

Aleksandra Frąckowiak*

NZOZ Centrum Usług Pielęgniarskich s.c. w Chorzowie

Zagrożenia w pracy pielęgniarki środowiskowej

Threats In The Work Of A Community Nurse

Streszczenie

Pielęgniarki z racji wykonywanych obowiązków, ryzyka kontaktu z czynnikami szkodliwymi i niebezpiecznymi oraz obciążeń psychospołecznych związanych z wykonywaną pracą narażone są na szereg zagrożeń zawodowych. Są to szkodliwe czynniki biologiczne, zagrożenia układu mięśniowo-szkieletowego, czynniki chemiczne i fizyczne oraz stres, często agresja i wulgarne zachowania ze strony pacjentów, wypalenie zawodowe.

Celem niniejszej pracy jest ocena występowania zagrożeń zawodowych wśród pielęgniarek środowiskowych. Badania przeprowadzono w grupie 33 pielęgniarek pracujących w zakładzie NZOZ „Centrum Usług Pielęgniarskich” w Chorzowie. W pracy wykorzystano opracowany dla potrzeb niniejszych badań kwestionariusz ankietowy do oceny zagrożeń występujących w miejscu pracy.

Prawie połowa (42%) ankietowanych wskazała, że najważniejszą grupą zagrożeń są szkodliwe czynniki biologiczne, następnie wymieniano dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego (39%) oraz obciążenia psychiczne (33%). Wśród chorób zawodowych większość badanych wskazywała na zarażenie się grzybicą (85%), gruźlicą (79%), a następnie wymieniano wirusowe zapalenie wątroby typu B lub C (70%). Zdecydowana większość ankietowanych twierdziła, że narażona jest w pracy na występowanie agresji ze strony pacjentów (73%).

Słowa kluczowe: *pielęgniarka środowiskowa, zagrożenia zawodowe, czynniki szkodliwe, wypalenie zawodowe, choroby zawodowe, obciążenia fizyczne.*

Abstract

Nurses by virtue of performed duties, risk of contact with harmful and dangerous factors, psychosocial loads related to performed work, are situated in a danger zone of

* Absolwentka studiów podyplomowych WSZOP BHP i systemy zarządzania bezpieczeństwem, praca końcowa napisana pod kierunkiem prof. nzw. dr hab. inż. Wojciecha Mniszka

many occupational hazards. There are biological harmful factors, hazards of agreement musculoskeletal, chemical and physical agents, stress, often eggression and vulgar behavior from their patients part, professional burnout .

The purpose of this study is to estimate the evaluation of occupational hazards in community of nurses. The research was conducted in a group of 33 nurses working in NZOZ „The Center of Nursing Services” in Chorzów. A special questionnaire was designed for the purpose of this research.

The almost half (42%) of respondents regarded that the most important group of hazards in workplace are the biological harmful factors, then 39% of them regarded ailments of agreement musculoskeletal and psychological loads (33%). The majority of respondents with occupational diseases indicated to become infected a mycosis (85%), tuberculosis (79%) and then was regarded viral hepatitis type of B or C (70%). The sweeping majority of respondents daimed that they were exposed to aggression from their patients in the workplace (73%).

Keywords: *community nurse, occupational bazards, harmful factors, professional burnout, occupational disease, physical loads.*

1. Wprowadzenie

Personel pracujący w służbie zdrowia narażony jest na szereg zagrożeń. Pielęgniarki są grupą zawodową szczególnie obciążoną konsekwencjami zdrowotnymi swojej pracy. Większość przypadków zawodowych chorób zakaźnych i alergicznych wśród pracowników medycznych dotyczy tego zawodu. Najczęstszą przyczyną wypadków przy pracy pielęgniarek są przypadki zakłucia się igłą, skaleczenia innym ostrym narzędziem oraz zanieczyszczenie skóry lub błon śluzowych krwią lub innym materiałem biologicznym potencjalnie zakaźnym pochodzącym od pacjenta. Jak dowodzą badania nie są to wcale przypadki rzadkie [1, 5, 6]. Potwierdza to również wynik badania ankietowego przedstawionego w niniejszym artykule - ponad połowa respondentek przyznała, że niejednokrotnie brała udział w niebezpiecznym zdarzeniu z udziałem szkodliwych czynników biologicznych w czasie swojej praktyki zawodowej. Drugim bardzo istotnym problemem są przeciążenia i związane z nimi dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego. W tym przypadku również nierzadko zdarzają się wypadki przy pracy, jakimi są urazy związane często z nieprawidłową postawą przy pracy i znacznym wysiłkiem fizycznym podczas przenoszenia lub podnoszenia zwłaszcza tych najciężej chorych osób. Przyczyną tego rodzaju zdarzeń jest często brak znajomości technik bezpiecznego podnoszenia

i przenoszenia pacjentów oraz stosowania zasad właściwej pozycji ciała podczas przeprowadzania zabiegów pielęgnacyjnych. Kolejna grupa zagrożeń wiąże się z obciążeniem psychicznym związanym z wykonywanym zawodem i kontaktem z cierpiącymi, chorymi oraz często samotnymi pacjentami w podeszłym wieku. Pielęgniarka powinna więc umieć radzić sobie z tego rodzaju sytuacjami chroniąc siebie, ale zachowując jednocześnie swoją wrażliwość i chęć pomocy chorym.

