

Νοσοκομειακοί γιατροί στα όρια εξάντλησης

Υπερωρίες, κόπωση και σύνδρομο «burn out» σε Αθήνα και επαρχία

Του ΓΙΑΝΝΗ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ

Τον περασμένο Σεπτέμβριο, η 46χρονη νευρολόγος παραιτήθηκε από το «ανθρακωρυχείο». Έτσι αποκαλεί το νοσοκομείο πρώτης γραμμής στην Αθήνα όπου εργαζόταν για μία δεκαετία. Δεν ήταν μια εύκολη απόφαση. Πάντα ήθελε να γίνει νοσοκομειακός γιατρός. Ζητούσε την τριβή με βαριά περιστατικά στα επείγοντα, τη συνεργασία με «μάχιμους συναδέλφους», την εξέλιξη των γνώσεών της. Από τα πρώτα της βήματα στον χώρο, όμως, προσπαθούσε να συμβιβαστεί με την υποστελέχωση και τις συχνές εφημερίες. «Αρχικά αυτό το ηλίκσιο εργασίας σου δίνει ένα ηρωικό αίσθημα», λέει. «Το πρόβλημα εμφανίζεται όταν ξεπερνιέται το όριο θραύσης και το επάγγελμα γίνεται επικίνδυνο για την ψυχική και σωματική σου υγεία».

Αν και έχουν περάσει οκτώ μήνες από την παραίτησή της, δεν αισθάνεται ακόμη έτοιμη να μιλήσει επίσημα, ούτε θέλει να δημοσιοποιηθεί σε ποιο νοσοκομείο εργαζόταν για να μη «φανεί ότι στρέφεται εναντίον της διοίκησης». Κάθε μήνα της αντιστοιχούσαν τέσσερις γενικές εφημερίες και 12 ετοιμότητας, κατά τις οποίες έπρεπε να εμφανιστεί άμεσα στο νοσοκομείο όποτε την καλούσαν.

Τα τελευταία τρία χρόνια, όμως, η 24ωρη βάρδια κυλούσε για τη νευρολόγο όλο και πιο δύσκολα. Η κλινική δεν διέθετε ειδικευμένους σε σταθερή βάση και η προσέλευση των ασθενών αυξανόταν. Συχνά δεν υπήρχε ούτε γραμματειακή υποστήριξη, ενώ αυτή τη θέση προσπαθούσε να καλύψει κατά καιρούς εθελοντικά μια συνταξιούχος υπάλληλος του νοσοκομείου. «Δεν είχαμε δωμάτιο ανάπαυσης με κρεβάτι και χρησιμοποιούσαμε έναν καναπέ, στρατιωτικά, για διαλείμματα από την ορθοστασία», λέει.

Σταδιακά η νευρολόγος παράτησε σημάδια φθοράς στη συμπεριφορά της. Λέει ότι δούλεψε μηχανικά χωρίς ικανοποίηση, παραμελούσε την οικογένειά της και βίωνε ένα «αίσθημα αόρατης κόπωσης». Αυτά τα συμπτώματα, που παραπέμπουν σύμφωνα με ειδικούς σε «burn out» (εργασιακή εξουθένωση), την οδήγησαν σε παραίτηση.

Όπως φαίνεται από συνεντεύξεις που πραγματοποίησε η «Κ» με ιατρικό προσωπικό σε πέντε νοσοκομεία της Αθήνας και τρία της επαρχίας –και παρουσιάζει κάποιες εξ αυτών ενδεικτικά– αντίστοιχες ιστορίες μοιράζονται αρκετοί συνάδελφοι της νευρολόγου. Οι περισσότεροι αγνοούν τα συμπτώματα, ή τα υπερδιεύθυν με απλό άγχος. Άλλοι τα βιώνουν παροδικά ή βρίσκονται στα πρόθυρα. Αρκετοί δεν τα ταυτοποιούν ποτέ. Πάγια κενά στο Εθνικό Σύστημα Υγείας δεν επιτρέπουν τη διάγνωση ή την πρόληψη του «burn out» και κουρασμένοι γιατροί συνεχίζουν να εργάζονται στα όρια της αντοχής τους.

Φόρτος εργασίας

Για κάποιες ειδικότητες η καθημερινότητα στα νοσοκομεία είναι



Υστερα από πολλές ώρες έντασης για μεγάλο χρονικό διάστημα, οι γιατροί εργάζονται μηχανικά, χωρίς ικανοποίηση, και βιώνουν «burn out» (εργασιακή εξουθένωση).

