



Πρόγραμμα 7,5 εκατ. ευρώ για τους ήρωες της πανδημίας

Η πρωτοβουλία του Βασίλη Κικίλια για γιατρούς, νοσηλευτές και εργαζομένους στο ΕΣΥ που βρίσκονται αντιμέτωποι με το σύνδρομο Burnout

Του **ΓΙΩΡΓΟΥ ΣΙΑΔΗΜΑ**
g.siadimas@realnews.gr

Στη στήριξη του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού, ειδικά εκείνου που υπηρετεί σε κλινικές COVID, προχωρά το υπουργείο Υγείας. Η διαρκής μάχη με την πανδημία τους τελευταίους 15 μήνες προκάλεσε την επαγγελματική εξουθένωση όλων των εργαζομένων στο Εθνικό Σύστημα Υγείας. Γιατροί, νοσηλευτές, όλο το προσωπικό του ΕΣΥ, πρωταγωνιστές στον πόλεμο με τον αόρατο εχθρό, είναι εκείνοι που επωμίστηκαν ένα βάρος δυσανάλογο των δυνάμεών τους, καθώς, εκτός από τη φροντίδα των συμπολιτών μας, έγιναν και «οικογένεια» όσων νοσηλεύτηκαν, αφού το επισκεπτήριο στις κλινικές COVID δεν επιτρέπεται.

- ▶ Την επιλογή για περαιτέρω κλινικές και εργαστηριακές εξετάσεις και για εξειδικευμένη διδασκαλία των ιδιαίτερα επιβαρυνμένων ομάδων.
- ▶ Την αξιολόγηση των αποτελεσμάτων των εξετάσεων και της επίδρασης της διδασκαλίας σε αυτούς.
- ▶ Την δημοσιοποίηση του προγράμματος, έτσι ώστε να εξασφαλίζεται η άρτια ενημέρωση των εμπλεκόμενων υγειονομικών αλλά και του γενικού κοινού.

Πώς θα εφαρμοστεί

Μεταξύ άλλων, ψυχολόγοι θα αναπτύξουν τα ατομικά και ομαδικά θεραπευτικά πρωτόκολλα και θα δημιουργήσουν κατάλληλο οπτικο-ακουστικό υλικό για τις online παρεμβάσεις.

Οι γιατροί θα πρωταγωνιστήσουν στην κλινική εξέταση των συμμετεχόντων και στη διδασκαλία στις σειρές μαθημάτων.

Επίσης, σε συνεργασία με τους ψυχολόγους και με επιστήμονες άλλων ειδικοτήτων, θα κληθούν να καταγράψουν τις μεταβολές που θα εμφανίσουν οι συμμετέχοντες στο τέλος των παρεμβάσεων. Οι γιατροί θα δραστηριοποι-



Οι άνθρωποι αυτοί δουλεύουν από τις αρχές του Μαρτίου του 2020 έως και σήμερα «στα κόκκινα», πέρα από τις δυνάμεις τους. Υφίστανται υψηλού βαθμού παρατεταμένο στρες, με αποτέλεσμα την επαγγελματική εξουθένωσή τους (σύνδρομο Burnout).

Τι είναι το Burnout

Τα συμπτώματα του Burnout, που περιλαμβάνουν αίσθηση εξάντλησης και έντονης αδυναμίας, αποστασιοποίηση από τη δουλειά ή αισθήματα αρνητικότητας, καθώς και μειωμένη αποτελεσματικότητα ή απόδοση στην εργασία, δεν είναι νέο φαινόμενο. Φαίνεται, όμως, ότι στα χρόνια της κρίσης και ειδικά στην εποχή της πανδημίας οι κλινικές εκδηλώσεις του και η συχνότητά του έχουν ενταθεί. Ενδεικτικό είναι ότι ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας το έχει πλέον εντάξει στους «παράγοντες που επηρεάζουν την κατάσταση της υγείας ή τη σχέση με τις υπηρεσίες», όπως σημειώνουν στελέχη του υπουργείου Υγείας. Διεθνείς μελέτες, μάλιστα, έχουν δείξει ότι τα ποσοστά Burnout ξεπερνούν το 40% σε συγκεκριμένες ειδικότητες,

όπως οι εντατικολόγοι και οι εργαζόμενοι στις ΜΕΘ, ενώ ιδιαίτερη επιβάρυνση παρατηρείται σε γυναίκες γιατρούς και νοσηλεύτριες.