W artykule przedstawiono przegląd najważniejszych grup zagrożeń towarzyszących codziennej pracy pielęgniarek środowiskowo-rodzinnych. Badania przeprowadzono na podstawie autorskiej ankiety oceniając zakres występowania wyżej wymienionych grup zagrożeń i ocenę poziomu wiedzy na ich temat wśród pielęgniarek zajmujących się opieką długoterminową nad pacjentami. Chorzy to w większości osoby starsze, mieszkające samotnie, chorujące na wiele rodzajów schorzeń, niepełnosprawni ruchowo lub psychiczne albo sparaliżowani w różnym zakresie i unieruchomieni w łózkach. Wymagają oni często opieki i pomocy przy większości lub przy wszystkich podstawowych czynnościach dnia codziennego tj.: karmienie, podawanie leków, zabiegi lecznicze i pielęgnacyjne (w tym, np. toaleta ciała) oraz ćwiczenia usprawniające i rehabilitacyjne, a także załatwianie różnego rodzaju spraw i świadczeń. Wszystkie te czynności należą do obowiązków i stanowią codzienną pracę pielęgniarek podstawowej opieki zdrowotnej.

2. Podstawowe grupy zagrożeń w pracy pielęgniarki środowiskowej

Pielęgniarka jest pracownikiem ochrony zdrowia posiadającym wymagane kwalifikacje potwierdzone odpowiednimi dokumentami. Pielęgniarka środowiskowo-rodzinną pracuje w podstawowej opiece zdrowotnej, wypełniając funkcje pielęgniarskie wobec rodziny i jej członków, społeczności lokalnej, w środowisku zamieszkania, w sytuacji zdrowia, choroby lub niepełnosprawności, niezależnie od płci lub wieku oraz nad pacjentami w stanie terminalnym. Zgodnie ze specyfiką swojej pracy, podejmuje ona działania z zakresu promocji zdrowia, profilaktyki chorób, świadczeń pielęgnacyjnych, leczniczych, diagnostycznych, usprawniających i rehabilitacyjnych [16]. Praca zawodowa pielęgniarki obciążona jest narażeniem na wiele czynników, które mogą wpływać negatywnie na jej zdrowie.

Zagrożenia biologiczne

Szkodliwe czynniki biologiczne zdefiniowane są jako drobnoustroje komórkowe, pasożyty wewnętrzne, jednostki bezkomórkowe zdolne do replikacji lub przenoszenia materiału genetycznego, w tym zmodyfikowane genetycznie hodowle komórkowe, pasożyty wewnętrzne, które mogą być przyczyną zakażenia, alergii lub zatrucia [1, 6, 12, 14]. Jako szkodliwe czynniki biologiczne w środowisku pracy uznaje się, więc nie tylko drobnoustroje wywołujące choroby zakaźne, ale również mikro- i makroorganizmy oraz takie struktury i substancje wytwarzane przez te organizmy, które występując w środowisku pracy wywierają szkodliwy wpływ na organizm ludzki i mogą być przyczyną chorób pochodzenia zawodowego i parazawodowego o podłożu alergicznym, toksycznym czy nowotworowym, a także pełniące funkcję przenosicieli chorobotwórczych zarazków [3, 13, 17]. Stanowią one zwiększone ryzyko zachorowania na choroby zakaźne lub inwazyjne w związku z bezpośrednim kontaktem z pacjentami oraz materiałem zakaźnym pochodzącym od chorych. Zakażenie pielęgniarki może dotyczyć praktycznie wszystkich drobnoustrojów zakaźnych, które mogą pochodzić od drugiego człowieka – pacjenta. Dość często są to drobnoustroje o zwiększonej zjadliwości i chorobotwórczości. Ponadto w przypadku pielęgniarek występują specyficzne drogi przenoszenia zarazków np. droga krwiopochodna, co wiąże się z ryzykiem zakażenia specyficzną grupą drobnoustrojów. Ponadto może ona przez swoje niewłaściwe postępowanie przyczynić się do zakażenia pacjentów. Pielęgniarki pracujące, zarówno w szpitalach, innych placówkach ochrony zdrowia, jak i pielęgniarki środowiskowe, są codziennie narażone na szkodliwe czynniki biologiczne, tj.: bakterie, wirusy, grzyby chorobotwórcze, pasożyty i priony. Największe ryzyko stanowią przenoszone przez krew wirusy zapalenia wątroby typu B i C oraz wirus HIV, a także rozprzestrzeniające się drogą powietrzno-kropelkową wirusy i bakterie układu oddechowego oraz grzyby chorobotwórcze [2, 7, 15].

