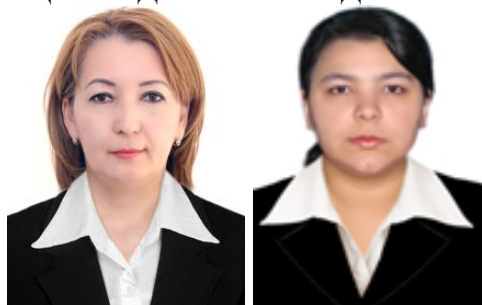


ҲАМШИРАЛАРДА ТОЛИҚИШ СИНДРОМИНИ ПСИХОПРОФИЛАКТИКА ЧОРАЛАРИНИНГ ИҚТИСОДИЙ САМАРАДОРЛИГИНИ БАҲОЛАШ



Усманбекова Гулмира Кадирбековна, Раманова Дилдора Юлдашевна
Тошкент Давлат тиббиёт университети, Ўзбекистон Республикаси, Тошкент ш.

ОЦЕНКА ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕР ПРИ СИНДРОМЕ ВЫГОРАНИЯ У МЕДСЕСТЁР

Усманбекова Гулмира Кадирбековна, Раманова Дилдора Юлдашевна
Ташкентский государственный медицинский университет, Республика Узбекистан, г. Ташкент

EVALUATION OF THE ECONOMIC EFFECTIVENESS OF PSYCHOPROPHYLACTIC MEASURES FOR BURNOUT SYNDROME AMONG NURSES

Usmanbekova Gulmira Kadirbekovna, Ramanova Dildora Yuldashevna
Tashkent State Medical University, Republic of Uzbekistan, Tashkent

e-mail: gulmirabegim@mail.ru

Резюме. Маълум бўлдики, эмоционал толиқиш синдроми (ЭТС) тиббий ходимлар, айниқса ҳамширалар учун жиддий муаммодир. Ушбу ҳолат тиббий ёрдам сифати пасайишига, хатолар кўпайишига, кадрлар айланмаси ўсишига ва ҳамширалар саломатлиги ёмонлаишига олиб келади. Ўрнатилдики, самарали психопрофилактика дастурлари нафақат ходимларнинг руҳий ва жисмоний ҳолатини яхшилайдди, балки иқтисодий фойда ҳам келтиради. Аниқландики, ҳамширалик фаолияти доимий мулоқот ва ҳиссий барқарорликни талаб қилади, шу боис у касбий толиқишга энг кўп мойил соҳалардан бири ҳисобланади. Тадқиқот жараёнида ЭТС тарқалиши, даволаш харажатлари ва психопрофилактика дастурларини жорий этишдан олинadиган иқтисодий самара таҳлил қилинди. Таъсир баҳоланди ва мунтазамликлар тавсифландики, бундай чоралар тиббий хизмат сифатини ошириши, харажатларни камайтириши ҳамда иш шароитларини яхшилашга хизмат қилади.

Калим сўзлар: эмоционал толиқиш синдроми, ҳамширалар, касбий стресс, психопрофилактика, самарадорлик.

Abstract. It was found that burnout syndrome (BS) is a serious issue among healthcare professionals, especially nurses. This condition results in reduced quality of medical care, increased errors, higher staff turnover, and deterioration of nurses' health. It was installed that effective psychoprophylactic programs not only support the psychological and physical well-being of employees but also bring measurable economic benefits. It was found that nursing practice, due to constant interaction and emotional involvement, is among the most vulnerable professions to burnout development. The impact was evaluated through an analysis of the prevalence of BS, treatment costs, and the economic outcomes of implementing psychoprophylactic measures. The regularities are characterized, showing that such interventions improve the quality of healthcare services, reduce costs, and create more favorable working conditions. The problem was also considered within the broader context of professional stress and healthcare efficiency.

Keywords: burnout, nurses, stress, socio-psychological training, effectiveness.