Το πρόγραμμα

Εχοντας ζήσει από κοντά την τεράστια προσπάθεια των υγειονομικών όλο αυτό το διάστημα, ο υπουργός Υγείας **Βασίλης Κικίλιας** φαίνεται ότι εντόπισε εγκαίρως το πρόβλημα. Έτσι, έχει ήδη ετοιμάσει πρόγραμμα ιατρικής φροντίδας για τη διαχείριση του στρες στο υγειονομικό προσωπικό της χώρας, καθώς και για την αποκατάσταση και την ενδυνάμωσή του. Αλλωστε, στο υπουργείο Υγείας γνωρίζουν ότι η βελτίωση της υγειονομικής περιθάλψης και η επίτευξη των στόχων για την καλύτερη υγεία του πληθυσμού εξαρτώνται σε μεγάλο βαθμό από τους κλινικούς ιατρούς και τους επαγγελματίες Υγείας που παρέχουν άμεση φροντίδα στους ασθενείς. Το πρόγραμμα έχει κοστολογηθεί στο ποσό των 7,5 εκατ. ευρώ, κονδύλι που έχει εξασφαλιστεί εξ ολοκλήρου από το ΕΣΠΑ. Στόχος του υπουργείου Υγείας και του Β. Κικίλια είναι όλο αυτό το πρόγραμμα στήριξης του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού να ξεκινήσει τις επόμενες εβδομάδες.

Η δράση του υπουργείου Υγείας, σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Αθηνών, περιλαμβάνει:

- ▶ Την καταγραφή των υγειονομικών που έχουν υποστεί τις συνέπειες της πανδημίας.
- ▶ Την κατηγοριοποίησή τους ανάλογα με τα επίπεδα του στρες που έχουν υποστεί ή συνεχίζουν να υφίστανται.
- ▶ Την ανάπτυξη πρότυπων βιωματικών προγραμμάτων που θα απευθύνονται σε αυτούς, αλλά και στους φορείς στους οποίους εργάζονται.

θούν σε δύο διακριτές κατευθύνσεις. Η πρώτη αφορά τη διενέργεια και την ανάλυση των εξετάσεων που εστιάζονται στην εργαστηριακή μελέτη του στρες μέσω βιοσημάτων και η δεύτερη δείκτες σύστασης σώματος.

Η μελέτη του στρες μέσω βιοσημάτων αφορά είτε βασικές λειτουργίες -καρδιακή δραστηριότητα (ΗΚΓ), πίεση αίματος (BP), λειτουργία εγκεφάλου (EEG), εφίδρωση (EDA), αναπνοή, μυϊκή διέγερση (EMG)- είτε άλλα εκούσια (εκφράσεις προσώπου, κατεύθυνση βλέμματος και κεφαλής), ημιακούσια (blinks ματιού, κινητικότητα κεφαλής, μικροεκφράσεις προσώπου) ή ακούσια βιοσημάτα (απόκριση ματιού, κινητικότητα κόρης). Από την άλλη, η ανίχνευση δεικτών σύστασης σώματος καταγράφει τα χαρακτηριστικά των διαμερισμάτων λίπους, μυϊκού ιστού, οστίτη ιστού και ύδατος που έχουν συσχετιστεί το στρες. Οι διάφορες ψυχοσωματικές αλλοιώσεις που συνοδεύουν το στρες οδηγούν σε βιολογικές μεταβολές που μπορούν να ανιχνευθούν στα βιολογικά υλικά (αίμα, ούρα, σίελος, τρίχες) και να αποτελέσουν δείκτες της ψυχοσωματικής βλάβης.