Zagrożenia chemiczne i fizyczne

W pracy pielęgniarki istnieje narażenie na szereg substancji chemicznych szkodliwych dla organizmu (ksenobiotyków). Do istotnych, ze względu na oddziaływanie, należą środki stosowane w aseptyce, czyli środki czyszczące, dezynfekcyjne i sterylizujące zawierające substancje szkodliwe, które mogą

uszkadzać skórę, błony śluzowe, układ oddechowy oraz leki, składniki gumy, niektóre metale. Czynniki chemiczne mogą być przyczyną zatruc ostrych – wypadkowych oraz przewlekłych – przy dłuższej ekspozycji na mniejsze stężenia. Ponadto mogą występować skutki odległe, ich działania związane są z wpływem na materiał genetyczny – działania teratogenne, mutagenne, embriotoksyczne, kancerogenne oraz reakcje alergiczne. Praca pielęgniarek jest związana z narażeniem na szereg silnie działających czynników alergizujących, z których najistotniejszym wydaje się lateks gumy naturalnej. Ponadto narażenie na leki, np. antybiotyki może powodować zaburzenia odporności i powodować zmiany w składzie flory bakteryjnej i modulować odporność organizmu na zakażenie [1, 6, 16].

Do szkodliwych czynników fizycznych, na które narażone są pielęgniarki środowiskowe można zaliczyć, np.: zmienny, niekorzystny mikroklimat podczas wyjazdów do pacjentów, hałas [1].

Zagrożenia układu mięśniowo-szkieletowego

Choroby i dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, a w szczególności kręgosłupa są obecnie bardzo powszechne. Wśród grup zawodowych najbardziej narażonych na ryzyko tych schorzeń znajdują się pracownicy opieki zdrowotnej [1, 4]. Główne przyczyny zmian przeciążeniowych układu ruchu w przypadku pielęgniarek to:

- wykonywanie czynności pielęgnacyjnych przy pacjentach leżących – w szczególności ich podnoszenie i przemieszczanie – z czym wiąże się głównie przeciążenie kręgosłupa, prowadzące do zespołów bólowych na tle zmian zwyrodnieniowych,
- konieczność częstego pochylania się i przykucania podczas pracy,
- wykonywanie czynności w zbyt małej przestrzeni roboczej,
- niestosowanie zasad ergonomii.

Choroby układu ruchu mogą być wynikiem urazu powstałego na skutek jednorazowego przeciążenia albo kumulujących się przez lata mikrourazów. Mają one wpływ na funkcjonowanie wszystkich innych układów organizmu, w tym centralnego układu nerwowego i należą do nich głównie urazy kręgosłupa na odcinku lędźwiowo-krzyżowym, szyjnym, dyskopatie pourazowe kręgosłupa oraz naderwanie ścięgien, mięśni, przepuklina pachwinowa i wiele

innych. Średni wskaźnik ciężkości dla tego typu schorzeń wynosi 56 dni absencji w pracy, a główną przyczyną wypadków jest często wykonywanie pracy w niedostatecznej obsadzie (jednoosobowo), brak właściwego sprzętu pomocniczego, przekroczenie norm dźwigania oraz brak ostrożności. Na rozwój schorzeń układu ruchu mają również istotny wpływ czynniki psychologiczne. Stres fizycznie objawia się napięciem mięśni, które pozostając w skurczu mogą nadmiernie zwiększać nacisk na dyski międzykręgowe [4, 9].

Skutkiem długotrwałych obciążeń układu mięśniowo-szkieletowego podczas pracy mogą być choroby zawodowe i parazawodowe układu ruchu i obwodowego układu nerwowego np. przewlekłe zapalenie ścięgien i ich pochewki, przewlekłe zapalenie okołostawowe barku, zmęczeniowe złamania kości, martwica kości i wiele innych. Do chorób parazawodowych, czyli takich, które mają złożone przyczyny i wśród których warunki pracy stanowią tylko jeden z możliwych elementów ryzyka wpływających na ich ujawnienie i przyspieszenie choroby lub pogorszenie stanu zdrowia, możemy wyróżnić: bóle pleców, krzyża oraz choroba zwyrodnieniowa stawów [4, 18]. W pracy pielęgniarki środowiskowej szczególnie duże niebezpieczeństwo powstania przeciążenia narządu ruchu wiąże się z pielęgnowaniem pacjenta unieruchomionego w łóżku (leżącego) lub na wózku (siedzącego). Często pacjent ten jest w dużej mierze niesamodzielny ruchowo. Sytuację komplikuje występowanie u niego niepełnosprawności intelektualnej ze względu na wiek (przeważają pacjenci w podeszłym wieku, niesamodzielni lub leżący), uszkodzenie narządów zmysłów lub mowy i kontakt z nim jest wówczas utrudniony. Są to również często pacjenci całkowicie unieruchomieni w pozycji leżącej – sparaliżowani. Z przeprowadzonych badań wynika, że napady bólu u pielęgniarek pracujących z opisaną grupą pacjentów pojawiają się najczęściej podczas ich pionizacji, przenoszenia, wysadzania na toaletę, przewijania, mycia i kąpienia oraz karmienia. Niestety są one często wykonywane niezgodnie z zasadami ergonomii, a ponieważ wiążą się z podnoszeniem pacjentów bądź jednej z części jego ciała oraz koniecznością utrzymywania ciężaru przez dłuższy czas, przyczyniają się do powstania przeciążeń ruchu [1, 8].

