao stresore na radu s velikim intenzitetom. Među najčešćim stresorima kod ispitanika prepoznati su stresori iz skupine financijskih i organizacijskih čimbeni-

ka. Medicinske sestre/tehničari doživljavaju kao izvor stresa izloženost specifičnim opasnostima i štetnostima u zdravstvu, što upućuje na potrebu poboljšanja stupnja edukacije i mjera zaštite i sigurnosti na radu. Rezultati do danas objavljenih istraživanja pokazuju da nedovoljan broj zdravstvenih djelatnika dovodi bolesnike u rizično stanje, da pogoduje povećanju učestalosti ozljeda na radu, te se iznalazi znatna povezanost između odrađenih prekovremenih sati rada i bolovanja.

Literatura / References

- [1] Lumsden CJ, Wilson EO. Lumsden-Wilson theory of gene culture coevolution. *Proc. Natl. Acad. Sci. USA* 1980; 77: 4382-4386.
- [2] Dale HH. Walter Bradford Cannon. 1871-1945. *Obituary Notices of Fellows of the Royal Society* 1947; 5(15): 407-426. doi:10.1098/rsbm.1947.0008.
- [3] Selye H. "Stress and disease". *Science* 1955; 122: 625-631
- [4] McCunney RJ. The academic occupational physician as consultant. A 10-year perspective. *J Occup Med.* 1994;36(4):438-42.
- [5] Filipović D, Zlatković J, Pavićević I, Mandić L, Demajo M. Chronic isolation stress compromises JNK/c-Jun signaling in rat brain. *J Neural Transm.* 2012 Nov;119(11):1275-84. doi: 10.1007/s00702-012-0776-0
- [6] Johnson S, Cooper C, Cartwright S, Donald I, Taylor P, Millet. The experience of work-related stress across occupations, *Journal of Managerial Psychology*, 2005; 20 (2):178-187.