

Samoprocjena kvalitete života i rada medicinskih sestara/tehničara u Domu zdravlja Zagreb – centar

¹ Bojan Pavlović

² Jadranka Pavić

¹ Dom zdravlja Zagreb – Centar

² Zdravstveno veleučilište

a nijedan ispitanik nije potpuno neaktivan. Nedostatan broj radnika, prijetnje sudskom tužbom i parničanjem predstavljaju najveći čimbenik stresa medicinskim sestrama/tehničarima na radnom mjestu.

U cjelini, usporedba kvalitete života ispitanika za vrijeme pandemije pokazuje odstupanja u povećanom doživljaju stresa i osjećaju zdravstvene ugroženosti, no nema promjena u obavljanju fizičke aktivnosti i međuljudskim odnosima.

Sažetak

Istraživanje je usmjereno na samoprocjenu kvalitete života i rada medicinskih sestara u Domu zdravlja Zagreb – Centar te utvrđivanje razlika u kvaliteti života i rada medicinskih sestara/tehničara tijekom aktualne pandemije bolesti COVID-19 u odnosu na prethodno razdoblje. Istraživanje je provedeno na uzorku od 113 medicinskih sestara i tehničara koji rade u Domu zdravlja Zagreb – Centar. Istraživanje je provedeno primjenom triju upitnika: upitnikom za određivanje indeksa radne sposobnosti (engl. *Work Ability Index Questionnaire*, WAI), upitnikom o kvaliteti života Svjetske zdravstvene organizacije (engl. *World Health Organization Quality of Life – Brief Version Questionnaire*, WHOQOL-BREF) te upitnikom o radnoj sposobnosti i kvaliteti života tijekom pandemije bolesti COVID-19. Rezultati su pokazali da većina medicinskih sestara/tehničara (84 %) živi ispunjenim privatnim životom, dok manje od polovice ispitanika (46 %) živi ispunjenim profesionalnim životom. Više od 80 % medicinskih sestara/tehničara navodi da su u većini slučajeva i prilično često aktivni i u pokretu,

Ključne riječi: kvaliteta života, indeks radne sposobnosti, COVID-19, sestrinstvo

Datum primitka: 5.1.2022.

Datum prihvatanja: 1.6.2022.

<https://doi.org/10.24141/1/8/2/14>

Podaci za kontakt autora:

Autor: Jadranka Pavić

Zdravstveno veleučilište, Zagreb, Ksaver 209, Zagreb, Hrvatska
Tel.: 00 385 91 2300 994

E-pošta: jadranka.pavic@zvuh.hr

Uvod

Kvaliteta života bilo koje osobe ili skupine osoba u društvu jest složena slika brojnih varijabli objektivnih i subjektivnih kategorija. Koncept kvalitete života kako ga objašnjava Svjetska zdravstvena organizacija obuhvaća široki raspon elemenata koji određuju kvalitetu života. Svjetska zdravstvena organizacija definirala je kvalitetu života kao „stanje života koje proizlazi iz kombinacije učinaka čitavog niza čimbenika, poput onih koji određuju zdravlje, sreću (uključujući udobnost i zadovoljstvo u fizičkom okruženju i zadovoljavajuće radno zanimanje), obrazovanje, društvena i intelektualna postignuća, slobodu djelovanja i prisutnost pravde”.¹

Grupa Svjetske zdravstvene organizacije za kvalitetu života² pokušala je istaknuti tri razlikovne značajke: subjektivno mišljenje pojedinca o funkcioniranju preventivnoga zdravstvenog djelovanja ili općenito stanju tjelesnog zdravlja, stanju psihološkog zdravlja, društvenom stanju i vjeri u duhovnost i religiju, koje čine uvjete života te pozitivne i negativne karakteristike kvalitete života. Kao dodatak takvim činjenicama, kvaliteta života definirana je kao „percepcija pojedinca o svojem životnom položaju u kontekstu kulture i sustava vrijednosti u kojem živi u odnosu na svoje ciljeve, očekivanja, standarde i brige”.

Pojam kvalitete života u javnosti se percipira u pozitivnom smislu. Dakle, dobra kvaliteta života jest pozitivna rezidualna vrijednost ili višak pozitivne vrijednosti koji je ostao nakon oduzimanja negativne ocjene od pozitivne ocjene cijelog raspona fizičkih, mentalnih, psiholoških, društvenih, kulturnih, ekonomskih, političkih i okolišnih parametara ili varijabli objektivne i subjektivne prirode primijenjenih za mjerenje kvalitete života. Negativan rezultat označava lošu kvalitetu života i pokazuje nedostatak energije i otpornosti neke osobe. Radna sposobnost i zadovoljstvo radom važni su čimbenici u kvaliteti života. Opsežno međunarodno istraživanje posljednjih desetljeća o radnoj sposobnosti radnika identificiralo je ključne čimbenike koji utječu na individualnu radnu sposobnost. Odnose se na resurse pojedinca: a) zdravstvene i funkcionalne kapacitete, b) kompetencije i c) vrijednosti, stavove i motivaciju, te na aspekte rada.³

Poslodavci i nadređeni također su odgovorni za pitanja zdravlja i sigurnosti na radu, uključujući procjenu rizika. Budući da bi prilagodba rada vlastitim sposobnostima,

vještinama i zdravstvenom stanju trebala biti kontinuiran i dinamičan proces, temeljen na odgovarajućoj procjeni rizika, prilagođavanje rada zdravstvenom stanju i potrebama starijih i invalidnih radnika ne bi trebalo predstavljati dodatni teret. Koncept napredovanja stoga se temelji na suradnji između poslodavca i zaposlenika koji mogu zajedno stvoriti bolju ravnotežu na radnom mjestu i poboljšati radne sposobnosti.⁴

Porast psihosocijalnog stresa na poslu (na primjer kombinacije velike potražnje i niske kontrole ili velike iscrpljenosti i niskog zadovoljstva) također je povezan s više nego dvostrukim povećanjem kardiovaskularne smrtnosti radnika.^{5,6} Osim toga, poznato je da stres na poslu pozitivno utječe na želju za ranijom mirovinom.⁷

