

BÖLÜM 18

SAĞLIK ÇALIŞANLARININ RUH SAĞLIĞI

Filiz AKGENÇ¹

Ayşe TANŞU²

GİRİŞ

Sağlık sisteminin gücü hizmet kalitesi, erişilebilirliği, kabul edilebilirliği, sağlık hizmeti kapsamının iyileştirilebilir ve geliştirilebilir olması ile ölçülebilir. Tüm bu hizmetlerin sunulabilmesi için profesyonel sağlık ekibine ihtiyaç bulunmaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), 2030 yılına kadar düşük ve orta gelirli ülkelerde yaklaşık 18 milyon sağlık çalışanı açık kadrosu olacağını ön görmektedir. Sağlık profesyonellerinin artan uluslararası göçünün iş gücü kayıplarına sebebiyet vermesi olasıdır.

Sağlık çalışanları sağlığın geliştirilmesi ve hizmet kalitesinin artırılmasında kilit role sahiptir. Bu önemli role sahip olan sağlık çalışanlarının çalışma ortamı, sahip olduğu olanaklar ve destek sistemleri çalışanın fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden sağlığını etkilemektedir.

Bütün dünyayı etkileyen Covid-19 pandemi süresince sağlık alanında çalışanlar fiziksel ve ruhsal yönden en fazla etkilenen meslek gruplarından olmuştur. DSÖ tarafından, Covid-19 pandemisine karşı mücadele ve özverilerinden dolayı 2021 yılı “Uluslararası Sağlık ve Bakım Çalışanları Yılı” olarak belirlenmiştir. 7/24 ön saflarda kesintisiz hizmet veren sağlık çalışanları özellikle ruh sağlığını, bakımın kalitesini ve güvenliğini etkileyebilecek çeşitli psikolojik stresörlerle karşı karşıya kalmaktadır. Merhamet yorgunluğu, stres, uykusuzluk, şiddet, damgalanma, tükenmişlik bunlardan sadece birkaçıdır.

¹ Öğr. Gör., Kocaeli Üniversitesi, filiz.akgenc@kocaeli.edu.tr

² Dr. Öğr. Üyesi, İstanbul Rumeli Üniversitesi, ayse.tansu@rumeli.edu.tr

mayı, gezmeyi çok seven kızım bir anda evde kalmak zorundaydı ve bu konuda onu ikna etmek hiç kolay olmadı.

Bu bölümü yazarken yaptığım araştırmalarda karşılaştığım benim için yeni bir alan buldum. Sağlık çalışanlarının ruh sağlığını geliştirmek ve stresle baş etmelerini güçlendirmek için yapılan yurtdışı kaynaklı bir kahkaha terapisi seansına katıldım ve bundan çok etkilendim. Bunun üzerine araştırdım ve bende Kahkaha Yogası liderlik eğitimine katıldım. Artık bende bu alan üzerine çalışmalarım devam edeceğim bu bölüm vasıtasıyla.

KAYNAKLAR

1. Başol E. Hasta ile sağlık çalışanları arasındaki iletişim sorunları ve çözüm önerileri. *International Anatolia Academic Online Journal Social Sciences Journal*; 2018;4(1): 76-93.
2. Can A. İşkur iş ve meslek danışmanlarının mesleki yeterlik algılarına ilişkin bir değerlendirme. *Yüksek Lisans Tezi*. 2020. Ankara Üniversitesi. Ankara. *Mental Health Policies and Programmes in Workplace 2005*.
3. WHO (Erişim tarihi: 10.11.2021 https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/43337/9241546794_eng.pdf)
4. Kuzgun Y. *Meslek Gelişimi ve Danışmanlığı*, Geliştirilmiş 4. Baskı, Ankara: Nobel Yayınları. 2014
5. Lundberg U, Cooper CL. *The Science of Occupational Health*. Oxford: Wiley-Blackwell. 2011.
6. WHO. *Mental health in the workplace*. (Erişim tarihi 10.11.2021 <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/promotion-prevention/mental-health-in-the-workplace>)
7. Michie S, Williams S. Reducing work related psychological ill health and sickness absence: A systematic literature review. *Occupational And Environmental Medicine*, 2003; 60(1): 3-9.
8. Maassen SM, Van Oostveen C, Vermeulen H, et al. Defining a positive work environment for hospital healthcare professionals: A delphi study. *Plos ONE*. 2021;16(2): E0247530.
9. *National Institute For Occupational Safety And Health (NIOSH)*. *Healthcare Workers* (Erişim tarihi: 01.09.2021 <https://www.Cdc.Gov/Niosh/Topics/Healthcare/>)
10. Cox T, Griffiths A. *The Nature And Measurement Of Work-Related Stress: Theory And Practice, Evaluation Of Human Work (3rd Ed.)* (J.R. Wilson and N. Corlett, Eds.), *CRS Press*, London, 2005, pp. 553-571
11. Kocabaş F, Aydın U, Canbey Özgüler V. Çalışma ortamında psikososyal risk etmenlerinin iş kazası, meslek hastalıkları ve işle ilgili hastalıklarla ilişkisi. *Sosyal Güvence*. 2018;(14): 28-62.

