

## Российский врач и пациент: специфика ролей и взаимодействий

ID: 2016-01-27-T-5667

Тезис

Александрова М., Мартюкова А.

### Профилактика профессионального стресса у врачей

*ГБОУ ВПО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра философии, гуманитарных наук и психологии**Научный руководитель: к. ф. н. Ермолаева Е.В.*

Люди часто испытывают стресс, вызванный большой нагрузкой или проблемами на работе. В России программы охраны здоровья медицинских работников практически не разработаны, в то время как заболеваемость медицинского персонала значительно превышает заболеваемость в иных отраслях с традиционно вредными условиями труда.

Наиболее частой формой проявления профессионального стресса у медицинских работников является «синдром эмоционального выгорания» — состояние физического, эмоционального и умственного истощения, который состоит из трех компонентов: собственно эмоциональной истощенности, цинизма, редукции профессиональных достижений. Кроме того, существует множество «замаскированных» форм профессионального стресса, выявить которые можно только с помощью профильного специалиста — психотерапевта или психолога.

Медицинские работники часто сталкиваются с неадекватной оценкой своего труда. Это может служить дополнительным фактором, объясняющим, например, повышенную распространенность сердечно-сосудистых заболеваний, в частности, артериальной гипертензии, среди врачей.

Если профессиональный стресс у человека принимает клиническую форму «трудоголизма», то ему нужно изменить свой образ жизни, увеличить время отдыха в выходные или праздники.

Наиболее сложные меры по профилактике и коррекции профессионального стресса - это меры, направленные на изменение механизмов, обеспечивающих взаимосвязь между системой стрессоров и клинической картиной стресса. Обычно в таком качестве выступают особенности характера, темперамента врача и особенности его биографии. Определение мер профилактики профессионального стресса — трудная задача, обычно требующая вмешательства профильного специалиста, психотерапевта или психолога.

#### Литература

1. Ермолаева Е.В. Конфликты и стрессы в работе медицинских сестер // Бюллетень медицинских интернет-конференций. 2015. Т. 5. № 2. С. 78.
2. Ермолаева Е.В., Павлова Л.А. Благоприятный социально-психологический климат в коллективе как условие эффективной работы // Новая наука: Теоретический и практический взгляд. 2015. № 3. С. 50-52.
3. Тригранян Р.А. Стресс и его значение для организма. — М.: Наука, 2000.

**Ключевые слова:** профилактика, стресс, врач