Aktualna pandemija bolesti COVID-19 ima velik utjecaj na život i rad zdravstvenih radnika koji su prva linija obrane u borbi protiv ove bolesti. Iako ovo nije prva pandemija koja se dogodila, prošla su iskustva pokazala da zdravstveni radnici prijavljuju nedostatak podrške i trajne negativne psihološke simptome. Može doći i do pojave *burnouta*, što je psihološki sindrom koji se može opisati kao kronična iscrpljenost. Ova pojava može biti posljedica iznimno stresnih uvjeta rada u kojima se stres pojedinca ne kontrolira na odgovarajući način te može imati vrlo snažan utjecaj na psihološko i fizičko blagostanje osobe. *Burnout* ili izgaranje može se kategorizirati kao osjećaj iscrpljenosti, negativnih osjećaja prema poslu i smanjene produktivnosti rada.⁸

Cilj istraživanja

Cilj je istraživanja:

samoprocjena kvalitete života i rada medicinskih sestara/tehničara u Domu zdravlja Zagreb – Centar

Istraživanjem se želi kvantificirati kvaliteta života medicinskih sestara u Domu zdravlja Zagreb – Centar te time dati doprinos stručnoj literaturi o kvaliteti života medicinskih sestara, kao i predlaganju mjera za očuvanje i unaprjeđenje zdravlja i radne sposobnosti medicinskih sestara.

Metode istraživanja

Istraživanje je usmjereno na samoprocjenu kvalitete života i rada (fizičko zdravlje, psihološka stanja, društvena interakcija, okoliš) medicinskih sestara/tehničara u Domu zdravlja Zagreb – Centar.

S obzirom na to da je kvaliteta života i rada rezultat djelovanja više faktora kao što su stručnost, radno iskustvo te prilagodba na okolinu i aktualnu društvenu/životnu situaciju, istraživanjem se želi ispitati zastupljenost pojedinih čimbenika na kvalitetu života i rada medicinskih sestara.

Uzorak

Anketa je prosljeđena 291 medicinskoj sestri u primarnoj zdravstvenoj zaštiti. U istraživanju je sudjelovalo 113 medicinskih sestara Doma sestara. Response rate ili odaziv medicinskih sestara u ovoj anketi je bio 38.83%.

Ispitivanje je dobrovoljno, anonimno putem upitnika Google Forms, a za istraživanje je dobivena suglasnost Etičkog povjerenstva Doma zdravlja Zagreb –Centar i Etičkog povjerenstva Zdravstvenog veleučilišta.

Tablica 1. Osnovna obilježja ispitanika

	Broj (%) ispitanika
Spol	
Žene	108 (95,6)
Muškarci	3 (2,7)
Bez podataka	2 (1,8)
Razina obrazovanja	
Visoka stručna sprema	12 (10,6)
Viša stručna sprema	27 (23,9)
Srednja stručna sprema	71 (62,8)
Bez podataka	3 (2,7)

Instrumenti

Istraživanje je provedeno primjenom triju upitnika: upitnikom za određivanje indeksa radne sposobnosti (engl. *Work Ability Indeks Questionnaire* – WAI), upitnikom o kvaliteti života (engl. *World Health Organization Quality of Life – Brief Version Questionnaire* – WHOQOL-BREF) i upitnikom o radnoj sposobnosti i kvaliteti života tijekom pandemije bolesti COVID-19 konstruiranim za ovo istraživanje.

U upitniku *Work Ability Indeks Questionnaire* upotrijebljene su samo neke čestice, i to: čestice 1 i 2 iz segmenta Izazov, napredovanje i uključenost u rad organizacije, čestica 7 iz segmenta Kvaliteta života i uravnoteženosti, čestica 15 iz segmenta Zdravlje i blagostanje, čestice 19 i 20 iz segmenta Zdravstveno opterećenje, čestice 34, 35 i 39 iz segmenta Podaci za socijalnu statistiku te čestice 1, 2, 3, 4, 7, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 36 i 37 iz segmenta Stres na radnom mjestu.

Za provođenje ovog istraživanja, iz upitnika WHOQOL-BREF upotrijebljene su čestice 1 (G1), 10 (F2.1), 11 (F7.1), 12 (F18.1), 14 (F21.1), 15 (F9.1), 16 (F3.3), 19 (F6.3), 20 (F13.3), 22 (14.4) i 23 (F17.3).

Rezultati

U dijelu upitnika WAI o izazovu, napredovanju i uključenosti u rad organizacije više od polovice ispitanika (52 %) na pitanje u kojoj su mjeri zadovoljni sa svojim zanimanjem i sadašnjom situacijom u Domu zdravlja Zagreb – Centar odgovorilo je da su prilično ili vrlo zadovoljni, dok je djelomično zadovoljno više od 37 % ispitanika.

Istodobno, svoj poslovni život 38 % ispitanika smatra izazovnim, zanimljivim i smislenim dok je za 36 % ispitanika poslovni život tek svrha i mogućnost za održanje života.

Poslovni život ne smatra kao prisilu, već kao obvezu 18 % ispitanika, a 8 % ispitanika navodi da im je poslovni život s vremenom sve više odbojan.

U dijelu upitnika o kvaliteti života i uravnoteženosti gdje opisuju svoju životnu situaciju 92 ispitanika (84 %) odgovorila su da žive ispunjenim privatnim životom, dok manje od polovice ispitanika (46 %) živi ispunjenim profesionalnim životom. Očekivano, s obzirom na prethodne odgovore, 10 % ne smatra ispunjenim ni privatni ni profesionalni život.

U segmentu upitnika o zdravlju i blagostanju 94 ispitanika (85 %) odgovorila su da su u zadnjih tri do šest mjeseci prilično često bili aktivni ili u pokretu, dok ih je 15 % bilo samo ponekad ili prilično rijetko aktivno.