Кириш. Эмоционал толиқиш синдроми (ЭТС) тиббий ходимлар, айниқса ҳамширалар учун кўп қиррали муаммо бўлиб, у тиббий, психологик ва педагогик нуқтаи назардан ўрганилмоқда. Бу ҳолат ҳамширалик соҳасидаги ижтимоий аҳамияти юқорилигини кўрсатади. Жаҳон статистикасига кўра, иш жараёнининг ўзига хослиги туфайли ҳамширалар касбий стрессга энг кўп дуч келувчи тоифа ҳисобланади [3, 12].

2012–2022 йилларда турли манбалардан (CINAHL, Web of Science, PubMed) тўпланган ва 30 дан ортиқ мамлакатни қамраб олган маълумотлар таҳлиliga кўра, ҳамшираларда эмоционал толиқишнинг тарқалиши тахминан 30% ни ташкил этади. АҚШда 2021 йилда 4 миллионга яқин ҳамшира ўртасида ўтказилган сўровда иштирок этганларнинг учдан бир қисми ЭТни касбни тарқатишнинг асосий сабаби сифатида кўрсатган, 40%

дан ортиғи эса шу сабаб билан ишдан кетишни режалаштираётганини билдирган [5, 13].

Чет элда бу масала қарийб 30 йилдан бери ўрганилиб келинмоқда ва W.B. Schaufeli, S. Jackson, C. Maslach каби олимлар катта ҳисса қўшган. Мамлакатимиз олимлари [3, 4, 7, 9, 11] томонидан ҳам назарий жиҳатдан муҳим ишлар қилинган бўлса-да, амалиётда ЭТнинг олдини олиш йўналишидаги тадқиқотлар етарлича аниқ эмас [2, 8, 10].

Айниқса, ҳамшираларнинг шахсий хусусиятларини ўрганиш бўйича тадқиқотлар етишмаслиги касбий стресс, хавотир ва сурункали чарчоққа қарши самарали курашишга тўсқинлик қилмоқда. Шунингдек, психологик қўллаб-қувватлаш, иш муҳитини соғломлаштириш, беморлар билан муносабатларни яхшилаш ва касбий самарадорликни оширишга қаратилган комплекс дастурлар етарли даражада ишлаб чиқилмаган.

Тадқиқот мақсади — ҳамшираларда эмоционал толиқиш синдромини эрта аниқлаш ва бартараф этишда психопрофилактик тадбирларни жорий этишнинг иқтисодий самарадорлигини ўрганиш.

Тадқиқот материаллари ва усуллари. Ушбу тадқиқотда ЭТС даражасини баҳолаш учун психометрик таҳсис усулларида фойдаланилди. Ҳамшираларда ЭТС даражасини камайтиришга қаратилган психопрофилактика дастури ишлаб чиқилиб, жорий этилди. Дастур стрессни бошқариш, ўзини-ўзи назорат қилиш ва эмоционал қўллаб-қувватлаш бўйича тренинглари, шунингдек психолог билан индивидуал маслаҳатларни ўз ичига олди. Унинг самарадорлиги дастур амалга оширилганидан олдин ва кейинги кўрсаткичларни таққослаш ҳамда иқтисодий кўрсаткичлар (масалан, иш қобилиятини йўқотиш варақалари сони) динамикасини таҳлил қилиш орқали баҳоланди.

Тадқиқотда Тошкент шаҳри, Сирдарё, Фарғона, Хоразм ва Қашқадарё вилоятларидан жами 1167 ҳамшира иштирок этди. ЭТС даражасини баҳолаш учун Maslach Burnout Inventory (MBI) тестидан фойдаланилди. Респондентлар

билан тўғридан-тўғри интервьюлар ўтказилиб, уларнинг руҳий саломатлиги, касбий стресс даражаси, меҳнат ва дам олиш режими ҳақида маълумот олинди. Шахсий хусусиятлар ва касбий омиллар таъсирини аниқлаш учун Спилбергер–Ханин анкетаси орқали реактив хавотир даражаси ўрганилди. Шунингдек, Госпитал хавотир ва депрессия шкаласи (HADS) қўлланилиб, хавотир, кўркув, ҳаётга қизиқиш ва депрессив ҳолатларга мойиллик ўрганилди.

