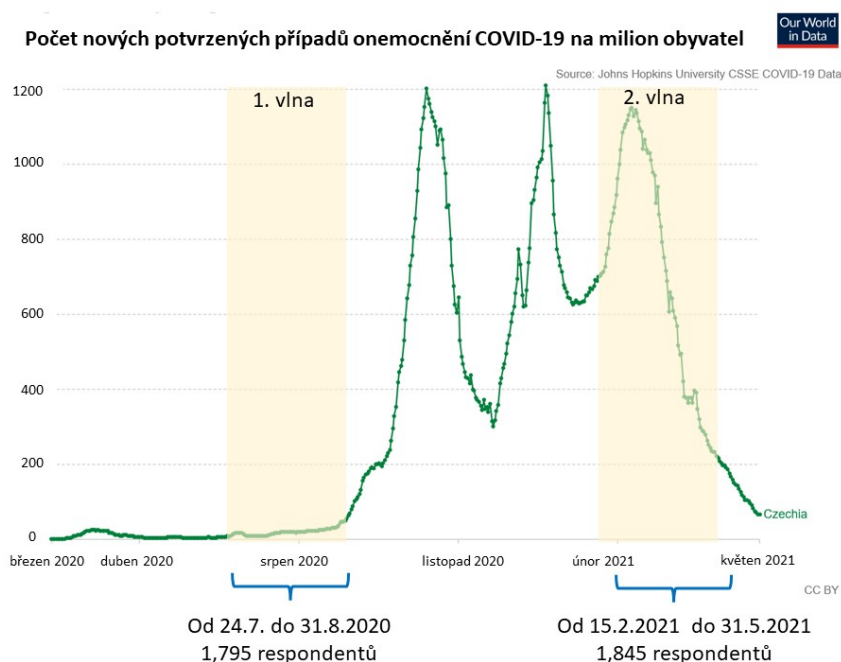


Studie HEROES v ČR 2020-2022

„The COVID-19 HEalth caRe wOrkErS (HEROES) Study je mezinárodní dlouhodobá studie, která v 26 zemích světa sleduje dopady pandemie na duševní zdraví pracovníků ve zdravotnictví a sociálních službách. Studie je organizována na Columbia University v New Yorku, USA a University of Chile v Santiagu, Chile. Kromě sledování zátěže spojené s novými úkoly a výzvami pro zdravotnický a sociální sektor, které umožní mezinárodní porovnání, má i praktické výstupy: na základě potřeb zdravotníků jsou navrhovány, zaváděny a posilovány preventivní programy pro podporu zaměstnanců.

V České republice jsme se do studie zapojili již v roce 2020, partnerem studie je Společnost urgentní medicíny a medicíny katastrof České lékařské společnosti Jana Evangelisty Purkyně. Od roku 2020 do konce roku 2021 probíhala studie pod záštitou Ministerstva zdravotnictví České republiky, od roku 2022 pokračuje ve spolupráci s 2. lékařskou fakultou Univerzity Karlovy v Praze. První průzkum proběhl v červnu roku 2020 po skončení první vlny epidemie, druhý v únoru a březnu 2021 v době vrcholící druhé pandemické vlny u nás (viz obr. 1). Momentálně se připravuje třetí, závěrečný sběr dat ve spolupráci s centrálním týmem studie z USA a Chile. Dotazník obsahuje kromě demografických údajů otázky na podmínky na pracovišti včetně dostupnosti osobních ochranných pomůcek, na počty odpracovaných hodin či služeb, expozici nemoci COVID-19 (nákaza vlastní, v rodině, u pacientů, případně úmrtí), zhoršení somatického zdraví, na fyzickou či verbální agresi nebo na obvinění z nedostatečné péče. Jsou zde i dotazy na potřebu podpory: nejen psychologické, ale i s hlídáním dětí, s péčí o seniory v rodině či na potřebu ekonomické výpomoci. Dopady na duševní zdraví jsou sledovány prostřednictvím standardizovaných a validizovaných dotazníků. Otázky jsou zaměřeny na psychický stres, depresivní příznaky, sebevražedné myšlenky, příznaky posttraumatické stresové poruchy a na odolnost. Volné odpovědi respondentů jsou analyzovány samostatně metodami kvalitativního výzkumu.