Na pitanje o zdravstvenim opterećenjima, točnije o količini cjelodnevnih izostanaka s posla u posljednjih 12

mjeseci zbog zdravstvenih problema, gotovo polovica ispitanika (48 %) nije bila odsutna s radnog mjesta nije-dan dan, dok je četvrtina ispitanika (27 %) bila na bolovanju do devet dana, a za više od 40 dana cjelodnevnih izostanaka s radnog mjesta izjasnilo se 6 % ispitanika.

Sedamdeset ispitanika (63 %) izjasnilo se da ih u posljednjih tri do šest mjeseci u obavljanju posla ne ome-

taju bolesti ni ozljede. Dio ispitanika (22 %) može obavljati svoj posao, ali uz tegobe, dok je drugi dio ispitanika (13 %) primoran u nekim trenucima ili često raditi sporije (tablica 2).

U dijelu Upitnika za određivanje indeksa radne sposobnosti (WAI) gdje se ispituje količina stresa na radnom

Tablica 2. **Ocjene kvalitete života i radne sposobnosti**

	Broj (%) ispitanika								
Izazov, napredovanje i uključenost u rad organizacije									
U kojoj ste mjeri zadovoljni svojom sadašnjom situacijom na poslu i zanimanjem?	Vrlo nezadovoljan	Prilično nezadovoljan	Djelomično zadovoljan	Prilično zadovoljan	Vrlo zadovoljan	Ukupno			
	1 (0,9)	10 (9,0)	42 (37,8)	45 (40,5)	13 (11,7)	111 (100)			
Kako pretežno doživljavate svoj poslovni život?	S vremenom sve odbojnijim	Kao prisilu	Kao obvezu	Kao svrhu i mogućnost za održanje života	Izazovnim, zanimljivim i smislenim	Ukupno			
	9 (8,0)	0 (0,0)	20 (17,9)	40 (35,7)	43 (38,4)	112 (100)			
Kvaliteta života i uravnoteženost									
Koja od navedenih rečenica najbolje opisuje vašu sadašnju životnu situaciju?	Nije ispunjen ni privatni ni profesionalni život	Ispunjen privatni, ponekad profesionalni život	Ispunjen profesionalni, ponekad privatni život	Ispunjen privatni i profesionalni život	Ukupno				
	11 (10,0)	49 (44,5)	7 (6,4)	43 (39,1)	110 (100)				
Zdravlje i blagostanje									
Jeste li u posljednjih tri do šest mjeseci bili aktivni i u pokretu?	Nikada	Prilično rijetko	Ponekad	Prilično često	U većini slučajeva, da	Ukupno			
	0 (0,0)	5 (4,5)	12 (10,8)	46 (41,4)	48 (43,2)	111 (100)			
Zdravstvena opterećenja									
Koliko ste cijelih dana u posljednjih 12 mjeseci izostali s posla zbog zdravstvenih problema?	100–365 dana	61–99 dana	41–60 dana	25–40 dana	19–24 dana	10–18 dana	1–9 dana	Nijedan dan	Ukupno
	4 (3,6)	2 (1,8)	1 (0,9)	4 (3,6)	7 (6,4)	9 (8,2)	30 (27,3)	53 (48,2)	110 (100)
Sprječava li vas u posljednjih tri do šest mjeseci u obavljanju posla neka bolest ili ozljeda? Što od navedenog najbolje opisuje vaše stanje?	Po mojem mišljenju, trenutno sam radno nesposoban	Posao mogu obavljati samo u ograničenom vremenu	Često sam prisiljen raditi sporije	Ponekad sam prisiljen raditi sporije	Mogu izvršavati svoj posao, ali s tegobama	Ne ometaju me ni bolest ni ozljeda	Ukupno		
	3 (2,7)	0 (0,0)	3 (2,7)	11 (9,8)	25 (22,3)	70 (62,5)	112 (100)		

mjestu više od polovice ispitanika ocijenilo je nedostatan broj djelatnika (54 %) te prijetnju sudskom tužbom i parničanjem (53 %) kao stresan odnosno izrazito stresan čimbenik na radnom mjestu.

Nešto manje od polovice ispitanika izjasnilo se da su im sljedeći čimbenici stresni odnosno izrazito stresni: suočavanje s neizlječivim pacijentima (48 %), pogrešno informiranje putem medija i ostalih izvora (47 %), neadekvatna očekivanja pacijenta i njegove obitelji (47 %), 24-satna odgovornost (44 %), neadekvatna osobna primanja (43 %) i prekovremeni rad (42 %).

Otprilike trećina ispitanika ocjenjuje sukobe s nadređenima (38 %), preopterećenost poslom (37 %), lošu organizaciju posla (37 %), administrativne poslove (35 %), svakodnevne nepredviđene ili neplanirane situacije (33 %), neadekvatna materijalna sredstva za rad (32 %), sukobe s bolesnikom ili članovima obitelji (32 %), nemogućnost odvajanja profesionalnog i privatnog života (32 %) i oskudnu komunikaciju s nadređenima (31 %) kao stresne odnosno izrazito stresne čimbenike na radnom mjestu (tablica 3).

