

Syndrom vyhoření: běžná nemoc nebo riziko z povolání ve zdravotnictví a pomáhajících profesích

Dr. Beate Schulze – Univerzita Curych

V této přednášce se Dr. Schulze dívá na syndrom vyhoření z několika úhlů pohledu. Zamýšlí se nad tím, zda se jedná o „moderní slovo doby – vyhoření, stres“ nebo o možnou diagnózu.

Popisuje vliv moderního pracovního světa, kdy se od roku 1960 zvýšila produktivita 1 pracovní hodiny o 255% - trend ztráty důvěrných vztahů, ztráta vzorů, zhodnocení práce, zvýšený psychický tlak – odbornost versus podnikatelské svědomí, odosobněn. Seznamuje se studií německých a švýcarských pojišťoven, které udávají nárůst PN v letech 2004-2010 v důsledku psychických potíží až 9krát.

Přednáška se věnuje definici syndromu vyhoření / první 1974 oficiálních záznamů 1947 Dr. Freudenbergem/ a seznamuje s 3 největšími studiemi, možnou diagnostikou a terapií. Kritériem je ztráta energie ve 3 rovinách: kognitivní, emocionální a tělesná, vše vztahováno k pracovní rovině. Diagnostika je možná na neurobiologické rovině, kdy vzorkem slin měříme koncentraci stresového hormonu kortizolu, dále noradrenalinu a neurotransmiteru serotoninu. Měřením srdeční proměnlivosti srdeční frekvence – EKG a vyplněním diagnostických testů. Zde je důležité záznam četnosti vůči určité době – cca 1 rok.

Shrnuje, že syndrom vyhoření vzniká chronickou nerovnováhou mezi pracovním prostředím a zaměstnancem v 6 strategických odvětvích: pracovní zátěž, prostor pro uskutečnění, ohodnocení, týmovost, férovost, žebříček hodnot. Člověk si vytváří zdroje, kterými tuto nerovnováhu vyrovnává. Materiální / finance, domov, možná změna při změně zaměstnání/ sociální / sociální podpora, partnerství/, osobní / sebevědomí/, energetické /volný čas, vědomosti/. Pokud jim však zdroje selhávají nebo se nedoplňují, dojde k selhání vyrovnávacích obran.

Přesto, že syndrom vyhoření nemá diagnózu, stále častěji je řazen mezi dg. Z /u nás F432/. Alarmující čísla pojišťoven jsou důkazem pro stoupající sociální akceptaci stresu a syndromu vyhoření. Ve všech studiích jsou nejvíce postiženi zaměstnanci v pomáhajících profesích- ve zdravotnictví, školství, sociálních službách a urgentní med.