12. Oğan H. Çok Çalışmak Sağlığa Çok Zararlıdır. *İstanbul Tabip Odası*. 2020. İstanbul.
13. Søvdold LE, Naslund JA, Kousoulis AA. et al. Prioritizing the mental health and well-being of healthcare workers: an urgent global public health priority. *Frontiers in Public Health*, 2021, 9: 679397.
14. Tajvar A, Saraji GN, Ghanbarnejad A, et al. Occupational stress and mental health among nurses in a medical intensive care unit of a general hospital in Bandar Abbas in 2013. *Electronic Physician* 2015;7(3): 1108.
15. Lu Y, Hu XM, Huang X. et al. The relationship between job satisfaction, work stress, work-family conflict, and turnover intention among physicians in Guangdong, China: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 2017;7(5): e014894.
16. Mark G, Smith AP. Occupational stress, job characteristics, coping, and the mental health of nurses. *British Journal of Health Psychology*. 2021;17(3): 505-521.
17. Kırılmaz H, Yorgun S, Atasoy A. Sağlık çalışanlarında psikososyal risk faktörlerini belirlemeye yönelik bir araştırma. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 2016;2(Special Issue 1): 66-82.
18. Ulutaş M. Karasek'in iş talep-kontrol-destek modelinin işgörenlerin iş stresi üzerindeki etkileri: Bişkek manas uluslararası havalimanı çalışanları üzerine bir alan araştırması. *Turkish Studies- Economics, Finance, Politics*. 2019;14(2): doi:10.29228/Turkishstudies.22930
19. Freudenberger Herbert J. Staff burnout. *Journal of Social Issues*, 1974;30(1): 159-165.
20. Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout. *Annu Rev Psychol*. 2001;52: 397-422.
21. WHO. *Burn-out an "occupational phenomenon"* 2019 International Classification of Diseases. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
22. Karakuş S. Sağlık Kurumlarında Tükenmişlik, Yetenek Yönetimi ve Çalışan Performansı. *Hiperlink Eğit. İlet. Yay. San. Tic. ve Ltd. Sti.*, 2020.
23. Houchens N, et al. Fueling leadership in yourself: a leadership development program for all types of health-care workers. *Leadership in Health Services*, 2021;34(2): 98-111.
24. Kaçan CY, Örsal Ö, Köşgeroğlu N. Hemşirelerde tükenmişlik düzeyinin incelenmesi. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*. 2016; 5(2): 65-74.
25. Vimantaite R, Arvydas S. The burnout syndrome among nurses working in Lithuanian cardiac surgery centers. *Medicina*, 2006;42(7): 600-605.
26. Serole C, Auclair C, Prunet, D, et al. The forgotten health-care occupations at risk of burnout—a burnout, job demand-control-support, and effort-reward imbalance survey. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 2021;63(7): e416-e425.
27. Bitek DE, Akyol AD. Yoğun bakım hemşirelerinin çalışma ortamına ilişkin algıları ile iş doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yoğun Bakım Hemşireliği Dergisi*. 2017;21(1).
28. Kebapçı A, Akyolcu N. Acil birimlerde çalışan hemşirelerde çalışma ortamının tükenmişlik düzeylerine etkisi. *Türkiye Acil Tıp Dergisi*, 2011;11(2): 59-67
29. Altınöz Ü, Demir S. Yoğun bakımda çalışan hemşirelerde çalışma ortamı algısı, psikolojik distress ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*. 2017; 8(2): 95-101.