Tablica 3. Ocjene ispitanika o utjecajima stresora

Kako biste ocijenili sljedeće čimbenike stresa na radnom mjestu?	Broj (%) ispitanika					
	Izrazito stresno	Stresno	Ponekad	Rijetko	Nije uopće	Ukupno
Stres na radnom mjestu						
Preopterećenost poslom	9 (8,0)	32 (28,6)	48 (42,9)	18 (16,1)	5 (4,5)	112 (100)
Loša organizacija posla	16 (14,4)	25 (22,5)	52 (46,8)	15 (13,5)	3 (2,7)	111 (100)
Prekovremeni rad	13 (11,6)	34 (30,4)	38 (33,9)	15 (13,4)	12 (10,7)	112 (100)
Smjenski rad	1 (0,9)	11 (9,8)	33 (29,5)	29 (25,9)	38 (33,9)	112 (100)
Pritisak rokova za izvršenje zadataka	7 (6,3)	15 (13,4)	40 (35,7)	29 (25,9)	21 (18,8)	112 (100)
Uvođenje novih tehnologija	2 (1,8)	9 (8,0)	38 (33,9)	31 (27,7)	32 (28,6)	112 (100)
Bombardiranje novim informacijama iz struke	5 (4,5)	12 (10,7)	41 (36,6)	32 (28,6)	22 (19,6)	112 (100)
Nedostatak odgovarajuće trajne edukacije	7 (6,3)	9 (8,1)	50 (45,0)	24 (21,6)	21 (18,9)	111 (100)
Nedostupnost potrebne literature	1 (0,9)	10 (8,9)	41 (36,6)	37 (33,0)	23 (20,5)	112 (100)
Neadekvatna materijalna sredstva za rad	7 (6,3)	29 (25,9)	49 (43,8)	20 (17,9)	7 (6,3)	112 (100)
Neadekvatan radni prostor	10 (8,9)	19 (17,0)	39 (34,8)	21 (18,8)	23 (20,5)	112 (100)
Neadekvatna osobna primanja	16 (14,3)	32 (28,6)	41 (36,6)	14 (12,5)	9 (8,0)	112 (100)
Oskudna komunikacija s nadređenima	16 (14,3)	19 (17,0)	39 (34,8)	25 (22,3)	13 (11,6)	112 (100)
Oskudna komunikacija s kolegama	7 (6,3)	8 (7,2)	32 (28,8)	37 (33,3)	27 (24,3)	111 (100)
Mala mogućnost napredovanja i promaknuća	4 (3,5)	20 (17,7)	39 (34,5)	21 (18,6)	29 (25,7)	113 (100)

Administrativni poslovi	11 (9,7)	29 (25,7)	37 (32,7)	24 (21,2)	12 (10,6)	113 (100)
Nedostatan broj djelatnika	31 (27,4)	30 (26,5)	40 (35,4)	8 (7,1)	4 (3,5)	113 (100)
Svakodnevne nepredviđene ili neplanirane situacije	14 (12,4)	23 (20,4)	45 (39,8)	26 (23,0)	5 (4,4)	113 (100)
Sukobi s nadređenima	24 (21,8)	18 (16,4)	12 (10,9)	37 (33,6)	19 (17,3)	110 (100)
Sukobi s kolegama	9 (8,0)	17 (15,2)	19 (17,0)	37 (33,0)	30 (26,8)	112 (100)
Sukobi s drugim suradnicima (liječnici, administrativno osoblje)	9 (8,1)	19 (17,1)	20 (18,0)	41 (36,9)	22 (19,8)	111 (100)
Sukobi s bolesnikom ili članovima obitelji	15 (13,3)	21 (18,6)	30 (26,5)	31 (27,4)	16 (14,2)	113 (100)
Prijetnja sudskom tužbom i parničanjem	26 (23,2)	33 (29,5)	8 (7,1)	16 (14,3)	29 (25,9)	112 (100)
Nemogućnost odvajanja profesionalnog i privatnog života	10 (8,9)	26 (23,2)	28 (25,0)	21 (18,8)	27 (24,1)	112 (100)
24-satna odgovornost	21 (18,9)	28 (25,2)	24 (21,6)	24 (21,6)	14 (12,6)	111 (100)
Neadekvatna očekivanja bolesnika i obitelji	9 (8,3)	42 (38,5)	28 (25,7)	24 (22,0)	6 (5,5)	109 (100)
Pogrešno informiranje bolesnika putem medija i drugih izvora	18 (16,1)	35 (31,3)	37 (33,0)	16 (14,3)	6 (5,4)	112 (100)
Suočavanje s neizlječivim bolesnicima	10 (8,9)	44 (39,3)	31 (27,7)	23 (20,5)	4 (3,6)	112 (100)
Strah zbog mogućnosti zaraze od oboljelih	6 (5,4)	24 (21,4)	37 (33,0)	32 (28,6)	13 (11,6)	112 (100)
Strah zbog mogućnosti ozljede oštrim predmetom	6 (5,4)	10 (8,9)	28 (25,0)	40 (35,7)	28 (25,0)	112 (100)

U upitniku WHOQOL-BREF 73 % ispitanika kvalitetu svojeg življenja ocijenilo je prilično dobrom odnosno vrlo dobrom ocjenom, dok samo 4 % ispitanika živi prilično lošom ili vrlo lošom kvalitetom života.

Na pitanje imaju li dovoljno energije za svakodnevni život 48 % ispitanika odgovara da posjeduje energiju u znatnoj ili najvećoj mjeri, a nedostatak energije prijavilo je 10 % ispitanika.

Na pitanje mogu li prihvatiti svoj tjelesni izgled 64 % ispitanika odgovorilo je da prihvaća u znatnoj ili najvećoj mjeri, dok u umjerenj mjeri prihvaća 21 % ispitanika. Slično, 61 % ispitanika u znatnoj je ili najvećoj mjeri zadovoljno samim sobom, dok je u umjerenj mjeri sobom zadovoljno 31 % ispitanika.

Najveći broj ispitanika (39 %) odgovorio je da ima osrednju količinu prilika za rekreaciju, dok manjak ili odsutnost prilika za rekreaciju ima 31 % ispitanika.

Na pitanje posjeduju li dovoljno novca za zadovoljavanje svojih potreba neutralnim se odgovorom izjasnilo

41 % ispitanika, dok u znatnoj ili najvećoj mjeri svoje potrebe financijski može zadovoljiti 35 % ispitanika.

Kod pitanja mogu li se kretati uokolo 65 % ispitanika odgovara da ima dobru ili vrlo dobro mogućnost kretanja, dok 15 % ispitanika smatra da ima velik ili vrlo velik problem kod kretanja uokolo.

Istraživanje je pokazalo da su ispitanici u većem broju (44 %) zadovoljniji svojim spavanjem u protekla dva tjedna, a 34 % ih je nezadovoljno ili uglavnom nezadovoljno.