Жисмоний ҳолат Руфье–Диксон индекси ёрдамида баҳоланди. Қон айланиш тизимининг адаптациян салоҳияти эса Р.М. Баевский методикаси орқали аниқланди, унда респондентларнинг бўйи, вазни, ёши, қон босими ва юрак уриш частотаси ҳисобга олинди. Диккат ва ақлий фаолиятни баҳолаш учун Бурдон тести қўлланилди. У умумий иш қобилияти, диққатнинг тўпланиши, барқарорлиги ва чарчаш даражасини кўрсатди. Шунингдек, умумий ҳолат ва кайфият «САН» экспресс-тести орқали баҳоланди.

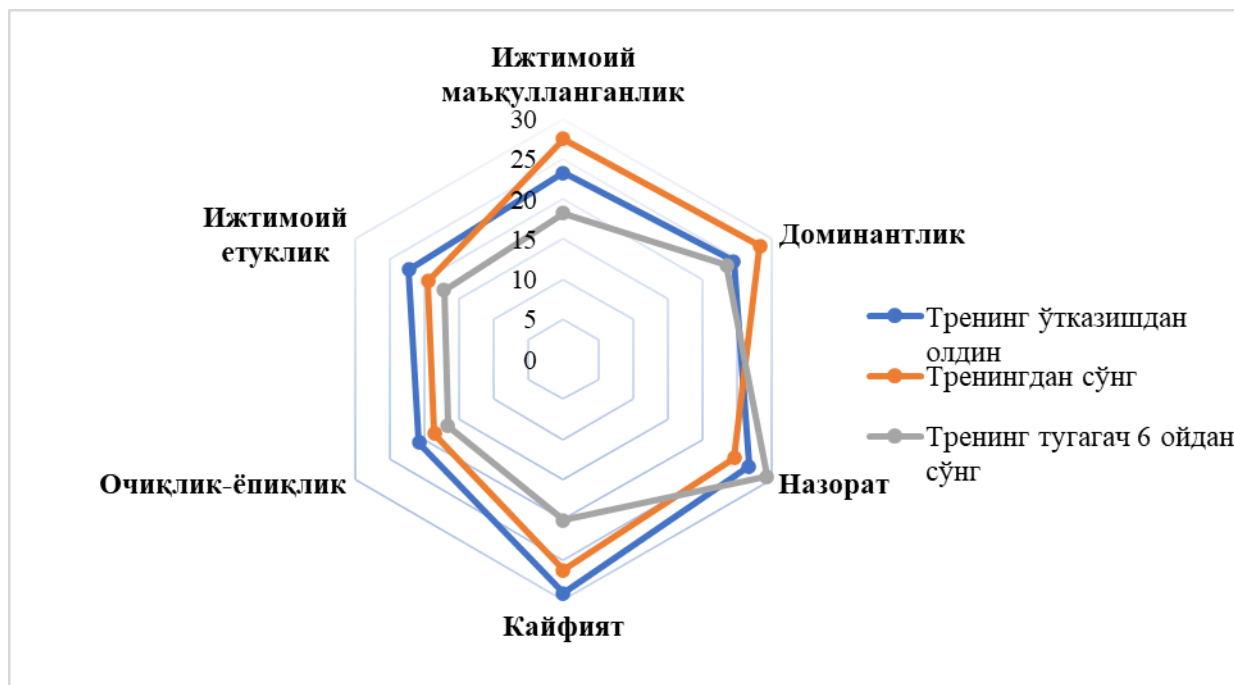
Тадқиқот натижалари ва муҳокамаси. Тадқиқот доирасида Тошкент шаҳри ва айрим вилоятларда фаолият юритувчи стационар ҳамда патронаж ҳамшираларнинг руҳий саломатлиги таҳлил қилинди. Уларда ЭТС, шахсий ва реактив хавотир, шунингдек депрессив ҳолатлар даражаси ўрганилди. Жамланган маълумотлар асосида турли гуруҳларда ЭТС даражалари таққосланди.