Zagrożenia psychospołeczne w środowisku pracy pielęgniarki

Wysoki poziom obciążenia psychicznego w pracy pielęgniarki jest wynikiem przede wszystkim zaangażowania się osobistego w sprawy chorych i cierpiących

ludzi, co bez wątpienia związane jest ze specyfiką wykonywanej przez nie pracy. Kondycja zdrowotna pracownika, w zasadzie w każdym zawodzie, w znacznym stopniu zależy od jego umiejętności radzenia sobie ze stresem. Jakość strategii zwalczania sytuacji stresowych w dużej mierze zależy zaś od postrzegania i oceny samego siebie oraz swoich potencjalnych możliwości w kontekście konkretnej sytuacji stresowej [11].

Coraz bardziej powszechne w miejscu pracy, również w pracy pielęgniarki podstawowej opieki zdrowotnej, staje się zjawisko przemocy i agresji. Wśród aktów przemocy psychicznej na listach zachowań agresywnych wymieniane są przede wszystkim: pogróżki, zastraszanie, obrażanie, szydzenie, wrogie zachowanie (krzyki, wrzaski, wygrażanie pięścią, plucie), agresja fizyczna wobec przedmiotów [10]. Pielęgniarki środowiskowe nierzadko spotykają się w swojej pracy z agresją słowną, a nawet fizyczną ze strony pacjentów.

Innym problemem w pracy, która wiąże się z ciągłym obciążeniem psychicznym i fizycznym jest tzw. zespół przewlekłego zmęczenia i tzw. „wypalenie zawodowe”, który dotyczy bardzo często pielęgniarek i wynika ze specyfiki wykonywanej przez nie pracy. Zawód pielęgniarki wymaga bowiem: zwiększonego wysiłku psychicznego związanego z obserwacją cierpienia chorego; wysokiego zaangażowania osobistego w sprawy innych, cierpiących ludzi; wysokiej empatii, zrozumienia dla chorego; identyfikacji z problemami chorych ludzi; zwiększonej odpowiedzialności za wynik swojej pracy; poczucia pełnej kontroli nad procesem leczenia. Wszystkie te czynniki mogą w prosty sposób doprowadzić do wystąpienia poważnych zaburzeń, początkowo emocjonalnych, a później do syndromu wypalenia zawodowego u pielęgniarki, która nie potrafi sobie skutecznie radzić ze stresem i obciążeniem psychicznym w pracy, bądź nie ma dostatecznego wsparcia ze strony innych.

3. Analiza zagrożeń na podstawie ankiety przeprowadzonej wśród pielęgniarek środowiskowych

Opis badanej grupy i metoda

Celem pracy była ocena występowania zagrożeń zawodowych wśród pielęgniarek podstawowej opieki zdrowotnej. Badania przeprowadzono osobiście w Niepublicznym Zakładzie Opieki Zdrowotnej „Centrum Usług Pielęgniarskich” s.c. w Chorzowie. Objęto nimi 33 pracujące tam pielęgniarki

środowiskowe. Zakład ten świadczy przede wszystkim usługi z zakresu pielęgniarstwa środowiskowo-rodzinnego, obejmując opieką ponad 100 pacjentów mieszkających w Chorzowie i miastach ościennych.