U domeni socijalnih odnosa 78 % ispitanika procijenilo je prilično ili veliko zadovoljstvo svojim odnosima s bliskim osobama, dok je 6 % ispitanika izrazilo nezadovoljstvo tim odnosima.

Slično tim rezultatima, 77 % ispitanika uživa podršku svojih prijatelja, dok je 3 % ispitanika iskazalo nezadovoljstvo potporom. Prilično ili veliko zadovoljstvo uvjetima svojeg stambenog prostora u protekla dva tjedna

Tablica 4. Ocjene ispitanika o tjelesnom i fizičkom zdravlju, okolini i socijalnim odnosima u protekla dva tjedna

Kakvom biste ocjenom procijenili kvalitetu svojeg življenja?	Broj (%) ispitanika					
	Vrlo lošom	Prilično lošom	Ni dobrom ni lošom	Prilično dobrom	Vrlo dobrom	Ukupno
	1 (0,9)	3 (2,7)	26 (23,4)	66 (59,5)	15 (13,5)	111 (100)
U protekla dva tjedna:						
Imate li dovoljno energije za svakodnevi život?	Uopće ne	Pomalo	Umjereno	U znatnoj mjeri	U najvećoj mjeri	Ukupno
	5 (4,5)	6 (5,4)	47 (42,0)	39 (34,8)	15 (13,4)	112 (100)
Možete li prihvatiti svoj tjelesni izgled?	10 (8,9)	6 (5,4)	24 (21,4)	53 (47,3)	19 (17,0)	112 (100)
Imate li prilike za rekreaciju?	11 (9,9)	23 (20,7)	43 (38,7)	24 (21,6)	10 (9,0)	111 (100)
Imate li dovoljno novca za zadovoljavanje svojih potreba?	7 (6,3)	20 (18,0)	45 (40,5)	32 (28,8)	7 (6,3)	111 (100)
Koliko se možete kretati uokolo?	Vrlo slabo	Slabo	Ni slabo ni dobro	Dobro	Vrlo dobro	Ukupno
	3 (2,7)	14 (12,6)	22 (19,8)	43 (38,7)	29 (26,1)	111 (100)
Koliko ste zadovoljni svojim spavanjem?	Vrlo nezadovoljan	Prilično nezadovoljan	Djelomično zadovoljan	Prilično zadovoljan	Vrlo zadovoljan	Ukupno
	9 (8,2)	28 (25,5)	25 (22,7)	40 (36,4)	8 (7,3)	110 (100)
Koliko ste zadovoljni sobom?	1 (0,9)	8 (7,1)	35 (31,3)	52 (46,4)	16 (14,3)	112 (100)
Koliko ste zadovoljni svojim odnosima s bliskim osobama?	1 (0,9)	6 (5,4)	18 (16,1)	58 (51,8)	29 (25,9)	112 (100)
Koliko ste zadovoljni podrškom koju vam daju prijatelji?	1 (0,9)	2 (1,8)	22 (19,6)	56 (50,0)	30 (26,8)	112 (100)
Koliko ste zadovoljni uvjetima svojeg stambenog prostora?	3 (2,7)	4 (3,6)	21 (18,8)	54 (48,2)	30 (26,8)	112 (100)

konstatiralo je 75 % ispitanika, dok je umjereno zadovoljstvo iskazalo 19 % ispitanika (tablica 4).

U odgovorima na pitanja o mogućoj pojavi promjena u radnoj sposobnosti i kvaliteti života u odnosu na razdoblje prije pandemije ispitanici su naveli da na njihovim radnim mjestima prevladavaju psihički zahtjevi (48 %), dok se o kombiniranim psihofizičkim zahtjevima izjasnilo 49 % ispitanika.

Većina ispitanika (76 %) navela je u upitniku da su prilično odnosno vrlo dobri u svladavanju međuljudskih

zahtjeva na poslu, dok je neuspješnost prijavilo manje od 2 % ispitanika.

U odnosu na razdoblje prije pandemije, 48 % ispitanika ne primjećuje razliku u osobnom kretanju i fizičkoj aktivnosti, dok je fizičku aktivnost povećalo 17 % ispitanika.

Na pitanje osjećaju li da su sad više pod stresom 32 % ispitanika odgovorilo je da doživljava veći stres u odnosu na razdoblje prije pandemije, dok 35 % ispitanika ne prijavljuje porast u razini stresa.

Istraživanje je pokazalo da se 10 % ispitanika osjeća nezdravije, dok gotovo polovica ispitanika (49 %) primjećuje pozitivan pomak u subjektivnom osjećaju zdravlja u odnosu na razdoblje prije pandemije.

Na pitanje osjećaju li da su na radnom mjestu izloženi zdravstvenim opterećenjima 36 % ispitanika odgovara

da ima prilično jak odnosno vrlo jak osjećaj povećanja izloženosti, dok 45 % ispitanika navodi osrednji osjećaj izloženosti zdravstvenim opterećenjima u odnosu na razdoblje prije pandemije (tablica 5).

Tablica 5. Ocjene ispitanika o radnoj sposobnosti i kvaliteti života tijekom pandemije

