

РЕАНИМАЦИЯ БЎЛИМИ ҲАМШИРАЛАРИДА ЭМОЦИОНАЛ ЁНИШ
СИНДРОМИ: САБАБЛАРИ, ПРОФИЛАКТИКАСИ ВА КОРРЕКЦИЯСИ

Иргашева Райхон

Республика шошилинич тиббий ёрдам илмий маркази Сурхондарё филиали

Аннотация: Ушбу мақолада реанимация бўлими тиббий ҳамшираларида эмоционал ёниш синдроми (эйфория, чарчоқ, ишга нисбатан бепарқлик)нинг келиб чиқиш сабаблари, унинг профессионал фаолиятга таъсири, профилактика ва коррекция усуллари таҳлил қилинган. Илмий тадқиқот натижалари асосида эмоционал ёнишнинг тарқалиш кўлами ва уни камайтириш бўйича амалий тавсиялар келтирилган.

Калит сўзлар: Эмоционал ёниш синдроми, реанимация бўлими, тиббий ҳамшира, стресс, профессионал чарчоқ, профилактика.

Мавзунунг долзарблиги: Бугунги кунда тиббиёт соҳасида, айниқса, реанимация ва интенсив терапия бўлимларида ишловчи тиббий ҳамширалар юқори психологик босим ва жисмоний чарчоқ шароитида фаолият юритмоқда. Уларнинг иш вақтида доимий равишда ўлим хавфи, бемор ва яқинларининг стресс ҳолати, тезкор ва масъулиятли қарорлар қабул қилиш зарурати эмоционал чарчоққа олиб келади. Эмоционал ёниш синдроми нафақат ҳамшираларнинг иш қобилиятига, балки беморларга кўрсатилаётган тиббий хизмат сифатининг пасайишига ҳам сабаб бўлади. Шу сабабли мазкур масала бугунги куннинг долзарб муаммоларидан бири ҳисобланади.

Тадқиқот мақсади: Реанимация бўлими тиббий ҳамшираларида эмоционал ёниш синдромининг келиб чиқиш сабабларини аниқлаш, унинг профилактикаси ва коррекциясини амалга ошириш бўйича тавсиялар ишлаб чиқиш.

Тадқиқот материаллари ва усуллари: Тадқиқот 2024 йил ноябрь — 2025 йил февраль ойлари оралиғида Термиз шаҳар вилоят кўп тармоқли тиббиёт маркази реанимация бўлимида амалга оширилди. Унда 25 нафар тиббий ҳамшира иштирок этди. Тадқиқот доирасида қуйидаги усуллар қўлланилди:

- сўровнома ва тестлар (Маслач эмоционал ёниш шкаласи);

- сўнги 6 ойдаги меҳнат шароити ва иш юкини таҳлил қилиш;
- психологик интервьюлар;
- статистик маълумотларни таҳлил қилиш.

Тадқиқот натижалари

Тадқиқот натижалари қуйидагиларни кўрсатди:

1. Тадқиқотда иштирок этган 25 нафар ҳамширадан 18 нафариди (72%) турли даражадаги эмоционал ёниш белгилари аниқланди.
2. Ёниш синдромининг асосий сабаблари сифатида иш юкининг юқорилиги (84%), беморларнинг оғир аҳволи ва ўлим ҳолатларининг кўплиги (76%), тиббий жамоада психологик қўллаб-қувватлаш етишмаслиги (64%) қайд этилди.
3. Эмоционал ёниш синдромига дучор бўлган ҳамшираларда касбий мотивация пасайиши, иш сифатининг тушиши ва шахсий ҳаётда салбий ўзгаришлар кузатилди.
4. Профилактика ва коррекция чора-тадбирлари сифатида қуйидагилар тавсия этилди:
 - иш куни давомида қисқа танаффуслар ташкил этиш;
 - психолог маслаҳатларини мунтазам ўтказиш;
 - касбий ўсиш ва мотивация тренингларини йўлга қўйиш;
 - иш шароитларини енгиллаштириш ва ходимлар сонини ошириш.

Хулосалар

Тадқиқот натижалари шуни кўрсатдики, реанимация бўлими тиббий ҳамшираларида эмоционал ёниш синдроми кенг тарқалган ва унинг иш самарадорлигига салбий таъсири бор. Ушбу муаммони бартараф этиш учун мунтазам равишда профилактик тадбирлар ташкил этиш, иш шароити ва жамоа психологик муҳитини яхшилаш зарур.

1. Назарова, Н.Р. Тиббий ҳамшираларда эмоционал ёниш синдроми: сабаблари ва олдини олиш йўллари. — Тошкент: «Ilm-Ziyo», 2021. — 178 б.
2. Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Burnout in the health professions: A social psychological analysis*. New York: Routledge.
3. Ғаниева, Ш.Р. Реанимация бўлими тиббий ҳамшираларида стресс ва унга қарши чоралар. // «Ўзбекистон тиббиёти» журнали. — 2023. — №2. — Б. 65–71.
4. World Health Organization. (2019). *Mental health in the workplace: Information sheet*. Geneva: WHO Press.
5. Azizova, S. R. (2020). Emotional burnout syndrome among nurses of intensive care units: Causes and prevention. *Uzbekistan Journal of Medical Research*, 12(1), 57–63.