Badania przeprowadzono metodą sondażu diagnostycznego, wykorzystując opracowany specjalnie dla potrzeb niniejszych badań kwestionariusz ankietowy składający się z 23 pytań dotyczących podstawowych grup zagrożeń, jakie wiążą się z codzienną pracą pielęgniarki środowiskowej. W zdecydowanej większości były to pytania zamknięte, jedynie w kilku przypadkach, gdzie istniała możliwość zaznaczenia odpowiedzi np. „inne” proszono ankietowane o sprecyzowanie odpowiedzi i podanie przykładu. Pytania pierwszej części ankiety (pyt. 1-11) dotyczyły zagrożeń biologicznych pielęgniarek podczas pracy i koncentrowały się głównie na sprawdzeniu wiedzy respondentek co do ich rodzajów, potencjalnych dróg zakażenia, chorób jakich mogą być przyczyną oraz wiedzy na temat środków ochrony osobistej i zachowań w tzw. sytuacji awaryjnej z udziałem szkodliwego czynnika biologicznego. Kolejna grupa pytań (pyt. 12-16) dotyczyła zagrożeń układu mięśniowo-szkieletowego i związanych z nimi dolegliwości bólowych, częstości ich występowania i czasu trwania oraz oceny świadomości istnienia tych zagrożeń wśród pielęgniarek. Następna grupa pytań (pyt. 17-21) dotyczyła obciążeń psychicznych ankietowanych, jakie wiążą się z opieką nad pacjentami. W pytaniach tych poruszono problem występowania agresji pacjentów, ich rodzin lub współlokatorów w stosunku do pielęgniarek, następnie problem stresu lub strachu o własne bezpieczeństwo, zwłaszcza w tzw. „niebezpiecznych dzielnicach” miast. Poruszono też zagadnienie zespołu wypalenia zawodowego pytając respondentki, czy orientują się co ten termin oznacza i czy doświadczyły tego stanu. Na koniec - w pytaniach 22 i 23 zapytano pielęgniarki, które według nich zagrożenia tj.: szkodliwe czynniki biologiczne, dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego, obciążenia psychiczne, zespół przewlekłego zmęczenia, wypalenie zawodowe, alergie lub inne, uważają za najistotniejsze podczas swojej pracy (proszono o przypisanie kolejnych cyfr według zasady 1 - najistotniejsza, 7 - najmniej istotna) oraz zapytano, czy orientują się, na jakie choroby zawodowe są narażone podczas swojej pracy.

Najliczniejszą grupę reprezentowały kobiety w wieku 41-50 lat (55%) oraz mające powyżej 51 lat (30%). Z kolei pozostałe 15% stanowiły panie w wieku 30 – 41 lat. Staż pracy w zawodzie rozkładał się niemalże równomiernie

w przedziale 21-30 lat (33%), 11-20 lat (30%) i powyżej 30 lat pracy (30%). Niewiele, bo tylko 6% kobiet, pracowało krócej niż 10 lat w zawodzie. Wśród badanych zdecydowana większość pielęgniarek posiadała wykształcenie średnie - 79%, a tylko 15% wykształcenie wyższe medyczne. Większość z ankietowanych pielęgniarek (64%) pracowała tylko jako pielęgniarka podstawowej opieki zdrowotnej w badanym zakładzie, a reszta (36%) dodatkowo w innych zakładach opieki zdrowotnej.

Zagrożenia biologiczne

Szkodliwe czynniki biologiczne, obok dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego stanowią największą i najgroźniejszą grupę zagrożeń w codziennej pracy personelu pielęgniarskiego. Wśród ankietowanych pielęgniarek niewiele mniej niż połowa (42%) wskazało zagrożenia biologiczne na pierwszym miejscu jako najistotniejszą grupę zagrożeń towarzyszących im podczas pracy z pacjentami. Zaraz na drugim miejscu (39%) wymieniane były dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego. Dopiero w następnej kolejności wskazywano na obciążenia psychiczne (33%), przemęczenie (15%) lub alergie.

Zdecydowana większość badanych pielęgniarek - 97% wskazywała, że ich praca wiąże się na co dzień z zagrożeniem ze strony szkodliwych czynników biologicznych (tab.1), wśród których najczęściej wymieniane były: bakterie, wirusy i grzyby chorobotwórcze.

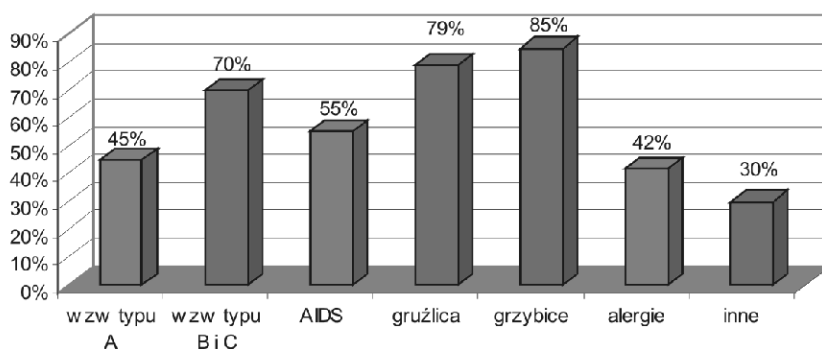
Tab.1. *Narażenie na czynniki biologiczne podczas pracy jako pielęgniarka środowiskowa*

Szkodliwy czynnik biologiczny	Procent ankietowanych
bakterie	97 %
wirusy	94 %
grzyby chorobotwórcze	67 %
Pasożyty	48 %
priony	15 %