30. Aslan M, Gökdemir S. Hastanede çalışan hemşirelerin çalışma ortamı algısı: Trakya örneği. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*. 2019; 9(3): 614-621.
31. Duygulu S, Abaan S, Örgütsel bağlılık: Çalışanların kurumda kalma ya da kurumdandan ayrılma kararının bir belirleyicisi. *Hacettepe Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*. 2007;14(2): 61-73.
32. Schmidt DR, Dantas RA, Marziale MHP. Anxiety and depression among nursing professionals who work in surgical units. *Revista Da Escola De Enfermagem Da USP*. 2011;45: 487-493.
33. Abraham A, Chaabna K, Doraiswamy S, et al. Depression among healthcare workers in the eastern mediterranean region: A systematic review and meta-analysis. *Human Resources For Health*. 2021;19(1): 81.
34. Aktürk B. Birincil İnsomni Olgularında BDT'nin Etkinliği ve Bu Olguların Genel Klinik Özellikleri. 2013. (*Uzmanlık Tezi, Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Ana Bilim Dalı, Ankara*).
35. Şenol V, Soyer F, Akça R. Adolesanlarda uyku kalitesi ve etkileyen faktörler. *Kocatepe Tıp Dergisi*. 2012;14: 93-102.
36. ICSD. American Academy of Sleep Medicine. International Classification of Sleep Disorders, 3rd ed. IL: *American Academy of Sleep Medicine*, 2014.
37. Demir HP, Elkin N, Barut AY. Vardiyalı çalışan sağlık personelinin uyku süresi ve beslenme durumunun değerlendirilmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2017;(2): 89-107.
38. Tarhan M, Dalar L. Vardiyalı çalışma ve algılanan çalışma ortamının hemşirelerin ruh sağlığı durumları üzerine etkisi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2016; 1(2): 25-39.
39. Wright KP Jr, Bogan RK, Wyatt JK. Shift work and the assessment and management of shift work disorder (SWD). *Sleep Med Rev*. 2013;17: 41-54.
40. Milner A, Spittal MJ, et al. Suicide by occupation: Systematic review and meta-analysis. *The British Journal of Psychiatry*. 2013; 203(6): 409-416.
41. Bryant-Genevier J, Rao CY, et al. Symptoms of depression, anxiety, post-traumatic stress disorder, and suicidal ideation among state, tribal, local, and territorial public health workers during the COVID-19 pandemic—United States, March–April 2021. *Morbidity and Mortality Weekly Report*, 2021;70(26): 947.
42. Occupational Safety and Health Administration (OSHA), (2016). Guidelines for Preventing Workplace Violence for Healthcare and Social Service Workers. U.S. *Department of Labor*.
43. Oğan H. Sağlık Çalışanlarına Yönelik Her Boyutuyla Şiddet. *Çalıştay*, Birinci Baskı Eylül. 2017
44. Karal E, Biçer BG. Salgın hastalık döneminde algılanan sosyal desteğin bireylerin psikolojik sağlamlığı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*. 2020; 10(1): 129-156
45. Parıldar H. Tarihte bulaşıcı hastalık salgınları. *Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Dergisi*. 2020;30: 19-26.

46. Atalay S. Pandeminin Sosyolojisi: Dünya Pandemi Tarihi, Küreselleşme ve Risk Toplumu Tartışmaları Temelinde Covid-19. Sünbül F. (ed.) *Doğal Afetler: Pandemi ve Deprem* içinde. Ankara: Gazi Kitapevi;2020. s. 2-4
47. Yamamoto R, Yamazaki H, Kobara S. *et al.* Development and Initial Psychometric Validation of the COVID-19 Pandemic Burden Index for Healthcare Workers. *J GEN INTERN MED*, 2023. <https://doi.org/10.1007/s11606-023-08028-3>
48. Khalid I, Khalid TJ, Qabajah M.R, et al. Healthcare workers emotions, perceived stressors and coping strategies during a MERS-CoV outbreak. *Clinical Medicine & Research*, 2016;14(1): 7-14.
49. Clevenger SF. Mental health effects of COVID-19 pandemic on healthcare workers. *OBM Integrative and Complementary Medicine*, 2021;6(1): 1-20.
50. Torrente M, Sousa P, Sánchez-Ramos A, et al. To burn-out or not to burn-out: a cross-sectional study in healthcare professionals in Spain during COVID-19 pandemic. *BMJ Open*, 2021;11(2): e044945.
51. Sahebi A, Nejati B, Moayedi S, et al. The prevalence of anxiety and depression among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: An umbrella review of meta-analyses. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 2021; 107: 110247.
52. Chew NWS, Nicholas WS. A multinational, multicentre study on the psychological outcomes and associated physical symptoms amongst healthcare workers during COVID-19 outbreak. *Brain, Behavior, and Immunity*, 2020;88: 559-565.
53. Muscogiuri G, Barrea L, Savastano S, et al. Nutritional recommendations for CoVID-19 quarantine. *European Journal of Clinical Nutrition*, 2020;74(6): 850-851.
54. Pappa S, Ntella V, Giannakas T, et al. Prevalence of depression, anxiety, and insomnia among healthcare workers during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Brain, Behavior, and Immunity*, 2020;88: 901-907.
55. Luo M, Guo L, Yu M, et al. The psychological and mental impact of coronavirus disease 2019 (COVID-19) on medical staff and general public—A systematic review and meta-analysis. *Psychiatry Research*, 2020;291: 113190.
56. Zhang C, Yang L, Liu S, et al. Survey of insomnia and related social psychological factors among medical staff involved in the 2019 novel coronavirus disease outbreak. *Frontiers in Psychiatry*, 2020;11: 306.
57. Shechter, Ari, Diaz F, et al. Psychological distress, coping behaviors, and preferences for support among New York healthcare workers during the Covid-19 pandemic. *General Hospital Psychiatry*, 2020;66: 1-8.
58. Lai K, Jianbo L, Ma, S, et al. Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Network Open*, 2020;3(3): e203976-e203976.
59. Petrikov S. S, Kholmogorova A. B, Suroegina A. Y, et al. Professional burnout, symptoms of emotional disorders and distress among healthcare professionals during the Covid-19 epidemic. *Counseling Psychology and Psychotherapy*. 2020; 28(2).