Obr. 1: sběr dotazníků ve vztahu k epidemiologické situaci v ČR – 1. a 2. kolo



Co zatím studie ukázala?

První vlny se zúčastnilo 1795 respondentů, 1845 vyplnilo dotazník ve druhé vlně, z nichž 621 (tedy 46 % účastníků 1. kola) vyplnilo dotazník i podruhé. Data z těchto dvou vln jsou zpracovávána jednak jako ze dvou průřezových šetření, ale i z kohortové studie. Respondenti jsou ze všech krajů ČR a z různých zdravotnických zařízení i profesí. HEROES je zaměřena na zaměstnance ve zdravotnických zařízeních, tedy i na management, administrativní pracovníky nebo na technický a pomocný personál. Demografické charakteristiky účastníků obou vln jsou shodné ve většině charakteristik, pouze ve druhé vlně bylo mezi respondenty více lékařů (26,5 % versus 41,6 %).

Ve srovnání s první vlnou se zvýšil počet pracovníků ve zdravotnictví, kteří:

- měli příbuzné/blízké, kteří onemocněli COVID-19 (5,1 % versus 51,1 %)
- ošetřovali pacienty s COVID-19 (16 % versus 64,6 %)
- zažili, že jejich pacient s COVID-19 zemřel (8,2 % versus 38,8 %)
- odpověděli souhlasně na dotaz, zda potřebovali psychologickou podporu – 14,4 % versus 24,7 %
- vykazovali příznaky střední a těžší deprese (10,2 % versus 20,2 %)
- skóre v otázce na stres/duševní pohodu se zhoršilo z průměrné hodnoty 11,8 v prvním kole na 14,8 ve druhém kole
- zvýšil se počet respondentů, kteří udávali myšlenky na sebevraždu (z 5,9 % na 7,0 %)

Předběžná analýza výsledků mimo jiné ukázala souvislost zvýšeného rizika střední a těžké deprese s prací na covidových jednotkách, kontaktem s pacienty s COVID-19, přidělením nových úkolů či přesunem na jinou práci. Potřeba jakékoliv formy pomoci (ekonomické, psychologické, s péčí o děti nebo o seniory v rodině) byla spojena s o 350 % vyšším rizikem výskytu střední a těžší deprese. Obdržení potřebné pomoci souviselo s o 60 % nižším rizikem deprese v první vlně a o 25 % ve druhé vlně. Potřeba psychologické podpory se mezi lety 2021 zdvojnásobila, avšak tuto formu podpory dostalo méně než polovina těch, kteří ji deklarovali. Je tedy zjevné, že kapacity péče byly nedostačující. V obou vlnách průzkumu byl podobný podíl respondentů, kteří kvůli své profesi zažili diskriminaci nebo stigmatizaci (29,6 % a 26,2 %), s fyzickým nebo verbálním násilím nebo s obviněním ze strany pacientů nebo jejich příbuzných mělo zkušenost 4,5 % a 5,1 % respondentů. Expozice stigmatizaci a/nebo diskriminaci byla spojena s vyšším stupněm psychologického stresu i depresivní symptomatologie, expozice násilí byla spojena s 3,5 x vyšším rizikem sebevražedných myšlenek.

Účastníci průzkumu měli možnost sdělit cokoliv, co považovali za důležité, ale dotazník to neobsahoval. Z těchto volných odpovědí jsme pak shromáždili některé další zajímavé poznatky. Dalo se zde vysledovat, co považují zaměstnanci za konkrétní stresory. Často se opakovaly obavy o nakažení rodinných příslušníků, pocity sociální izolace, zklamání z chování či agrese ze strany pacientů a stigmatizace zdravotníků kvůli jejich práci. Pracovníci také psali o velké pracovní zátěži, o obavách z ekonomických dopadů, o velice obtížném skloubení pracovních a rodinných povinností. Ve druhém kole sběru dat vnímali negativně komunikaci ve veřejném prostoru, ale i ve zdravotnických zařízeních, a nedodržování pravidel. Postrádali uznání nebo poděkování, podporu ze strany vedení, čas na zajištění fyzických potřeb – na odpočinek, jídlo, pití. V počátku pandemie v roce 2020 se ve volných odpovědích objevovaly pocity nejistoty a obav, nedostatek informací a překotné změny pracovních i životních podmínek. V roce 2021 se vyjádření zaobírala dlouhodobým stresem z přesčasové práce, z obrovské expozice utrpení, ze zhoršení vlastního zdraví, z omezení sociálních kontaktů a volnočasových aktivit. Byla deklarována zvýšená potřeba