Pielęgniarki zapytane, jakie są według nich drogi zakażenia przez szkodliwe czynniki biologiczne podczas opieki nad pacjentami, w większości zgodnie podawały 4 główne sposoby zakażenia, takie jak: wdychanie powietrza, czyli droga oddechowa – 81%, kontakt z wodą i przedmiotami, których wcześniej dotykały osoby chore – 81%, kontakt z krwią ludzką – 81% oraz kontakt

z wydzielinami i wydaliniami pacjentów - 85% ankietowanych. Jedynie 33% respondentek wskazało dodatkowo na dotykanie ust i jedzenia nieumytymi rękoma jako również drogę zakażenia drobnoustrojami chorobotwórczymi. Ponadto 70% ankietowanych pielęgniarek uznało, że narażenie na szkodliwe czynniki biologiczne wiąże się z większością wykonywanych czynności podczas ich codziennej pracy, 36% wskazało, że wiąże się to tylko z niektórymi czynnościami, a jedynie 6%, że jest narażona na ich działanie tylko w sytuacjach awaryjnych, czyli takich, gdy dojdzie do bezpośredniego kontaktu z zakażonym materiałem biologicznym przez skaleczenie lub kontakt z nimi błon śluzowych albo skóry.

Na pytanie o znajomość chorób, jakie mogą zostać wywołane przez szkodliwe czynniki biologiczne, z którymi stykają się podczas opieki nad pacjentami, pielęgniarki odpowiadały dosyć zróżnicowanie, co obrazuje rysunek 1. Większość wskazywała na największe zagrożenie zarażeniem się grzybicą (aż 85%) oraz gruźlicą (79%). W trzeciej kolejności wymieniano wirusowe zapalenie wątroby typu B lub C (70%). Wśród „innych” wymieniano głównie wszawicę.



Rys.1. Procentowy udział chorób wywołanych przez szkodliwe czynniki biologiczne w pracy według ankietowanych pielęgniarek

Kolejna grupa pytań dotyczących zagrożeń szkodliwymi czynnikami biologicznymi podczas pielęgnacji pacjentów, dotyczyła wiedzy ankietowanych pielęgniarek na temat istoty tych zagrożeń oraz ochrony przed zakażeniem się drobnoustrojami chorobotwórczymi. Większość respondentek (72%) odpowiadała, że wiedzę na temat niekorzystnego wpływu czynników biologicznych na własne zdrowie uzyskała podczas wykonywania zawodu oraz od pracodawcy lub pracownika bhp (70%), najmniej wskazywało na odpowiedź,

że dowiedziała się we własnym zakresie (15%). Pielęgniarki zapytane czy podczas okresowych szkoleń bhp poruszano temat zagrożeń biologicznych w miejscu pracy i ochrony przed ich szkodliwym oddziaływaniem, odpowiadały w 85%, że tak - temat ten był elementem szkoleń, a tylko w 15%, że nie pamiętają czy zwracano na tą kwestię uwagę. Ponad połowa ankietowanych (58%) stwierdziła, że ich wiedza na temat zagrożeń biologicznych podczas pracy jest wystarczająca i wiedzą wszystko, co konieczne do skutecznej ochrony przed ich oddziaływaniem na swój organizm. Równocześnie jednak 42%, czyli prawie połowa respondentek, stwierdziła, że nie wie wystarczająco dużo na ten temat i chciałaby dowiedzieć się więcej. Z kolei, jeśli chodzi o najskuteczniejsze sposoby ochrony przed szkodliwymi czynnikami biologicznymi, wśród najczęściej wskazywanych odpowiedzi pojawiała się: stosowanie odpowiedniego sprzętu (chodziło głównie o sprzęt i aparaturę z elementami jednorazowego użytku) - 91%, środki ochrony osobistej (rękawiczki, maseczki, odzież) - 81%, szczepienia ochronne - 72% ale także wskazywano na dezynfekcję rąk przed i po kontakcie z pacjentem - 64%. Przestrzeganie regulaminu oraz zasad bhp wskazała tylko niewiele ponad połowa respondentek - 55%. W dalszej kolejności wymieniano również: mycie rąk po kontakcie z materiałem biologicznym od pacjenta (42%), mycie rąk przed jedzeniem (30%) oraz zmianę odzieży przed i po pracy, a także nie spożywanie posiłków w pracy, tylko w wyznaczonych do tego celu miejscach.

Zagrożenie zakażeniem szkodliwymi czynnikami biologicznymi, a w konsekwencji rozwój groźnych chorób u zarażonej pielęgniarki, występuje przede wszystkim w przypadku wystąpienia tzw. sytuacji awaryjnej, czyli uszkodzenia środków ochrony indywidualnej np. rękawiczek, zakłucie się igłą zabrudzoną krwią lub innym materiałem potencjalnie zakaźnym od chorego pacjenta lub skaleczenie się innym ostrym zabrudzonym narzędziem lub zachłapanie skóry, oczu czy błon śluzowych materiałem potencjalnie zakaźnym. Pielęgniarki zapytane czy uczestniczyły w niebezpiecznym zdarzeniu z czynnikiem biologicznym podczas pracy, aż w 58% odpowiadały, że tak. Z czego niemal wszystkie, poza jedną panią wskazało, że było to zakłucie się igłą, oraz dodatkowo 18% z nich wskazała na skaleczenie się innym ostrym narzędziem. 9% badanych stwierdziło, że wie, iż podczas takiej sytuacji awaryjnej miało miejsce dodatkowo: rozlanie i zachłapanie się materiałem zakaźnym lub kontakt z chorym na AIDS pacjentem. Jedynie 42% respondentek odpowiedziało, że podczas