«Με τους συναδέλφους συζητάμε κάθε μέρα πόσο καταφέραμε να κοιμηθούμε πριν, μετά και κατά τη διάρκεια της εφημερίας. Κατά καιρούς πυροδοτούνται και νεύρα».

ιδιαίτερα απαιτητική. Εδώ και τέσσερις μήνες η νεοσύστατη κλινική θωρακοχειρουργικής στο Αττικό Νοσοκομείο λειτουργεί με δύο ανθρώπους. «Εχω κάνει αίτηση να έρθει ένας επικουρικός γιατρός, προσπαθώ να πάρω κάποιον ειδικευμένο με απόσπαση, αλλά όταν είναι γυμνός από προσωπικό και άλλες κλινικές, τι να σου δώσουν;» λέει ο διευθυντής της θωρακοχειρουργικής, Περικλής Τόμος.

Εχει στη διάθεσή του έναν ειδικευμένο, ενώ χρειάζεται τέσσερις. Μέσα σε τρεις μήνες πραγματοποιήσαν οι δύο τους 37 χειρουργεία. Εργάζονται καθημερινά περισσότερες από 12 ώρες. Η έλλειψη ειδικευμένων θωρακοχειρουργών πλήττει και άλλα νοσοκομεία της χώρας. Πάνω από το 70% των θέσεων αυτής της ειδικότητας παραμένουν κενές, καθώς αρκετοί νέοι γιατροί λόγω της οικονομικής κρίσης μεταναστεύουν στο εξωτερικό.

Αντίστοιχες ελλείψεις σε άλλες ειδικότητες προσθέτουν μεγαλύτερο φόρτο εργασίας σε όσους επιλέγουν να μουν ή να παραμείνουν στα ελληνικά νοσοκομεία. Στον Ευαγγελισμό οι ώρες εργασίας του καρδιοχειρουργού Παναγιώτη Δεδελιά ξεπερνούν τις 80 εβδομαδιαίως.

«Εχω αισθανθεί και ο ίδιος εξάντληση έπειτα από 36 συνεχόμενες

ώρες εργασίας», λέει. «Εχει τύχει να χάσει ειδικευμένος τις αισθήσεις του στο χειρουργείο λόγω υπερκόπωσης, ενώ βλέπω άλλους να γίνονται πιο απαθείς. Μπορεί να μη χάνουν την ικανότητα διάγνωσης και εκτέλεσης πράξεων, αλλά μιλούν πιο ψυχρά σε συγγενείς ασθενών, χάνουν τη φιλοδοξία τους». Ο κ. Δεδελιάς δεν έχει πάρει ποτέ ρεπό ύστερα από εφημερία. «Δεν μπορείς να αφήσεις πίσω ασθενή όταν ξέρεις ότι δεν υπάρχει κάποιος να σε αντικαταστήσει», τονίζει ο γιατρός και συντονιστής του Τμήματος Επειγόντων Περιστατικών στο Λαϊκό Νοσοκομείο Γιώργος Μαρinos.

Η αδιάκοπη εργασία ύστερα από εφημερία συναντάται και στην επαρχία. Η Ντίνα Βογιατζή, ειδικευόμενη της καρδιολογίας, είχε ζησει πριν από μήνες μία από τις πιο έντονες βάρδιές της σε νοσοκομείο της Πελοποννήσου. Νεότερη ειδικευόμενη είχε μεταβεί στην Αθήνα για διακομιά ασθενούς και η ίδια υποδεχόταν μόνη στα επείγοντα όλα τα περιστατικά. Ο επιμελητής γιατρός, όπως λέει η κ. Βογιατζή, δεν ήρθε στην εφημερία όπως όφειλε και προτίμησε να μείνει σπίτι του εκείνη τη νύχτα. «Η άλλη ειδικευόμενη γύρισε με ναυτία από τη διαδρομή, πήρε αντιμεττικό και ήθελε μια ώρα να συνέλθει. Εκείνο το βράδυ δεν κοιμηθήκαμε και την επομένη δουλεύαμε κανονικά», συμπληρώνει.

Τη Δευτέρα του Αγίου Πνεύματος, η κ. Βογιατζή βρισκόταν όλη νύχτα στον Ευαγγελισμό, όπου συνεχίζει την ειδικότητά της. Η βάρδιά της ξεκινούσε τα μεσάνυχτα. Εφτασε χαμογελαστή, με έναν καφέ στο χέρι, και ξεκίνησε να εξετάζει ασθενείς. Το επόμενο πρωί διατηρούσε το χαμόγελό της. Τα μάτια της όμως ήταν

Είδος: Εφημερίδα / Κύρια / Πολιτική / Ημερήσια
 Ημερομηνία: Κυριακή, 07-06-2015
 Σελίδα: 022 (3 από 3)
 Μέγεθος: 398 cm²
 Μέση κυκλοφορία: 19420
 Επικοινωνία εντύπου: (210) 4808000

Λέξη κλειδί: ΥΓΕΙΑ - ΠΟΛΙΤΙΚΗ

βαριά όπως και η φωνή της. Επρεπε να δουλέψει έως το απόγευμα.