Натижаларга кўра, стационар ҳамшираларда ЭТС паст даражада $7,9 \pm 0,47\%$, ўртача — $48,4 \pm 0,58\%$ ва юқори — $43,7 \pm 0,54\%$ ҳолларда аниқланди. Патронаж ҳамшираларда эса бу кўрсаткичлар $10,5 \pm 0,52\%$, $42,1 \pm 0,66\%$ ва $47,4 \pm 0,62\%$ ни ташкил этди. Гуруҳлар орасидаги фарқ катта бўлмаса-да, патронаж ҳамшираларда ЭТС кўрсаткичи биров юқори бўлиб, бу уларнинг вазифалари кўп қирралилиги билан изоҳланиши мумкин.

Касбий стресс шароитида хроник руҳий зўриқиш ва хавотир ЭТС ривожланишининг асосий омили бўлиб, ҳаёт сифатини пасайтиради. Депрессия шкаласи бўйича натижалар статистик аҳамиятга эга бўлмагани сабабли фақат хавотир ва ЭТС ўртасидаги боғлиқлик алоҳида ўрганилди.

Жадвал 1. Стационар ҳамшираларда ЭТС Когорталарида клиник жиҳатдан аҳамиятли хавотир даражасининг тақсимланиши

Группы наблюдения, (n=517)	Ўртача қиймат, $M \pm m$	Улуш ва стандарт квадратик оғиш ($\% \pm \sigma$)	P ($T \leq t$) $p < 0,05$	Корреляция коэффициентини (r)
I гуруҳ Назорат (n=41)	$11,9 \pm 2,26$	$48,8 \pm 2,15$	$p > 0,05^*$	0,245 тўғри ва кучсиз
II гуруҳ (n=250)	$12,7 \pm 2,12$	$61,6 \pm 2,50$	$p < 0,05$	0,532 тўғри ва сезиларли
III гуруҳ (n=226)	$13,4 \pm 2,12$	$78,3 \pm 2,56$	$p < 0,05$	0,904 тўғри ва кучли



Расм 1. Ҳамшираларда Гиссен шахсият тестининг “МЕН” варианты мезонларининг тақсимланиши

Таҳлилларга кўра, клиник аҳамиятга эга хавотир кўпчиликда кузатилди: I гуруҳда — 48,8%, II гуруҳда — 61,6%, III гуруҳда — 78,3%. Айниқса, III гуруҳда хавотир ва ЭТСнинг юқори даражалари қайд этилгани боис, улар ўртасида Пирсон усули бўйича корреляция аниқланди (1-жадвал).

Стационар ҳамширалар ичида хавотирнинг энг юқори даражаси жарроҳлик бўлимларида (30,9%), шошилиш ёрдам ва реанимацияда (27%), онкологияда (18%), терапияда (14,6%) қайд этилди. Энг паст кўрсаткич эса акушерлик-гинекология йўналишида (9,9%) кузатилди.

Эмоционал толиқиш синдроми (ЭТС) олдини олиш ва бартараф этиш бўйича чоралар самарадорлигини ўрганишда аниқландики, психопрофилактик ва психокоррекцион тадбирлар амалда ўз самарасини кўрсатиб, ўрта тиббиёт ходимлари учун иш муҳитини яхшилаш, муаммоларни ҳал қилишда тўсиқ бўлувчи стереотипларни йўқотиш, ходимлар етишмовчилигини бартараф этиш ва беморлар билан муносабатни самаралироқ йўлга қўйиш имконини берди.