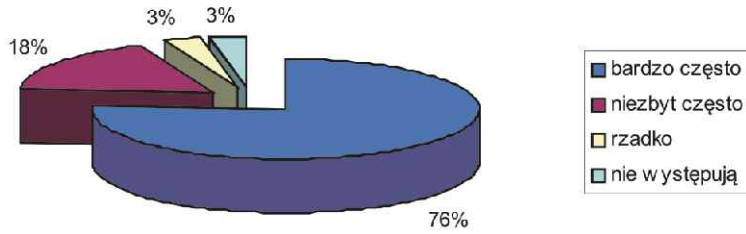
swojej dotychczasowej pracy w zawodzie pielęgniarki nie uczestniczyło jeszcze w sytuacji bezpośredniego narażenia na szkodliwe (zakaźne) czynniki biologiczne. Na uwagę zasługuje fakt, że znaczna część z badanych pielęgniarek, które brały udział w niebezpiecznej sytuacji z materiałem biologicznym, miała w takim zdarzeniu udział więcej niż raz.

Na pytanie, skąd ankietowane uzyskały informacje na temat zachowania się w sytuacjach awaryjnych, większość – 67% wskazywało, że otrzymało takie wskazówki od pracodawcy bądź pracownika bhp, 55% - że z pisemnej instrukcji, a 39% - że dowiedziała się podczas nauki zawodu. Zdecydowana większość, bo 97% badanych wskazało również, na wydaje się oczywistą odpowiedź, że w przypadku uszkodzenia lub zużycia się środków ochrony osobistej (chodziło tu głównie, np. o przerwanie lub uszkodzenie rękawiczek jednorazowego użytku) natychmiast zmienia je na nowe.

Na koniec badania ankietowego pielęgniarki zapytano o znajomość chorób zawodowych, na jakie są narażone podczas pracy zawodowej. Trzy czwarte ankietowanych (76%) odpowiadała twierdząco, że wie jakiego rodzaju są to choroby zawodowe, ale prawie 1/4 respondentek (24%) stwierdziła, że orientuje się tylko mniej więcej w tym zakresie. Jest to istotny problem, który powinien być poruszany na szkoleniach okresowych pracowników, bowiem wiąże się z kształtowaniem odpowiedniej świadomości u pielęgniarek, a co za tym idzie poszerzeniem ich wiedzy jak zabezpieczyć się oraz jak postępować w przypadku wystąpienia takiej choroby, i jak dochodzić przysługującego im z tego tytułu roszczenia.

Zagrożenia układu mięśniowo – szkieletowego

Dolegliwości układu mięśniowo–szkieletowego, są drugą niemal równorzędną pod względem istoty i ważności grupą zagrożeń, na którą wskazywały ankietowane pielęgniarki. Na bóle układu kostno–mięśniowego związane z wykonywaną pracą wskazywała zdecydowana większość respondentek - 97%. Rysunek 2 obrazuje jak poważny jest to problem dla pielęgniarek, ponieważ jak widać, aż 76% ankietowanych wskazuje, że dolegliwości te występują u nich bardzo często.



Rys. 2. Częstość występowania dolegliwości bólowych układu mięśniowo – szkieletowego ankietowanych pielęgniarek

Jeśli chodzi o miejsce występowania najczęściej dolegliwości bólowych w zdecydowanej większości wskazywano na okolicę lędźwiowo – krzyżową – 97%, odcinek szyjny kręgosłupa - 42 % oraz okolice barków i kolan (po 27%), czy ręce (24%). Niepokojący wydaje się fakt, że dolegliwości bólowe układu kostno – mięśniowego, jako reakcję na przeciążenie pracą, ujawniły się u prawie wszystkich badanych kobiet przed ukończeniem przez nie 40 roku życia (80% pielęgniarek z tego przedziału wiekowego) oraz u niemal wszystkich pań, których staż pracy był krótszy niż 10 lat. Co dowodzi, że problem ten dotyczy coraz młodszej części personelu pielęgniarskiego. Podczas badania ankietowego, pielęgniarki zapytano również, czy doznały kiedykolwiek w okresie wykonywania pracy w zawodzie urazu lub czy zostały kiedyś poszkodowane podczas przenoszenia pacjentów. Ponad 1/3 badanych wskazała, że tak, a jedynie niewiele ponad połowa (52%) odpowiedziała - nie. Reszta, czyli 12% respondentek stwierdziło, że nie pamięta takiego zdarzenia ze swojej praktyki zawodowej. Na uwagę zasługuje fakt, jak pokazują wyniki w tabeli 2, że większość ankietowanych pielęgniarek wiąże swoje dolegliwości bólowe układu mięśniowo-szkieletowego przede wszystkim z nieprawidłową i wymuszoną pozycją w pracy oraz nadmiernym wysiłkiem fizycznym.