«Επέλεξα συνειδητά να είμαι σε μεγάλο νοσοκομείο, για τις γνώσεις, υπάρχει όμως και μεγάλη κόπωση», λέει. «Με τους συναδέλφους συζητάμε κάθε μέρα πόσο καταφέραμε να κοιμηθούμε πριν, μετά και κατά τη διάρκεια της εφημερίας. Κατά καιρούς πυροδοτούνται και νεύρα. Δεν θες να βγεις, να μιλήσεις με κόσμο. Γίνεσαι αντικοινωνικός, σηκώνεσαι το πρωί και δεν θέλεις να πας στη δουλειά».

Ψυχολογική υποστήριξη

Τα σμάδια που παραπέμπουν σε «burn out» θα έπρεπε να εντοπίζονται από ειδικευμένο προσωπικό στα νοσοκομεία. «Κάθε νοσοκομείο πρέπει να απασχολεί γιατρό εργασίας, που διατηρεί φάκελο για κάθε εργαζόμενο και ελέγχει το περιβάλλον της δουλειάς με στόχο να προλαμβάνει οποιοδήποτε νόσημα», λέει η Ευγενία Πανταζή, πρόεδρος του Πανελληνίου Σωματίου Ειδικευμένων Γιατρών Εργασίας. Βάσει νόμου, επιχειρήσεις του δημοσίου και ιδιωτικού τομέα με πάνω από 50 εργαζόμενους πρέπει να έχουν γιατρό εργασίας. Σύμφωνα με στοιχεία του σωματίου, μόλις ένα στα δέκα νοσοκομεία στη χώρα διαθέτει ειδικευμένο γιατρό εργασίας. Στα υπόλοιπα η θέση είτε καλύπτεται από άλλες ειδικότητες, όπως πνευμονολόγους ή παθολόγους, είτε παραμένει κενή. «Δυστυχώς, στα περισσότερα νοσοκομεία δεν υπάρχουν γιατροί για τους γιατρούς», προσθέτει η κ. Πανταζή.

Στο νοσοκομείο του Αργούς, όμως, λαμβάνεται μια πρωτοβουλία που ενδέχεται να είναι πρωτοφανής για τα ελληνικά δεδομένα. Ο ψυχολόγος του νοσοκομείου Αριστοτέλης Κόινος προσπαθεί να υποστηρίξει και τους συναδέλφους του. «Κατά καιρούς με συναντούν στον διάδρομο και ζητούν τη βοήθειά μου», αναφέρει. «Εμφανίζουν μια άρνηση να έρθουν στη δουλειά. Δεν αντλούν ευχαρίστηση στον εργασιακό χώρο, έχουν νεύρα και ανησυχία». Σε μελέτη που έκανε στο νοσοκομείο Αργούς, διαπίστωσε ότι την περίοδο 2012-2013 ένας στους πέντε ειδικευόμενους παρουσίαζε επαγγελματική εξουθένωση. Το ποσοστό ανέβαινε στο νοσηλευτικό προσωπικό.

Τα τελευταία τέσσερα χρόνια έχει αντιμετωπίσει οκτώ περιστατικά «burn out», συμβουλευοντας πέντε νοσηλευτές, ένα γιατρό και δύο διοικητικούς υπαλλήλους. Ολοι χρειάστηκαν αντικαταθλιπτική αγωγή, ενώ οι συνεδρίες γίνονταν απογευματινές ώρες στον πρώτο όροφο του κτιρίου διοίκησης για να αποφευχθεί ο στιγματισμός των εργαζομένων. Σήμερα συμβουλεύει δύο ειδικευόμενους γιατρούς για τον ίδιο λόγο. Για να αποφορτίσει και άλλους εργαζόμενους έχει δημιουργήσει τρεις 15μελεις ομάδες αυτοβοήθειας νοσηλευτικού προσωπικού. «Οι παρεμβάσεις προέκυψαν από τις ανάγκες», τονίζει ο ψυχολόγος. «Το προσωπικό πρέπει να είναι ψυχικά ήρεμο και ισορροπημένο για να επιτελέσει τον ρόλο του».