

ОЦЕНКА СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ И УРОВНЯ ДЕПРЕССИИ У СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ, РАБОТАЮЩИХ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ COVID-19 В МЕДИЦИНСКИХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Леушина Наталья Андреевна

студент, ФГБОУ ВО Кировский государственный медицинский университет Минздрава России, РФ, г. Киров

Капустина Надежда Михайловна

студент, ФГБОУ ВО Кировский государственный медицинский университет Минздрава России, РФ, г. Киров

Семакина Надежда Витальевна

научный руководитель, канд. мед. наук, доцент, ФГБОУ ВО Кировский государственный медицинский университет Минздрава России, РФ, г. Киров

Аннотация. В данной статье проводится анализ развития синдрома эмоционального выгорания и уровня депрессии у студентов-медиков, работающих в период пандемии COVID-19.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, депрессия, COVID-19

Введение. Проблема коронавирусной инфекции, которой Всемирной организацией здравоохранения присвоено официальное название COVID-19 (Coronavirus disease 2019), затронула все страны и все население планеты, однако главный удар в этой тяжелой ситуации принимают на себя медицинские учреждения и работающий в них персонал.

Актуальность. В связи со сложившейся ситуацией пандемии COVID-19 в 2020 году многие студенты медицинских вузов были привлечены к работе с пациентами, болеющими коронавирусной инфекцией, при этом они продолжают обучение. Возросшая нагрузка в учебной и профессиональной деятельности на этих студентов отразилась на их психическом и физическом состоянии.

Цель – исследовать синдром эмоционального выгорания и уровень депрессии студентов-медиков Кировского государственного медицинского университета (Кировского ГМУ), работающих в период пандемии COVID-19 в медицинских учреждениях города Кирова.

Задачи:

1. Исследовать эмоциональное выгорание у студентов-медиков, работающих в период пандемии COVID-19 в медицинских учреждениях города Кирова.
2. Оценить уровень депрессии у студентов-медиков.
3. Разработать план рекомендаций.

Материалы и методы. Обследовано 86 студентов Кировского ГМУ (средний возраст $22 \pm 1,8$

лет), из них 56 чел. (65,1%) студентов лечебного факультета и 30 чел. (34,9%) – педиатрического; девушек – 64 чел. (74,4%) и юношей – 22 чел. (25,6%).

Среди респондентов проживали самостоятельно 64 чел. (74,4%), состояли в браке – 14 чел. (16,3%), жили с родителями – 8 чел. (9,3%).

Были трудоустроены в медицинские учреждения города Кирова с 4 курса – 28 чел. (32,6%); с 5 курса – 23 чел. (26,7%), начали работать в период пандемии с весны 2020 г. – 24 чел. (27,9%), остальные 11 чел. (12,8%) совмещали обучение с работой с первых курсов.

Работали в стационаре инфекционного госпиталя 58 чел. (67,4%), на станции скорой медицинской помощи – 18 чел. (20,9%), в городских поликлиниках – 10 чел. (11,6%), из них выполняли суточные дежурства 67 чел. (77,9%). Были привлечены к оказанию специализированной помощи пациентам с коронавирусной инфекцией – 62 чел. (72,1%).

Использовались методы экспериментально-психологической диагностики (тест «Синдром эмоционального выгорания (СЭВ)» К. Маслача и С. Джексона; тест «Шкала самооценки депрессии» В. Зунге, адаптированный Н.Е. Водопьяновой), для получения дополнительной информации о социальном статусе и психологическом состоянии респондентов был проведен опрос авторской анкетой. Статистическая обработка результатов проводилась методом описательной статистики, с использованием программы Excel 16.

Результаты исследования.

По результатам опроса было отмечено, что у 58,1% респондентов появилось больше возможности совершенствовать практические навыки, работая в медицинских организациях при дистанционной форме обучения. Большинство студентов (55,8%) ответили, что осуществляли профессиональные обязанности с искренним желанием помочь пациентам с коронавирусной инфекцией, а также было отмечено, что дополнительный заработок помог улучшить материальное положение у 53,5%.

У 43,0% студентов за шесть месяцев работы и учебы в период пандемии не было отмечено каких-либо затруднений в усвоении учебной программы, трудности с учебным процессом были отмечены у 38,4%, появление интереса к совершенствованию своих медицинских знаний и самообучению был отмечен у 18,6%.

Большинство респондентов (53,5%) отметили, что повышенная занятость на работе значительно ограничила возможность встреч с родственниками и они стали больше переживать за здоровье родных.

Субъективная оценка самочувствия респондентов выявила, что у 50% опрошенных ухудшилось психологическое состояние, снизилась физическая выносливость – 32,6% и работоспособность – 12,8%.

Оценивая свое психоэмоциональное состояние, отметили появление быстрой утомляемости 80,3% студентов, раздражительности – 39,5%, тревожности – 37,2%, нарушения сна – 32,6%, плаксивости – 11,6%.

По результатам исследования синдром эмоционального выгорания был выявлен у 33,7% респондентов, при этом высокие показатели СЭВ отмечены у 5,8%. При анализе проявлений СЭВ высокое психоэмоциональное истощение обнаружено у 25,6%, деперсонализация – 5,8%, редукция личных достижений – 2,3%.

Депрессия выявлена у 13,9% (легкий уровень – 11,6%, средний – 2,3%).

Выводы.

Таким образом, исследование показало, что у большей части студентов, работающих в медицинских учреждениях в период пандемии COVID-19, выявлено физическое и психическое утомление, сопровождающиеся эмоциональными нарушениями (раздражительность,

плаксивость, тревожность). У одной трети респондентов были выявлены признаки СЭВ, в большинстве случаев (76%) это были проявления психоэмоционального истощения, у части опрошенных были выявлены признаки деперсонализации (17%) и редукцией личных достижений (7%), что свидетельствует об истощении личностных и профессиональных ресурсов на фоне повышенных нагрузок.

В связи с этим, необходимо своевременно диагностировать первые признаки СЭВ у студентов-медиков, работающих в период пандемии COVID-19, и проводить медико-психологические реабилитационные мероприятия, которые включают профилактику СЭВ (рациональный режим труда, разнообразный досуг (активный, творческий, семейный и др.), регулярные прогулки, полноценный сон, регулярный прием пищи, витаминотерапия, профилактика инфекций) и при необходимости психотерапевтическую помощь.

Список литературы:

1. Водопьянова Н.Е. Психодиагностика стресса. СПб.: Питер, 2009. 336 с.
2. Водопьянова Н.Е. Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. 2-е изд. СПб.: Питер, 2008. 338 с.
3. Матюшкина Е.Я., Рой А.П., Рахманина А.А., и др. Профессиональный стресс и профессиональное выгорание у медицинских работников // Современная зарубежная психология. 2020. Т. 9. № 1. С. 39-49. – [Электронный ресурс] – Режим доступа. – URL: https://psyjournals.ru/jmfp/2020/n1/Matyushkina_et_al.shtml (Дата обращения: 01.12.2020).
4. Никифоров В.В., Суранова Т.Г., Миронов А.Ю., и др. Новая коронавирусная инфекция (COVID-19): этиология, эпидемиология, клиника, диагностика, лечение и профилактика. М., 2020. 48 с.
5. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика: методики и тесты: [учебное пособие]. Самара: Бахрах-М, 2011. – 672 с.
6. Ронгинская Т. И. Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал. 2002. Т. 23, № 3. С. 85-95.