

لزوم حمایت از سلامت روان جامعه پرستاری ایران با استفاده از رویکردهای نوین علمی طی پاندمی کووید-19

محمدحسین اسماعیل زاده^{1,2}، شاندیز مصلحی³

1. مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران
2. سازمان اورژانس کشور، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، تهران، ایران
3. مرکز تحقیقات علوم مدیریت و اقتصاد سلامت، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

(تاریخ دریافت: 00/4/20 تاریخ پذیرش نهایی: 00/5/29)

سر دبیر محترم

پاندمی کرونا ویروس علاوه بر اثرات سوء بر سلامت جسمانی، تهدیدی جدی برای سلامت روان است (1). پرستاران در خط مقدم درمان بیماران مبتلا به بیماری کووید-19 به دلیل تماس نزدیک و مداوم با این بیماران، در معرض ریسک بالای ابتلا به آلوده شدن قرار داشته و سطوح بالایی از فرسودگی شغلی را در طول همه‌گیری تجربه کرده (2) و مستعد واکنش‌های هیجانی و فشارهای روانی پیچیده‌ای هستند (3). فرسودگی شغلی و پیامدهای آن می‌تواند منجر به علائم روان‌شناختی متعددی در پرستاران شود (4). مشکلات سلامت روان می‌تواند توجه، درک، عملکرد شناختی و توانایی تصمیم‌گیری بالینی آن‌ها را از بین ببرد. در نتیجه بروز خطاها و حوادث پزشکی را افزایش داده و در نهایت بیماران را در معرض خطر قرار می‌دهد (3). بنابراین، حفظ سلامت روان پرستاران برای کنترل بهتر پاندمی کووید-19 ضروری به نظر می‌رسد (4).

مطالعات کیفی و کمی انجام‌شده نشان داده است پرستاران طی پاندمی کووید-19 با علائم روان‌شناختی متعددی از جمله افسردگی، عصبانیت، نگرانی در مورد بیماری، اضطراب، انکار، بی‌خوابی، اختلال استرس پس از سانحه، ترس، افکار پارانوئیدی، افکار خودکشی، سوءمصرف مواد و تجربه سطوح بالای فرسودگی شغلی مواجه بوده‌اند (3-5).

روش‌ها و رویکردهای مختلفی در بسیاری از کشورهای دنیا به دنبال شیوع کرونا ویروس به‌منظور حمایت از سلامت روان پرستاران انجام‌شده است. گرچه به دنبال شیوع پاندمی در کشور برخی اقدامات حمایتی توسط سیاست‌گذاران امر صورت پذیرفت، با این وجود، سعی نمودیم با بررسی متون در سایر کشورها و جمع‌بندی آن‌ها راهکارهایی را در راستای حمایت از سلامت روان پرستاران پیشنهاد نماییم که بایستی با مشورت سیاست‌گذاران و مدیران پرستاری کشور، تحلیل وضعیت موجود سلامت روان پرستاران و هزینه اثربخشی این رویکردها و با در نظر گرفتن احتمال تداوم امواج پاندمی کووید-19 علی‌الخصوص شناسایی سوبه جدید Omicron در کشور، نسبت به بهکارگیری و اجرای آن‌ها اقدام نمود.

1. ایجاد بستر مناسب برای ارائه مشاوره بهداشت روان یکپارچه با توسعه مدل‌های حمایتی مختلف مبتنی بر وب و ارائه خدمات مراقبت‌های بهداشت روان از راه دور، طراحی سیستم حمایت روانی آنلاین از طریق ایجاد یک خط داغ (Hot Line) جهت حمایت‌های اجتماعی-روانی پرستاران، توسعه برنامه هوش مصنوعی برای افراد در معرض خود آسیبی (Self-harm)
2. ارتقا خودکارآمدی و افزایش سطح تاب‌آوری پرستاران با آموزش پرستاران در زمینه مهارت‌های ارتباطی، اجرای تاکتیک‌های حل مسئله برای مقابله با مشکلات روان‌شناختی احتمالی با استفاده از ظرفیت تیم‌های سلامت روان
3. انجام مطالعات کیفی و شناسایی تعارضات و استرس‌های وارده بر پرستاران در کشور و بر اساس آن اقدامات حمایتی در تمام سطوح مدیریتی پرستاری
4. شناسایی عوامل خطر فرسودگی شغلی که می‌تواند سلاح مهمی جهت واکنش بهتر در برابر امواج کووید در آینده باشد. در این راستا بر اساس نتایج مطالعات انجام شده راهکارهایی چون افزایش حمایت اجتماعی، بروز بودن و افزایش سطح آموزش تخصصی در مورد بیماری کووید، بهکارگیری پرستاران با سن بالاتر، تزیق منابع مالی و نیروی انسانی کافی در بیمارستان‌ها پیشنهاد می‌گردد.
5. مدیریت و پیشگیری از ایجاد مشکلات پوستی ناشی از بهکارگیری گسترده تجهیزات حفاظت شخصی (Personal Protective Equipment) در کنار تداوم آموزش‌های ضروری کنترل عفونت بر اساس آخرین بازنگری در دستورالعمل‌های ابلاغی
6. استفاده از پرستاران با سطح بالای آموزش و تجربه حرفه‌ای در بخش‌های کووید

در پایان خاطرنشان می‌کند اجرای برنامه‌ها و استراتژی‌های حمایتی ویژه پرستاران، ضمن ارتقای سلامت روان آن‌ها می‌تواند گامی مؤثر در بهبود مراقبت و به تبع آن بهبود پیامدهای مراقبت از بیماران بستری مبتلا به کوید 19 باشد، که خود می‌تواند زمینه پژوهش‌های آتی باشد.

References

1. Cosic K, Popovic S, Sarlija M, Kesedzic I. Impact of Human Disasters and COVID-19 Pandemic on Mental Health: Potential of Digital Psychiatry. *Psychiatr Danub*. 2020;25-31.
2. Galanis P, Vraika I, Fragkou D, Bilali A, Kaitelidou D. Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *Journal of advanced nursing*. 2021;77(8):3286-302.
3. Guo J, Liao L, Wang B, Li X, Guo L, Tong Z, et al. Psychological effects of COVID-19 on hospital staff: a national cross-sectional survey of China mainland. Available at SSRN 3550050. 2020.
4. Cai W, Lian B, Song X, Hou T, Deng G, Li H. A cross-sectional study on mental health among health care workers during the outbreak of Corona Virus Disease 2019. *Asian Journal of Psychiatry*. 2020;51:102111.
5. Repon MAU, Pakhe SA, Quaiyum S, Das R, Daria S, Islam MR. Effect of COVID-19 pandemic on mental health among Bangladeshi healthcare professionals: A cross-sectional study. *Science Progress*. 2021;104(2):00368504211026409.