

УДК 159

DOI: 10.34670/AR.2021.94.87.029

Психологическая безопасность медицинских работников в период пандемии

Леонтьева Диана Ильгизаровна

Психолог-тренер,
руководитель проекта,
Тренинговый проект преобразования «Жить себя»,
620130, Российская Федерация, Екатеринбург, ул. Степана Разина, 2–252;
e-mail: diana.leontyeva@gmail.com

Аннотация

Во время пандемии, вызванной вирусом SARS-CoV-2, на передовой борьбы находятся работники учреждений здравоохранения, на которых ложится не только значительная физическая, но и эмоциональная нагрузка. В то же время медицинские работники подвержены высокому риску заражения COVID-19. Нахождение в состоянии постоянного эмоционального напряжения с течением времени приводит к возникновению как психических, так и соматических расстройств. В данном исследовании был проведен систематический поиск литературы, в результате которого для анализа были отобраны статьи с сообщениями о психических и поведенческих расстройствах во время пандемии. Основная группа расстройств - расстройства тревожно-депрессивного спектра. По разным данным, от четверти до трети медицинских работников испытывают клинически значимое беспокойство, около трети - депрессию. Установлено, что управление психологическими кризисами во время пандемий должно основываться на психогигиенических и психопрофилактических мерах как на уровне отдельного человека, так и на уровне общества в целом.

Для цитирования в научных исследованиях

Леонтьева Д.И. Психологическая безопасность медицинских работников в период пандемии // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2021. Т. 10. № 2А. С. 59-64. DOI: 10.34670/AR.2021.94.87.029

Ключевые слова

Психическое здоровье, медицинские работники, COVID-19, SARS-CoV-2, 2019-nCoV.

Введение

Ситуация пандемии COVID-19, которая возникла во всем мире, внесла много существенных изменений в повседневную жизнь, что обусловило необходимость осмысления ряда проблем, касающихся психологии здоровья медицинских работников. Поскольку именно медицинский персонал является одним из ключевых ресурсов государства в ситуации пандемии. Сведения о психическом и психологическом состоянии медицинских работников, участвующих в ликвидации коронавирусного заболевания, вызванного вирусом, позволяют предположить, что эти последствия могут привести к опасностям, которые будут превышать последствия самой пандемии. Поэтому поддержание физического и психического здоровья персонала имеет очень важное значение для борьбы с пандемией.

Медицинские работники относятся к группе высокого риска заболеваемости COVID-19. О чем свидетельствуют данные с февраля по апрель 2020 года в США: 19% (9282 человека) от всех больных COVID-19 были медицинскими работниками из которых 27 (0,3%) человек умерли. В Ухане COVID-19 был подтвержден в 1496 медицинских работников, что составило 4,6% от всех случаев коронавирусной инфекции. Подтвержденный ежедневный уровень заболеваемости медицинских работников в течение всего периода в Ухане был 130,5 случаев на миллион человек (95%).

Чрезмерная психическая нагрузка на медицинских работников, которые находятся в местах вспышек пандемии и имеют повышенный риск заражения и психологического травмирования при уходе за инфицированными пациентами, имеет как краткосрочные, так и долгосрочные последствия для психического здоровья и психологического благополучия.

Анализ источников свидетельствует о том, что за последнее время ряд ученых и практиков представили публикации, касающиеся особенностей организации, профессиональной деятельности и обучения медицинских работников в период пандемии COVID-19. Вместе с тем, почти отсутствуют комплексные исследования, касающиеся психологических проблем психологии здоровья и безопасности медицинских работников в условиях пандемии COVID-19.

Цель исследования: определить особенности поддержки психического здоровья и психосоциальные интервенции в условиях пандемии COVID-19, реагирования и восстановления.

Результаты теоретического анализа проблемы

Психология здоровья медицинского персонала в условиях пандемии COVID-19 является актуальным направлением исследований в психологии, направленном на диагностику актуальных проблем психологии здоровья медицинского персонала, разработку психологических технологий поддержки персонала организации и обеспечение психолого-организационных условий для эффективности деятельности в данный период.