psychologické podpory, jak formální, tak neformální. Respondenti ji očekávali od svých zaměstnavatelů, a často vyjadřovali zklamání z toho, že ji nedostali.

Příprava podpůrných programů

Jedním z cílů studie je vytvoření podpůrných programů právě na základě konkrétních potřeb, které z vyhodnocení dotazníků vyplývají. Tyto programy musí být specifické, se zohledněním specifík zdravotnictví. Zdravotníci si neumí říkat o pomoc, jsou neustále nastaveni, že oni jsou ti, kteří pomáhají a musí všechno zvládnout. Potřebu pomoci pro sebe vnímají – ať již si to uvědomují nebo ne – jako svoje profesní selhání.

Podpůrné programy fungují nejlépe, pokud jsou na kolegiální bázi či v přirozeném prostředí zdravotnického týmu. V mnoha zdravotnických zařízeních zdravotníků je již v současné době zajištěna vyškolenými peery SPIS (Systém psychosociální intervenční služby). V roce 2020 byla plně dostupná na všech ZZS s výjimkou ZZS Karlovarského kraje a také v řadě fakultních nemocnic, a v dalších krajských i soukromých zdravotnických zařízeních. V roce 2020, do jehož průběhu výrazně zasáhla pandemie COVID-19, byla peer podpora poskytnuta 1716 zdravotníkům. Jde o meziroční nárůst o 67 %. Ještě výraznější byl potom nárůst počtu uskutečněných intervencí o 80 %. Z důvodu vyšší intenzity podpory v době pandemie COVID-19 byla 30. března 2020 uvedena do provozu podpůrná linka pro zdravotníky, v současné době na čísle 530 331 122 nebo 530 331 131 v nepřetržitém provozu.

Další cestou může být podpora snah o snížení přesčasových hodin, nabídka podpůrných služeb (školky či jesle), možnost flexibility úvazků během pracovní kariéry s cílem zlepšit rovnováhu mezi osobním a pracovním životem. Tyto atributy patří k intervencím na úrovni řízení lidských zdrojů. V současné době společně s mezinárodním týmem připravujeme na tuto oblast cílený pilotní podpůrný program pro zdravotníky, který by vycházel z jejich potřeb a který by využíval již zavedené prvky péče o profesionály. Věříme, že by zkušenosti ze zvládnutí pandemie mohly vyústit v nastavení lepších pracovních podmínek pro všechny, kteří se starají o druhé.

Účast ve studii je dobrovolná, s možností kdykoliv odstoupit, účastníci podepisují informovaný souhlas. Studie byla schválena Etickou komisí MZ ČR (rozhodnutí č. j. MZDR 23393/2020-MIN/KAN) a Etickou komisí 2. LF UK a FN Motol (EK-753.3.6121). Od dubna roku 2022 je financována z grantu MZ NU22J-09-00064.

Za český tým studie HEROES

MUDr. Jana Šeblová, Ph. D., vědecký sekretář Společnosti urgentní medicíny a medicíny katastrof ČLS JEP, koordinátorka české části studie „The COVID-19 HEROES“

Doc. MUDr. Pavla Čermáková, Ph.D., přednostka Ústavu epidemiologie 2. LF UK, Praha

MUDr. Roman Gřegoř, MBA, předseda Společnosti urgentní medicíny a medicíny katastrof ČLS JEP, ZZS Moravskoslezského kraje, p.o.

Dominika Šeblová, Ph.D., M.Sc., Taub Institute for Research in Alzheimer's Disease and the Aging Brain, The Gertrude H. Sergievsky Center, Department of Neurology, Columbia University, New York, USA; 2. LF UK Praha