

**COVID-19 diaqnozu ilə işləyən tibb işçilərinin psixi sağlamlığı****Aydan Hikmət qızı Tahşinskaya***Azərbaycan Tibb Universiteti***E-mail:** Atalishinskaya@mail.ru**Rəyçilər:** t.ü.e.d., prof. N.V. İsmayılov,  
t.ü.f.d. İ.R. Rüstəmov**Acar sözlər:** epidemiya, psixi sağlamlıq, sosial, iqtisad**Ключевые слова:** эпидемия, психическое здоровье, социальные, экономические**Key words:** epidemic, mental health, social, economic

Epidemiya davam edərkən normallaşma prosesində atılan sürətli addımlar səhiyyə işçilərinə təşviş, narahatlıq və kədər kimi duyğulara səbəb ola bilər. Epidemiyanın sahədəki təsirlərini yaxından hiss edən tibb işçiləri üçün məlumat və informasiyanın, real xəstələrin sayının çox olması, amma buna baxmayaraq bu xəstəliyin konkret həllinin olmaması onlarda güvənsizlik mühitinin yaranmasına və tükənmə hissini artmasına səbəb olmuşdur (7). Cəmiyyətin normallaşdırılması istiqamətində atılan addımlara baxmayaraq, səhiyyə işçiləri tərəfindən epidemiyaya qarşı mübarizənin xəstəxanalarda davam etməsi və onların bu mühitdə məcburi şəkildə aktiv iştirakı səhiyyə işçilərində psixoloji təsirlər arasında ilkin sırada yer alır. Səhiyyə işçilərinin təməl ehtiyaclarını təmin etmək, təhlükəsiz işləyə biləcəkləri mühiti hazırlamaq və epidemiya ilə mübarizəni fərdi mübarizədən sosial və mütəşəkkil bir mübarizəyə çevirmək və tibb işçilərinə məşqlərinə bərabər və ədalətli şəkildə ödəmək epidemiyanın yaratdığı zehni problemlərin mənbəyinin həllində müəyyən qədər təsirli addımlar olacaqdır (4).

Daha əvvəl insanlarda təsbit olunmayan yeni bir koronavirusun ortaya çıxması ilə 2019-cu ilin dekabrında Çinin Wuhan şəhərində və dünyada geniş yayılması və pandemiya halına gəlməsi ilə bütün dünyada insanların həyatında ciddi bioloji, sosial və iqtisadi dəyişikliklər baş verdi və bu dəyişikliklərin başlaması ilə psixoloji təsirlər meydana çıxdı (5).

Əvvəllər bilmədiyimiz virusun dünya miqyasında 350 təsirdən alınan məlumatlar və klinik təcrübə bizə göstərir ki, bütün dünya virusun fiziki təsirləri ilə yanaşı psixoloji təsirləri baxımından da yeni bir təcrübə yaşadı. Bənzərlik baxımından bir fəlakət vəziyyəti ilə müqayisə edilə bilən pandemiya, fəlakət vəziyyətindən başqa öz xüsusiyyətlərinə malikdir. Yardım və həmrəylik şəbəkələrinin bir anda bütün dünyanı təsir etməsi və təsirlənmiş bölgələrdə yayılma riski səbəbindən yaşanan məhdudiyətlər, virusun psixoloji təsirlərini fərqli bir nöqtəyi-nəzərdən keçirməliyik.

COVID-19 xəstələri ilə işləmək cəmiyyət tərəfindən damğalanma vasitəsinə çevrildi. Və səhiyyə işçiləri də sosial məsafənin qorunması lazım olan şəxslərlə təmasda olduqları üçün digər qrup insanlar tərəfindən sosial təcridə məruz qalmışdılar (1),

Digər tərəfdən, COVID-19 riski olan bölgələrdə çalışan səhiyyə işçiləri, xəstəliyin yayılmasının qarşısının almaq məqsədilə ilə özlərini ailə fərdləri və yaxınlarından sosial cəhətdən məsafə saxlamalı oldular.

Uzun növbələr, xəstələrin sayının artması, qoruyucu vasitələrlə işləmə, qoruyucu vasitələrin yaratdığı fiziki məhdudiyətlər, xəstəlik yayılma riski və spontanlıq, COVID-19 haqqında son məlumatları izləmə ehtiyacı səbəbiylə daima ayıq olma məcburiyyəti stressin daha çox artmasına səbəb olmuşdur.

Epidemiya davam edərkən normallaşma prosesində atılan sürətli addımlar səhiyyə işçilərinə hirs, narahatlıq və kədər kimi hisslərin yaranmasına səbəb ola bilər.

### *Tükənmişlik konsepsiyası*

Tükənmişlik konsepsiyası anlayışı artıq 40-45 ildir ədəbiyyatlarda istifadə olunur. Problemlə insanlarla münasibətdə yaranan duygusal yorğunluq, şəxsiyyətdən kənarlaşma, emosional gərginlik, sıxıntı hissi, aşağı motivasiya, funksional olmayan davranış və davranışlar, iş stressi, cansızlıq, narazılıq, monotonluq, enerji qaynaqlarının tükənməsini Skovholt tükənmişlik və qayğıkeş tükənmə olaraq izah etdi.