Сейчас пандемия COVID-19 вызвала психологический дистресс среди больших групп населения и является потенциальным триггером риска возникновения различных психических, неврологических расстройств и появления деструктивных моделей поведения. COVID-19 ухудшает ранее имеющиеся психические расстройства и ассоциируется с неврологическими

проявлениями. Стоит помнить и о косвенных последствиях, связанных с принудительной изоляцией, ограничениями относительно передвижения, потерей работы, частичным доступом к образованию или другими видами социально-экономического воздействия [Психические реакции и нарушения поведения у лиц с COVID-19, [www...](#)].

Кроме упомянутых негативных факторов, медицинские работники испытывают сейчас еще и влияния специфических факторов, связанных с суровыми мерами биобезопасности, повышенными требованиями к условиям труда, необходимостью сообщать плохие новости и видеть страдания и смерть пациентов, пониженной способностью пользоваться социальной помощью, недостаточной личной способностью реализовывать базовую заботу о себе, недостатком информации о долгосрочном взаимодействии с лицами, инфицированными COVID-19, страхом инфицировать друзей или родных, пребыванием на карантине. Конечно, эти факторы истощают медиков как физически, так и эмоционально, отрицательно сказываясь на выполнении профессиональных обязанностей и личной жизни. Поэтому своевременное реагирование на нарушения психического здоровья медицинского персонала является крайне важным [Психологическая и психиатрическая помощь в период пандемии COVID-19, [www...](#)].

Для содействия разработке механизмов работы с психическим здоровьем и психосоциальной поддержкой при COVID-19, реагирования и восстановления Всемирная организация здравоохранения начала учебный курс для медицинских работников «Психическое здоровье и психосоциальная поддержка при подготовке к COVID-19, реагирования и восстановления». Он состоит из трех модулей и рабочей встречи с руководителями учреждений здравоохранения.

Этот учебный курс имеет целью обеспечить психическое здоровье и психосоциальную поддержку как неотъемлемую часть реагирования сектора здравоохранения на чрезвычайные ситуации, в частности пандемии COVID-19, а также способствовать психосоциальному благосостоянию медицинских работников на этапах подготовки, реагирования и восстановления.

Для более эффективного решения насущных психологических проблем людей, вовлеченных в эпидемию COVID-19, китайские исследователи разработали новую модель психологического кризисного вмешательства с использованием интернет-технологий (рис. 1). Эта модель объединяет врачей, психиатров, психологов и социальных работников на интернет-платформе для психологического вмешательства по отношению к пациентам, их семей и медицинского персонала [Liu, Yang, Zhang, Xiang, Liu, Hu, 2016, с.26].

Это комплексная система реагирования на психологические кризисы, которая позволяет предоставлять услуги по психическому здоровью в режиме онлайн. Меню этих услуг включает: интернет-опрос о состоянии психического здоровья, связанного со вспышкой COVID-19; интернет-образование по вопросам психического здоровья в период пандемии; услуги консультирования и интервенции для самопомощи, включая когнитивно-поведенческую терапию при депрессивных, тревожных, стрессовых расстройствах и бессоннице.

Медицинские работники являются особой группой, которая требует большой социальной поддержки, и они также являются важной силой для оказания социальной поддержки пациентам. Чтобы гарантировать их постоянную эффективную работу, следует следить за состоянием их психического здоровья и оказывать непрерывную своевременную помощь для их поддержки.