Broj (%) ispitanika						
U odnosu na razdoblje prije pandemije bolesti COVID-19:						
Kako biste ocijenili zahtjeve svojeg radnog mjesta?	Prevladavaju fizički		Miješano		Prevladavaju psihički	Ukupno
	4 (3,6)		54 (48,6)		53 (47,7)	111 (100)
Koliko ste uspješni u svladavanju međuljudskih zahtjeva na poslu?	Vrlo loši	Prilično loši	Osrednji	Prilično dobri	Vrlo dobri	Ukupno
	1 (0,9)	1 (0,9)	25 (22,3)	63 (56,3)	22 (19,6)	112 (100)
Jeste li trenutačno aktivniji i više u pokretu?	Ne	Ne, nije ni potrebno više	Ne primjećujem razliku	Ne, ali bih htio biti	Da	Ukupno
	15 (13,4)	5 (4,5)	54 (48,2)	19 (17,0)	19 (17,0)	112 (100)
Osjećate li da ste sad više pod stresom?	Pod velikim sam stresom	Pod prilično sam velikim stresom	Pod osrednjim sam stresom	Uglavnom nisam pod većim stresom	Uopće nisam pod stresom	Ukupno
	1 (0,9)	34 (30,6)	37 (33,3)	34 (30,6)	5 (4,5)	111 (100)
Sveukupno gledano, koliko se zdravo osjećate?	Potpuno nezdravo	Prilično nezdravo	Potpuno nezdravo	Prilično zdravo	Vrlo zdravo	Ukupno
	2 (1,8)	9 (8,1)	46 (41,4)	33 (29,7)	21 (18,9)	111 (100)
Osjećate li da ste na radnom mjestu izloženi zdravstvenim opterećenjima?	Vrlo jako	Prilično jako	Osrednje	Neznatno	Nimalo	Ukupno
	6 (5,4)	34 (30,6)	50 (45,0)	19 (17,1)	2 (1,8)	111 (100)

Rasprava

U provedenom istraživanju u Domu zdravlja Zagreb – Centar, najvećem domu zdravlja u Republici Hrvatskoj, sudjelovalo je 113 medicinskih sestara/tehničara.

Više od polovice ispitanika (52 %) na pitanje u kojoj su mjeri zadovoljni svojim zanimanjem i sadašnjom situacijom u Domu zdravlja Zagreb – Centar odgovorilo je da su prilično ili vrlo zadovoljni. Može se očekivati da će medicinska sestra imati dobar radni vijek i biti predana duljoj karijeri i nastaviti raditi u nekoj organizaciji do umirovljenja ako su prisutni pozitivni rezultati aspekata rada i resursa medicinske sestre, poput njezinih vrijednosti, stavova, motivacije i kompetencija te zdravstvenih i funkcionalnih kapaciteta.

Na pitanje kako doživljavaju svoj poslovni život samo 38 % ispitanika odgovara da ga smatra izazovnim, zanimljivim i smislenim, dok je za 36 % ispitanika poslovni život tek svrha i mogućnost za održanje života. Istodobno, 8 % ispitanika smatra svoj život s vremenom sve odbojnijim, što je u korelaciji s 10 % ispitanika koji su odgovorili da su prilično ili vrlo nezadovoljni trenutačnom situacijom na poslu.

Po pitanju kvalitete života i uravnoteženosti, većina ispitanika (preko 83 %) ima ispunjen privatni život, dok je istraživanjem pokazano da samo 45 % medicinskih sestara/tehničara u domu zdravlja živi ispunjenim profesionalnim životom.

Velika većina sestara (više od 84 %) u upitniku je odgovorila da je u posljednjih tri do šest mjeseci često bila aktivna i u pokretu, dok je kretanje u protekla dva tjedna samo 65 % ispitanika ocijenilo dobrom odnosno vrlo dobrom ocjenom. U skladu sa zadovoljavajućom količinom kretanja, ispitanici su očekivano pozitivno ocijenili i cjelokupno zadovoljstvo sobom (61 %) i svoj tjelesni izgled (64 %) u protekla dva tjedna, iako možemo primijetiti i zabrinjavajuću statistiku jer samo 17 % ispitanika smatra da je povećalo svoju tjelesnu aktivnost u odnosu na vrijeme prije pandemije te je samo 17 % izjavilo želju za povećanjem količine tjelesne aktivnosti.

Na pitanje o zdravstvenim opterećenjima gotovo polovica ispitanika (48 %) odgovara da nije bila odsutna sa svojeg radnog mjesta nijedan dan dok je četvrtina ispitanika (27 %) bila na bolovanju do devet radnih dana. Pozitivan statistički podatak prati i informacija da više

od 62 % ispitanika u posljednjih tri do šest mjeseci u obavljanju posla ne ometaju bolesti ni ozljede.

U ispitivanju količine stresa na radnom mjestu više od polovice ispitanika istaknulo je nedostatan broj djelatnika (54 %). Takav statistički podatak mogao bi se objasniti dodatnim radnim obvezama uz redovni rad u ambulantama ili terenu, poput rada na cijepnim punktovima, u COVID ambulantama, na testiranjima (PCR i antigenski test) na SARS-CoV-2, obvezama trijaže na ulazu u zdravstvene ustanove te rada u obliku dodatne kadrovske pomoći u drugim zdravstvenim ustanovama koje su formirane za prihvata pacijenata oboljelih od bolesti COVID-19.

Toj tvrdnji mogu pridonijeti i čimbenici stresa 24-satne odgovornosti (44 %), prekovremenog rada (42 %), preopterećenosti poslom (37 %) te pojave svakodnevnih nepredviđenih ili neplaniranih situacija (33 %).

Sljedeće što je više od polovice ispitanika ocijenilo kao stresan odnosno izrazito stresan čimbenik na radnom mjestu jest prijetnja sudskom tužbom i parničanjem (53 %). U skladu s tim podatkom, ispitanici su kao stresne situacije naveli i pogrešno informiranje putem medija i ostalih izvora (47 %), neadekvatna očekivanja pacijenta i njegove obitelji (47 %) te sukobe s bolesnikom ili članovima obitelji (32 %).

Iako je navedeno da gotovo polovici (43 %) ispitanika neadekvatna osobna primanja čine stresnu situaciju, istraživanje je u nastavku pokazalo da samo 24 % ispitanika ima tegoba u posjedovanju novca za zadovoljavanje svojih potreba.

Brojne su dobrobiti socijalnih odnosa i podrške okoline, poput smanjenja anksioznosti i depresije, većeg samopoštovanja, jačanja imunskog sustava, oporavka od bolesti, borbe protiv razvoja degradacije kognitivnih vještina, koncentracije, niskog samopoštovanja, demencije i Alzheimerove bolesti, pa čak mogu doprinijeti i produljenju životnog vijeka te mnogome drugome.