Baxım tükənməsi, empatik dinləmənin azalması, şəxsiyyətin pozulması, artan iş yükü ilə aktiv iştirakın azalması və ayrılma proseslərini əhatə edir. Tükənmişlik, Ümumdünya Səhiyyə Təşkilatı (ÜST) tərəfindən hazırlanan və üç ölçüdə araşdırılan ICD-11 təsnifat sisteminə "İş və ya işsizliklə əlaqəli problemlər" başlığı altında müəyyən edilmişdir (5).

Duygusal Yorğunluq: Bu tükənmə sindromunun başlanğıcıdır. İş şəraitinin emosional yükü hər keçən gün arta bilər. Tibbi xidmət göstərən bir şəxs səhər yuxudan oyandıqda, o günü tamamlamaq üçün artıq emosional gücün olmadığını hiss edə bilərlər.

Şəxsiyyətdən kənarlaşdırma: Normal şəraitdə səhiyyə işçiləri xəstələrinin ağrılarına, narahatlıqlarına və digər çətinliklərinə həssasdırlar. Bununla birlikdə, böhran vəziyyətlərində səhiyyə işçiləri xəstələrin sıxıntılarında həssas olma qabiliyyətlərini azaldır.

Bu vəziyyətdə özünü xəstələrinə qarşı həssas, onların rifahına baxa bilməyən və onlara qarşı aqressiv ola bilərlər.

Tükənmə daha çox insanlarla sıx münasibətlər tələb edən peşələrdə olur. İnsanlara "can qurtarmaq"dan əlavə insani, qayğıkeş və mərhəmətli olmaq kimi rolların verildiyi səhiyyə sahəsində tükənmə daha çox görülür.

Səhiyyə işçilərinin iş stressi artdı, işdən məmnunluq azaldı və ölkələrdə rifah səviyyəsinin azalması və səhiyyə xərclərinə ayrılan büdcələrin məhdudlaşdırılması səbəbindən peşə qəribəlik və tükənmə əlamətlərində ciddi bir artım oldu (3).

Ölümlə mübarizə bacarıqlarına ehtiyac, xüsusən xəstə ilə qarşılıqlı əlaqənin və xüsusilə yaşamaq üçün mübarizənin yüksək olduğu sahələrdə səhiyyə işçiləri üçün daha çox stress mənbəyidir (2). Nəzarətin azalması və iş həyatındakı yüksək tələblər tükənməyə səbəb olur. Səhiyyə işçilərinin tükənməsini artıran maddələr arasında xəstələrin və ölümlərin əzabına şahid olmaq (ikincil travmatizasiya), xəstələr və onların yaxınları ilə müzakirələr, xəstələrin sıxlığı, işçi çatışmazlığı, əmək haqqının yetərsiz olması, iş mühitində şəxsiyyətlərarası qarşıdurmalar və rol qeyri-müəyyənliyi var.

Yaşadığımız pandemiya prosesi ilə artan işçi qüvvəsi və dəyişən iş şəraiti bu müddətdə tükənmiş tükənməyi əhəmiyyətli dərəcədə artırdı. Pandemiya prosesində bu maddələrin dəyişikliklərini müzakirə edəcəyik.

Xəstəliyə yoluxma qorxusu, səhiyyə işçiləri üçün ümumi cəmiyyətdən daha yüksəkdir. Xəstə insanlarla həddindən artıq təmas həm özlərinə, həm də yaxınlarına yoluxma narahatlığına səbəb olur. Çin və Kanadada, SARS ilə mübarizə zamanı səhiyyə işçilərinin ailə üzvlərinə yoluxma qorxusu və həyəcanı yüksək olduğu müxtəlif tədqiqatlarda müəyyən edilmişdir.

Bu dövrdə səhiyyə işçilərindən bəziləri eyni evdə yaşasa da, təhlükəsiz şəkildə evlərində qalmamağı və ya daha az fiziki və sosial təmasda olmağı seçdilər. Bu proseslər ailələrini qorumağa kömək etsə də, onların sosial və emosional dəstəkdən uzaq qalmalarına səbəb oldu. Riskli yerlərdə çalışan səhiyyə işçiləri üçün müntəzəm skrining testlərinin aparılmaması sə-

hiyyə işçilərinin özlərinə və yaxınlarına xəstəlik ötürülməsi ilə bağlı narahatlıqlarını davam etdirməsinə və artırmasına səbəb oldu. Xüsusilə uşaqları olan səhiyyə işçiləri bu təcrid vəziyyətini uşaqlarına izah etməkdə çətinlik çəkdilər.

### ***Psixi sağlamlığın qorunması yolları***

Pandemiya dövründə məktəblərin məsafədən təhsili və uşaq bağçalarının bağlanması uşaqların evdə keçirmə müddətlərini xeyli artırdı; bu uşaq baxımını səhiyyə işçiləri üçün ciddi bir yükə çevirdi (9).