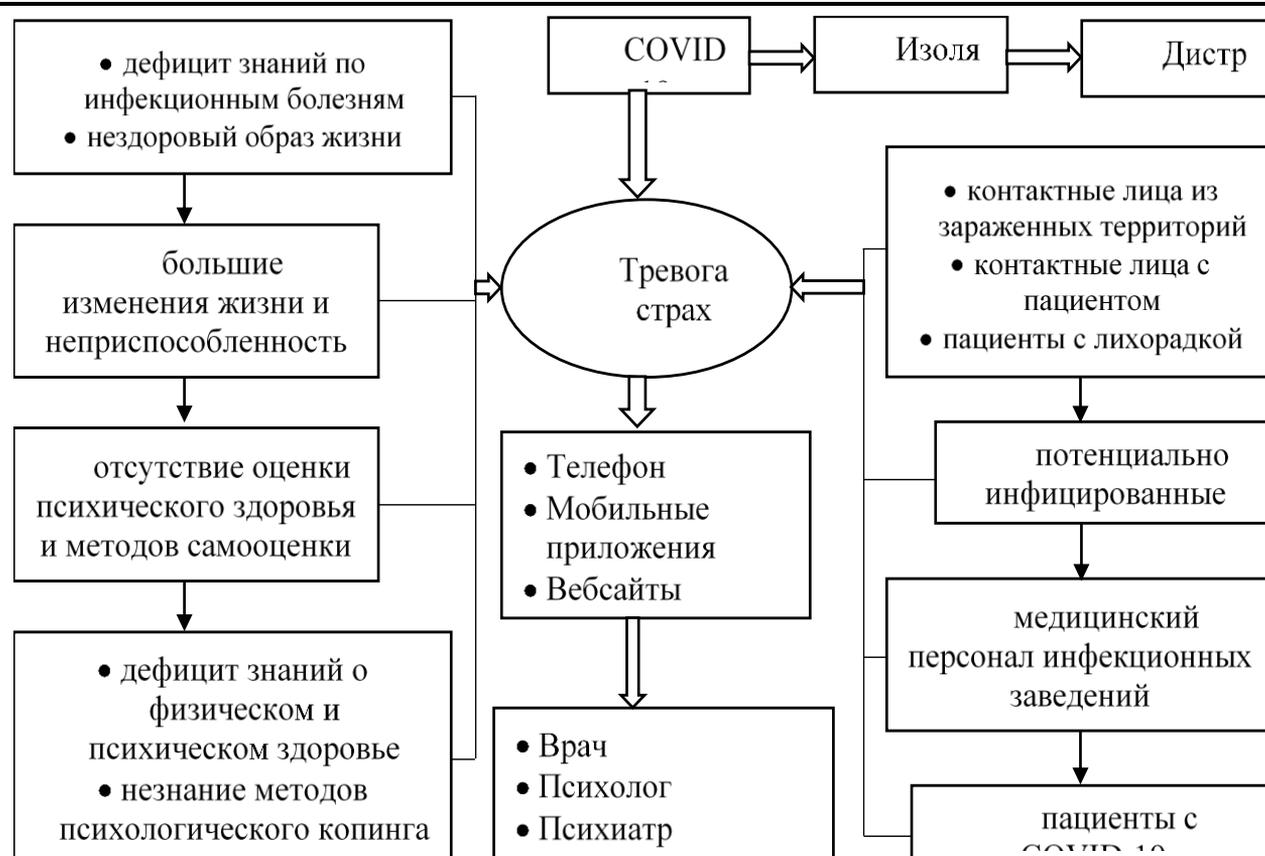


Рисунок 1 – Модель психологического кризисного вмешательства

Заключение

Данные проведенного научно-теоретического анализа состояния психического здоровья работников медицинских учреждений, оказывающих помощь больным COVID-19, указывают на значительную распространенность в них тревожно-депрессивных расстройств и расстройств сна, что является фактором риска роста уровня психосоматических расстройств и посттравматического стрессового расстройства. Влияние социально-психологических и специфических для медицинских работников стрессовых факторов является значимым и требует использования современных интернет-технологий социально-психологического кризисного вмешательства.

Таким образом, охрана психического здоровья и социально-психологическая поддержка медицинских работников является одним из важных направлений борьбы с пандемией коронавирусной болезни. Управление психологическими кризисами во время пандемии должно опираться на психогигиенические и психопрофилактические меры как на уровне индивида, так и на уровне общества в целом.

Библиография

1. Мосолов С.Н. Актуальные задачи психиатрической службы в связи с пандемией COVID-19. Современная терапия психических расстройств. 2020; 2. DOI:10.21265/PSYPH.2020.53.59536.
2. Падун М.А. COVID-19: риски психической травматизации среди медицинских работников. Available at: www.ipras.ru/cnntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/m-a-padun-covid-19-riski-psihich.html [дата обращения 12.12.2020].