Шахсий ўзгаришлар ва тренинглар ўтказиш натижасида Гиссен шахсий тестининг «Мен» вариантыда иштирок этган ҳамшираларда шахсий ривожланиш динамикаси кузатилди. Тренинглар натижасида ижтимоий маъқуллаш, очкилик, ижтимоий етуклик ва доминантлик даражалари пасайди. Бу ўзгаришлар тренинг жараёнида ҳам, кейинги вақт мобайнида ҳам сақланиб қолди. Ҳамширалар ўзларида очкилик, мулоқот кўникмалари, ижтимоий етуклик ва ишончнинг ортганини қайд этдилар (1-расм).

Иқтисодий самарадорлиқни баҳолаш:

Ҳамшираларда ЭТСнинг олдини олиш иқтисодий жиҳатдан ҳам аҳамиятли экани аниқланди:

1. Кескин ҳолатлар сони – тадқиқотларга кўра, ҳамшираларнинг 93,2%ида ўрта ва юқори даражада ЭТС мавжуд. Бу касаллик варақалари сонининг ортишига олиб келади.

2. Бир ҳолат баҳоси – масалан, 2023 йил сентябрида 8 кун касаллик варақаси олган ҳамшира Н.нинг ойлик маоши 3 млн сўм бўлиб, унга тўланган тўлов 779 973 сўмни ташкил этди.

3. Йиллик иқтисодий самара – психопрофилактика тадбирлари орқали умумий йўқотишларнинг олди олиниб, йилига тахминан 848 610 624 сўм иқтисодий самара бериш мумкинлиги ҳисоблаб чиқилди.

4. Иқтисодий фойдадан ташқари тиббий ёрдам сифати ошиши, жамоада соғлом психологик муҳит яратилиши, ҳамшира касби нуфузининг ошиши ва малакали мутахассислар жалб қилиниши каби натижалар қайд этилди.

Хулосалар:

1. Патронаж ҳамшираларида эмоционал толиқиш синдроми (ЭТС) кўрсаткичлари стационарда ишловчи ҳамшираларга нисбатан юқорилик экани аниқланди. Ҳар икки тадқиқот гуруҳида ҳам клиник жиҳатдан аҳамиятли хавотирланиш ҳолатлари устунлик қилди.

2. Ижтимоий-психологик тренинг гуруҳда олиб бориладиган самарали метод сифатида ўзини оқлади. У орқали қатнашчиларда ижобий ҳис-туйғулар шаклланади, шахсий ривожланишга туртки берилади, шунингдек, касбий стресс ва реактив хавотирланишни бартараф этиш имкони яратилади.

3. Эмоционал толиқиш синдроми профилактикасини жорий этиш ҳамширалар соғлиги ва рухий барқарорлигини таъминлашда муҳим кадам бўлиб, психопрофилактикага қилинган сармоя касаллик варақаларининг камайиши, тиббий ёрдам сифатининг ошиши ва жамоада соғлом психологик муҳит шаклланиши орқали ўзини тўлиқ оқлайди.

Адабиётлар:

1. Семенова Н.В., Вьяльцин А.С., Авдеев Д.Б., Кузюкова А.В., Мартынова Т.С. (2007). Эмоциональное выгорание у медицинских работников. Современные проблемы науки и образования, 2.
2. Мусаев У. Ю., Ризаев Ж. А., Хайдаров Н. К. Концепция опережающей стимуляции познавательной деятельности инновационным интерактивным обучением по стоматологии в последипломном образовании // Медицинские новости. – 2020. – №. 12 (315). – С. 61-62.
3. Ризаев Ж. А., Рузимуротова Ю. Ш., Тураева С. Т. Влияние социально-гигиенических факторов труда и быта на здоровье медицинских сестер //Scientific progress. – 2022. – Т. 3. – №. 1. – С. 922-926.
4. Уразалиева И.Р., Раманова Д.Ю., Қахарова А.Л. Ўрта тиббиёт ходимларида эмоционал зўриқиш синдроми даражаларини аниқлаш ва олдини олиш чора-тадбирлари. Вестник Ташкентской медицинской академии 2021, № 3, с. 194-196
5. Усманбекова Г. К., Ризаев Ж. А., Уразалиева И. Р. Особенности последипломного обучения медицинских сестер, работающих в стоматологических учреждениях // Медицинские новости. – 2020. – №. 12 (315). – С. 74-76.
6. Abushaikha, L. and Saca-Hazboun, H. (2009). Job Satisfaction and Burnout among Palestinian Nurses. Eastern Mediterranean Health Journal,. № 15, 190-197. [in English]. <https://doi.org/10.26719/2009.15.1.190>
7. Jeannie P, Cimiotti, Linda H., Aiken, L., Sloane D. M., and Evan S Wu. (2012) Nurse Staffing, Burnout, and Health Care-Associated Infection. American Journal of Infection Control, 40, 486-490. [in English]. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2012.02.029>
8. Heather K. Spence Laschinger, Ashley L. Grau, Joan Finegan, Piotr Wilk (2010) New Graduate Nurses' Experiences of Bullying and Burnout in Hospital Settings. Journal of Advanced Nursing, 66, 2732-2742. [in English]. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2010.05420>
9. Heather K. Spence Laschinger, Ashley L. Grau (2012) .The Influence of Personal Dispositional Factors and Organizational Resources on Workplace

Violence, Burnout, and Health Outcomes in New Graduate Nurses: A Cross-Sectional Study. International Journal of Nursing Studies, -49, 282-291. [in English]. <http://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2011.09.004>

10.Khaydarov N.K., Ramanova D.Yu., Normuradova A.D. Analysis of the cost of working time of Nurses of the oncology service. Medicine and innovations № 2, 2021, p. 6-8, ISSN 2181-1644

11.Khaydarov N.K., Ramanova D.Yu., Usmanbekova G.K. Manifestations of burnout syndrome in listeners of nursing advanced training courses . Medicine and innovations № 4, 2021, December, P. 87-91

12.Khaydarov N.K., Ramanova D.Yu. Dynamics Of The Influence Of Functional Stress On The Development Of Burnout Syndrome In Nurses. American Journal of Medicine and Medical Sciences 2022, 12(11): 1120-1123 <https://doi.org/10.5923/j.ajmms.20221211.05>

13.Muhammad W. Darawad,Hani Nawafleh,Mahmoud Maharmeh,Ayman M. Hamdan-Mansour,Saleh N. Azzeghaiby (2015). The Relationship between Time Pressure and Burnout Syndrome: A Cross-Sectional Survey among Jordanian Nurses Health Vol.7 No.1, [in English]. <https://doi.org/10.4236/health.2015.71003>

ОЦЕНКА ЭКОНОМИЧЕСКОЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКИХ МЕР ПРИ СИНДРОМЕ ВЫГОРАНИЯ У МЕДСЕСТЁР

Усманбекова Г.К., Раманова Д.Ю.

Резюме. Установлено, что синдром эмоционального выгорания (СЭВ) является серьёзной проблемой для медицинских работников, особенно для медсестёр. Данное состояние приводит к снижению качества медицинской помощи, увеличению количества ошибок, росту текучести кадров и ухудшению здоровья медсестёр. Выявлено, что эффективные психопрофилактические программы не только улучшают психическое и физическое состояние сотрудников, но и приносят экономическую выгоду. Определено, что сестринская деятельность требует постоянного общения и эмоциональной устойчивости, вследствие чего эта сфера наиболее подвержена профессиональному выгоранию. В ходе исследования были проанализированы распространённость СЭВ, расходы на лечение и экономическая эффективность внедрения психопрофилактических программ. Оценено влияние и охарактеризованы закономерности, согласно которым данные меры способствуют повышению качества медицинских услуг, сокращению затрат и улучшению условий труда.

Ключевые слова: эмоциональное выгорание, медсестры, профессиональный стресс, психопрофилактика, эффективность.