Ispitanici u istraživanju u velikom su broju naveli zadovoljstvo odnosima s bliskim osobama (78 %) te da uživaju podršku okoline (77 %), što je vrlo važno u vrijeme treće pandemije 21. stoljeća.

U kriznim situacijama, poput aktualne pandemije, važno je kako će se upravljati ljudskim resursima. Okolnosti poput povećanja broja oboljelih od bolesti COVID-19 ili manjka odgovarajuće zaštitne opreme i sl. mogu se povezati s velikom količinom stresa kojemu može pridonijeti i veliko radno opterećenje, stalna izloženost letalnim ishodima, anksioznost i depresija zbog nedo-

voljnog znanja o bolesti, strah od širenja ove bolesti na mnoge druge, između ostalih i na svoju obitelj, te strah od dugotrajnih posljedica zaraze.

Ispitanici su prilično osrednje ocijenili period pandemije u usporedbi s periodom prije pandemije te na njihovim radnim mjestima prevladavaju najviše psihički zahtjevi (48 %) koji uzrokuju povećanje stresa kod 32 % ispitanika u odnosu na razdoblje prije pandemije.

Na pitanje osjećaju li da su na radnom mjestu izloženi zdravstvenim opterećenjima 36 % ispitanika odgovara da ima prilično jak odnosno vrlo jak osjećaj povećanja izloženosti, dok 45 % ispitanika navodi osrednji osjećaj izloženosti zdravstvenim opterećenjima u odnosu na razdoblje prije pandemije. Unatoč tome, ispitanici se u odnosu na vrijeme prije pandemije zbog odredbi higijensko-epidemioloških mjera i uputa osjećaju zdravije (49 %).

Većina ispitanika (76 %) u upitniku je navela da pandemija nije uzrokovala poremećaj te da su ostali prilično odnosno vrlo dobri u svladavanju međuljudskih zahtjeva na poslu. Za dobro svladavanje međuljudskih odnosa i zahtjeva na poslu potrebna je integracija suradnje i kontinuirane edukacije zajedničkim djelovanjem svih timova primarne i specijalističko-konzilijarne zdravstvene zaštite te pojačan rad na učinkovitijoj unutar-njoj organizaciji i dobroj organizacijskoj kulturi za vrijeme brojnih izmjena djelovanja zdravstvenih ustanova.

Medicinske sestre / medicinski tehničari Doma zdravlja Zagreb – Centar u istraživanju su naveli visok stupanj (73 %) kvalitete svojeg življenja, gdje je dobiveni rezultat u domeni kvalitete života znatno viši nego rezultat dobiven iz istraživanja na populaciji bolničkih medicinskih sestara u KBC-u Osijek koje su proveli Batrnek i Gašpert 2018.¹¹

Ovo istraživanje ima i nedostatke koji ne dopuštaju donošenje zaključaka o uzročno-posljedičnoj povezanosti istaknutih segmenata u istraživanju kvalitete života i radne sposobnosti u medicinskih sestara/tehničara Doma zdravlja Zagreb – Centar.

Zbog presječnog dizajna istraživanja, kvaliteta života i radna sposobnost bili su procijenjeni istodobno te stoga nije bilo moguće odrediti vremenski slijed. Od takvog se istraživanja ne može odvojiti sklonost sustavnim pogreškama, kako u odabiru sudionika koji su anonimno i dobrovoljno pristupili istraživanju tako i u procjeni izloženosti i ishoda.

Budući da konačan broj sudionika istraživanja predstavlja otprilike trećinu zaposlenih u domu zdravlja, ne

može se s velikom sigurnošću tvrditi da je rezultat dobiven u ovoj studiji reprezentativan za sve djelatnike zaposlene u djelatnosti sestrinstva Doma zdravlja Zagreb – Centar.

Zaključak

Na temelju rezultata istraživanja samoprocjene kvalitete života i radne sposobnosti medicinskih sestara/tehničara Doma zdravlja Zagreb – Centar može se zaključiti:

Većina medicinskih sestara/tehničara (84 %) živi ispunjenim privatnim životom, dok manje od polovice ispitanika (46 %) živi ispunjenim profesionalnim životom. No 10 % ispitanika ne smatra ispunjenim ni privatni ni profesionalni život.

Gotovo polovica medicinskih sestara nije bila na bolovanju (48 %), dok je manji broj (6 %) bio na bolovanju dužem od 40 dana. Veći dio ispitanika (63 %) navodi da ih u obavljanju radnih aktivnosti ne ometaju bolesti ni ozljede, a ostatak navodi da mogu izvršavati svoj posao, ali s tegobama ili sporije, a mali dio (tri ispitanika) smatra se radno nesposobnim.

Medicinske sestre i tehničari u znatnom su opsegu fizički aktivni i u pokretu. Više od 80 % medicinskih sestara/tehničara navodi da su u većini slučajeva i prilično često aktivni i u pokretu, a nijedan ispitanik nije potpuno neaktivan. Nadalje, 69,3 % izjašnjava se da se značajno bavi rekreacijskim aktivnostima, 20,7 % pomalo, a 10 % navodi da nema vremena za rekreaciju.

Nedostatan broj radnika te prijetnje sudskom tužbom i parničanjem predstavljaju najveći čimbenik stresa medicinskim sestrama/tehničarima na radnom mjestu, zatim slijede suočavanje s neizlječivim pacijentima, pogrešno informiranje putem medija i ostalih izvora, neadekvatna očekivanja pacijenta i njegove obitelji, 24-satna odgovornost, neadekvatna osobna primanja i prekovremeni rad, dok sukobi s kolegama, nadređenima ili drugim zdravstvenim osobljem predstavljaju minimalan čimbenik stresa zbog subjektivno vrlo dobre ocjene u svladavanju međuljudskih zahtjeva na poslu.

Povezano s razdobljem pandemije, a u usporedbi s razdobljem prije pandemije, medicinske sestre / medicinski tehničari navode da na njihovim radnim mjestima

prevladavaju psihički zahtjevi i kombinirani psihofizički zahtjevi.