Bu müddətdə səhiyyə işçiləri tərəfindən alınan peşə risklərinin və iş saatlarının artmasına baxmayaraq, səylərinin mükafatını ala bilmədilər. Təəssüf ki, dövriyyə fondlarını müəyyən bir müddətə tavadan vermək bütün səhiyyə işçilərini əhatə etmədi.

Yardımcı səhiyyə işçiləri, pandemiya dövründə səhiyyə işçilərinə verilən pulsuz yaşayış, nəqliyyat hüquqları və əlavə ödənişlər kimi imkanlarından faydalana bilmədi.

Eyni riskli mühitdə çalışan səhiyyə işçiləri qrupları arasında fərqli hüquqların təmin edilməsi iş mühitindəki barışıq mühitini pozdu və köməkçi səhiyyə işçilərinin tükənmişliyini dərinləşdirdi.

Xüsusi xəstəxanalarda çalışan həkimlər irəliləmə ödənişlərini gecikdirdi və ya azaldıldı. Onlar ödənişsiz məzuniyyətə məcbur edildi.

Bu müddətdə illik məzuniyyət hüququnun ləğvi təyinatların dayandırılması iş yükünü, tükənməyi artırdı və muxtariyyət hissinə zərər verdi. Tibbi işçilərə əmək haqqı sistemi ilə deyil, dövriyyə fondu üzərindən əlavə ödənişlərin edilməsi həmkarlar arasında bərabərsizliyə və “işlərini almaq” anlayışının pisləşməsinə səbəb oldu.

**Məqalənin aktuallığı.** COVID-19 virusunun yaratdığı çətinliklər və pandemiyanın özünə-məxsus xüsusiyyətləri cəmiyyətə və bütün dünyaya universal təsirini davam etdirir. Nəzərə alsaq ki, COVID-19 virusu bütün dünyaya məfi təsirini göstərməkdə gecikmədi amma bəzi qruplar pandemiya psixoloji olaraq daha çox məruz qaldı və hələ də qalmağa davam edir. Hansı ki səhiyyə işçiləri bu qrup arasında ən ön sırada yer alır.

**Məqalənin elmi yeniliyi.** Elmi yenilik COVID-19 virusu diaqnozu ilə çalışan tibb işçilərinin psixi sağlamlığının hansı dərəcədə təsir altında qalması, təsirdən qorunması və yaranan problemlərin həll olunması üçün praktik tövsiyələrin hazırlanmasından ibarətdir.

**Məqalənin praktik əhəmiyyəti və tətbiqi.** Məqalədən COVID-19 diaqnozu ilə işləyən tibb işçiləri istifadə yararlanma bilərlər.

## **Ədəbiyyat**

1. Word association test (WAT). Western Anatolia Journal of Educational Sciences, 2011, 131-138.

2. Tsai, L. L., Morse, B. S. ve Blair, R. A. Building credibility and cooperation in low-trust settings: persuasion and source accountability in Liberia during the 2014–2015 Ebola crisis. Comp. Polit. Stud. 1-20., 2020. doi: 10.1177/0010414019897698

3. Van Bavel, J. J., Boggio, P., Capraro, V., Cichocka, A., Cikara, M., Crockett, M., Willer, R. Using social and behavioural science to support COVID-19 pandemic response, 2020, 461-471. doi:10.31234/osf.io/y38m9

4. West, L. H. T., Fensham, P. J. ve Garrard, J. E. Describing the cognitive structures following instruction in chemistry, 1985.

5. West L.H.T. ve Pines A.L. (Ed.) Cognitive Structures and Conceptual Change. 29-49. Orlando: Academic Press.

6. Yıldırım, A. ve Şimşek, H. Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık. 2011.

**А.Х. Талышинская**

## **Психическое здоровье медицинских работников, работающих с диагнозом COVID-19**

### **Резюме**

Вирус COVID-19 и вызванная им пандемия продолжают оказывать биопсихосоциальное воздействие на общество и мир в целом. Благодаря активным исследованиям и усердию сектора здравоохранения количество вирусов в настоящее время сведено к минимуму. Однако трудности, с которыми сталкиваются работники здравоохранения в связи с этим успехом, иногда упускаются из виду, что приводит к другим проблемам. Когда мы смотрим на психологические эффекты, мы видим, что помимо стресса и тревоги, у медицинского персонала, работающего с этой диагностической группой, наблюдаются также депрессивные состояния. Одна из причин этого заключается в том, что они подвергаются воздействию неизвестного вируса в течение нескольких дней или даже месяцев без защиты и поэтому держатся подальше от своих семей, детей и круга общения.

**A.İ. Talishinskaya**

## **Mental health of medical workers working with COVID-19 diagnosis**

### **Summary**

The COVID-19 virus and the pandemic it has created continue to have a biopsychosocial impact on society and the world at large. Due to the active research and diligence of the health sector, the number of viruses is now minimized. However, the difficulties faced by health workers behind this success are sometimes overlooked, leading to other problems. When we look at the psychological effects, we see that in addition to stress and anxiety, depressive conditions are also observed in the medical staff working with this diagnostic group. One of the reasons for this is that they are exposed to an unknown virus for days or even months without protection, and therefore stay away from their families, children and social circle.

**Redaksiyaya daxil olub: 01.06.2022**