3. Психические реакции и нарушения поведения у лиц с COVID-19 (информационное письмо, подготовленное МНИИП). Available at: <https://psychiatr.ru/download/4701?view=1&name=реакции.pdf> [дата обращения 20.12.2020].
4. Психологическая и психиатрическая помощь в период пандемии COVID-19. Российское общество психиатров. <https://psychiatr.ru/news/1102>
5. CDC. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in the U.S. [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. 2020. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/casesupdates/cases-in-us.html>
6. Pan A, Liu L, Wang C, Guo H, Hao X, Wang Q, et al. Association of Public Health Interventions With the Epidemiology of the COVID-19 Outbreak in Wuhan, China. JAMA. 2020: <https://doi.org/10.1001/jama.2020.6130>
7. Liu S, Yang L, Zhang C, Xiang Y-T, Liu Z, Hu S, et al. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. Lancet Psychiatry. 2020 Feb 18. doi: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30077-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30077-8)
8. Leszcz M., Maunder R., Hunter J. Psychological support for health care workers during the COVID-19 pandemic // CMAJ. – 2020. – Т. 192. – №. 24. – С. E660-E660.
9. Ruiz-Frutos C. et al. Information on COVID-19 and psychological distress in a sample of non-health workers during the pandemic period // International Journal of Environmental Research and Public Health. – 2020. – Т. 17. – №. 19. – С. 6982.
10. Hu Z., Chen B. The status of psychological issues among frontline health workers confronting the coronavirus disease 2019 pandemic // Frontiers in Public Health. – 2020. – Т. 8. – С. 265.

Psychological safety of health workers during a pandemic

Diana I. Leont'eva

Psychologist-trainer,
Project Manager,
Transformation Training Project "Live Yourself",
620130, 2–252, Stepan Razin str., Yekaterinburg, Russian Federation;
e-mail: diana.leontyeva@gmail.com

Abstract

During the SARS-CoV-2 pandemic, health workers are at the forefront of the fight, with both physical and emotional stress. At the same time, healthcare workers are at high risk of contracting COVID-19. Being in a state of constant emotional stress over time leads to the emergence of both mental and somatic disorders. A systematic literature search was carried out, which resulted in the selection of articles with reports of mental and behavioral disorders during the pandemic for analysis. The main group of disorders is anxiety-depressive spectrum disorders. According to various sources, from a quarter to a third of health care workers experience clinically significant anxiety, about a third - depression. It has been established that the management of psychological crises during pandemics should be based on psychohygienic and psycho-preventive measures both at the level of the individual and at the level of society as a whole.

For citation

Leont'eva D.I. (2021) Psikhologicheskaya bezopasnost' meditsinskikh rabotnikov v period pandemii [Psychological safety of health workers during a pandemic]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 10 (2A), pp. 59-64. DOI: 10.34670/AR.2021.94.87.029

Keywords

Mental health, medical workers, COVID-19, SARS-CoV-2, 2019-nCoV.

References

1. Bream M., Maunder R., Hunter J. Psychological support for health workers during the COVID-19 pandemic // CMAJ. - 2020. - Vol. 192. - no. 24. - p. E660-E660.
2. CDC. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) in the United States [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. 2020. Available at: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/casesupdates/cases-in-us.html>
3. Hu Z., Chen B. The state of psychological problems among frontline health workers facing the 2019 coronavirus disease pandemic //The boundaries of public health. - 2020. - Vol. 8. - p. 265.
4. Liu S, Yang L, Zhang S, Xiang Yi-T, Liu Z, Hu S, etc. Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. Lancet Psychiatry. 2020 Feb 18. doi: [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30077-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30077-8)
5. Mental reactions and behavioral disorders in individuals with COVID-19 (information letter prepared by the IRIIP). Available at: <https://psychiatr.ru/download/4701?view=1&name=1.pdf> [accessed 20.12.2020].
6. Mosolov S. N. Actual tasks of the psychiatric service in connection with the COVID-19 pandemic. Modern therapy of mental disorders. 2020; 2. DOI: 10.21265 / PSYPH. 2020. 53. 59536.
7. Padun M. A. COVID-19: risks of mental traumatization among medical workers. Available at: www.ipras.ru/cntnt/rus/institut_p/covid-19/kommentarii-eksp/m-a-padun-covid-19-riski-psihich.html [accessed 12.12.2020].
8. Pan A, Liu L, Wang C, Guo H, Hao X, Wang Q, etc. Association of public health activities with the epidemiology of the COVID-19 outbreak in Wuhan, China. JAMA. 2020: <https://doi.org/10.1001/jama.2020.6130>
9. Psychological and psychiatric care during the COVID-19 pandemic. Russian Society of Psychiatrists. <https://psychiatr.ru/news/1102>
10. Ruiz-Frutos S. et al. Information on COVID-19 and psychological distress in a sample of non-health care workers during the pandemic //International Journal of Environmental Research and Public Health. - 2020. - Vol. 17. - no. 19. - p. 6982.