Većina ispitanika (76 %) u upitniku je navela da su prilično odnosno vrlo dobri u svladavanju međuljudskih zahtjeva na poslu, dok je neuspješnost prijavilo manje od 2 % ispitanika.

U odnosu na razdoblje prije pandemije, manje od polovice ispitanika (48 %) ne primjećuje razliku u intenzitetu kretanja i fizičke aktivnosti, dok je fizičku aktivnost povećalo 17 % ispitanika.

Trećina ispitanika (32 %) doživljava veći stres u odnosu na razdoblje prije pandemije te osrednji (45 %) i jak odnosno vrlo jak osjećaj povećanja izloženosti zdravstvenim opterećenjima (36 %).

No znatan dio ispitanika (49 %) primjećuje pozitivan pomak u subjektivnom osjećaju zdravlja u odnosu na razdoblje prije pandemije, a trećina ispitanika ne primjećuje porast stresa.

Iz svega navedenog vidljivo je da na kvalitetu života ispitanika medicinskih sestara/tehničara znatno utječe ispunjenost u privatnom i profesionalnom životu te zadovoljstvo odnosima s bliskim osobama i podrškom prijatelja.

Najveći su izvori stresa nedostatan broj radnika i prijetnje sudskom tužbom te psihički zahtjevi radnog mjesta povezani sa suočavanjem s patnjama bolesnika, izostankom vrednovanja njihova rada (negativno prikazivanje u medijima, neadekvatna očekivanja pacijenta i njegove obitelji). Najmanji su izvor stresa neadekvatni međuljudski odnosi i osobna primanja, što ukazuje na ljestvicu prioriteta u radu medicinskih sestara koja je usmjerena zadovoljstvu bolesnika i posvećenosti radu.

Ipak, zbog brojnih otežavajućih čimbenika na radnom mjestu (preopterećenost poslom, prekovremeni rad i slično), ispitanici, tj. medicinske sestre i medicinski tehničari u velikom broju ne osjećaju ispunjenost u profesionalnom životu.

Da bi došlo do natpolovične ocjene ispunjenoga profesionalnog života i smatranja posla smislenim, izazovnim i zanimljivim, menadžment u iskorištavanju maksimalnog potencijala medicinskih sestara mora uložiti veće napore u njihovu osposobljavanju u domeni kompetencija, odnosno edukaciji (na radnom mjestu, simulacijskim centrima, učilištima...), motivaciji, nadgledanju, nagrađivanju te unaprjeđivanju i reorganizaciji zadataka.

U cjelini gledana usporedba samoprocjene kvalitete života ispitanika za vrijeme pandemije pokazuje odstupanja u povećanom doživljaju stresa i osjećaju zdravstvene ugroženosti, no nema promjena u obavljanju fizičke aktivnosti i međuljudskim odnosima.

Literatura

1. Svjetska zdravstvena organizacija. WHO Chapter. 1976; 30(8), 312.
2. The WHOQOL Group. The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): Position paper from the World Health Organization. 1995, 1405.
3. Gould R, Ilmarinen J, Järvisalo J, Koskinen S. Dimensions of work ability – results of the health 2000 survey. 2008.
4. Ruoppila I, Huuhtanen P, Seitsamo J, Ilmarinen J. Age-related changes of the work ability construct and its relations to cognitive functioning in the older worker: A 16-year follow-up study. 2008, 45.
5. Vahtera J, Kivimäki M, Pentti J, Linna A, Virtanen M, Virtanen P, Ferrie JE. Organisational downsizing, sickness absence, and mortality: 10-town prospective cohort study. 2004, 555–558.
6. Kivimäki M, Leino-Arjas P, Luukkonen R, Riihimäki H, Vahtera J, Kirjonen J. Work stress and risk of cardiovascular mortality: Prospective cohort study of industrial employees. 2002, 857–860.
7. Wahrendorf M, Dragano N, Siegrist J. Social position, work stress, and retirement intentions: A study with older employees from 11 European countries. *European Sociological Review*. 2013, 792–802.
8. Svjetska zdravstvena organizacija World Health Statistics Annual. Ženeva: WHO. 1991.
9. Tuomi K, Ilmarinen J, Jahkola A, Katajarinne L, Tulkki A. Work Ability Index. 2nd revised edn. Helsinki: Finnish Institute of Occupational Health. 1998.
10. Svjetska zdravstvena organizacija. WHOQOL-BREF: introduction, administration, scoring and generic version of the assessment: field trial version. Ženeva; WHO [internet]. 1996. Dostupno na: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/63529/WHOQOL-BREF.pdf> (pristupljeno 10. svibnja 2020.)
11. Batrnec T, Gašpert M. (2018). Quality of Life of Nurses in Osijek, *Croatian Nursing Journal*. 2018; 2(2), 99–109.

Self assessment of the quality of life and work of nurses in the health centre zagreb – centre

¹ Bojan Pavlović

² Jadranka Pavić

¹ Health Centre Zagreb - Centre

² University of Applied Health Sciences

but there are no changes in physical activity and interpersonal relationships.

Abstract

The research is aimed at self assessing the quality of life and work of nurses in the Health Centre Zagreb - Centre and determining the differences in the quality of life and work of nurses during the current pandemic of the coronavirus disease compared to the prior period. The research was conducted on a sample of 113 nurses working in the Health Centre Zagreb - Centre. The research was conducted using three questionnaires: the Work Ability Index (WAI), the World Health Organization Quality of Life questionnaire (WHOQOL-BREF) and a questionnaire on working capacity and quality of life during the COVID-19 pandemic. The results showed that the majority of nurses (84%) live a busy private life, while less than half of the respondents (46%) live a busy professional life. More than 80% of nurses state that in most cases they are quite often active, and none of the respondents is completely inactive. An insufficient number of workers, lawsuits and litigation threats, are the biggest stressors for nurses in the workplace.

On the whole, a comparison of the quality of life of the respondents during the pandemic shows deviations in the increased stress and the feeling of health threats,

Keywords: quality of life, working ability, COVID-19, nursing