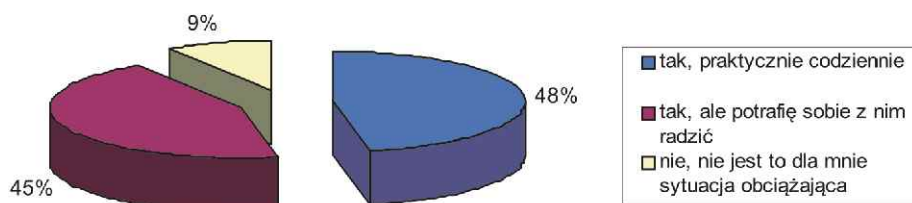
Tab. 2. Przyczyna dolegliwości bólowych układu mięśniowo – szkieletowego wg respondentek

Przyczyna bólów układu mięśniowo-szkieletowego	Procentowy udział odpowiedzi
wymuszona pozycja ciała	64%
nadmierny wysiłek fizyczny	58%
nadmierne przeciążenie układu mięśniowo-szkieletowego	42%
nie, nie kojarzę ich z pracą	3%

Zagrożenia psychospołeczne

Praca pielęgniarki z ciężko i obłożnie chorymi pacjentami, najczęściej w podeszłym wieku, wiąże się ze znacznym obciążeniem psychicznym. Ludzie ci niejednokrotnie zmęczeni chorobą lub rozgoryczeni swoją niedołężnością lub przewlekłe trwającym bólem stają się agresywni lub niegrzecznie odnoszą się do opiekujących się nimi pielęgniarek. Na pytanie czy respondentki spotykają się w pracy zawodowej z agresją ze strony swoich podopiecznych np. w formie werbalnej, pogroźek lub szantażu, aż 73% odpowiedziało, że tak. Niewiele mniej, bo 52 % zaznaczyło również odpowiedź, że spotyka się także z agresją ze strony rodzin lub współlokatorów swoich pacjentów. Niepokojący wydaje się fakt, że niemal 1/3 ankietowanych często spotyka się z zachowaniami agresywnymi w pracy, a niewiele mniej bo 24 % niezbyt często ale jednak ma z taką sytuacją do czynienia.

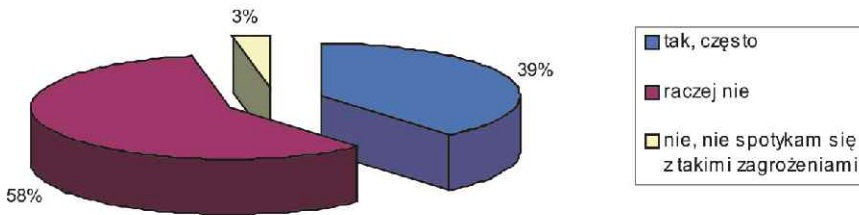
Rysunek 3 pokazuje, że silny stres i obciążenie psychiczne, jakie wiążą się z opieką nad chorymi pacjentami, często w starszym wieku dotyczy aż 48% ankietowanych pielęgniarek, a tylko 9% z nich stwierdza jednoznacznie, że nie jest to dla nich sytuacja obciążająca.



Rys. 3. Narażenie na silny stres lub obciążenie psychiczne związane z opieką nad ciężko chorymi pacjentami

Kolejnym poważnym problemem, z jakim wiąże się praca polegająca na pielęgnacji chorych jest zespół wypalenia zawodowego, który dotyka stosunkowo dużej części personelu pielęgniarskiego. Pielęgniarki zapytane czy orientują się, co oznacza ten termin twierdząco odpowiedziały w 82 %, z czego 15 %

przyznaje, że doświadczyła tego stanu. Jest to dosyć duży odsetek zważywszy na to, że powrót do pracy i swoich obowiązków po tego rodzaju doświadczeniach bywa niezwykle trudny i wymaga sporego wysiłku i samozaparcia ze strony dotkniętej nim osoby. Praca pielęgniarki środowiskowej wiąże się również z codziennym dojazdem do pacjentów, którzy nierzadko mieszkają w ubogich lub cieszących się złą sławą dzielnicach. Stres związany ze strachem o własne bezpieczeństwo, również jest czynnikiem wpływającym na zwiększenie obciążenia psychicznego u pielęgniarki. Często sąsiedzi lub nawet współlokatorzy chorej osoby nie stronią od alkoholu lub innych używek zwiększających ich agresję wobec otoczenia. Ankietowane pielęgniarki zapytane czy w codziennej pracy opiekują się pacjentami mieszkającymi w tzw. niebezpiecznych dzielnicach miast, co może wiązać się ze strachem o własne bezpieczeństwo, prawie w 40% odpowiedziało, że tak i to często. Rozkład odpowiedzi obrazuje rysunek 4.



Rys. 4. Opieka nad pacjentami z tzw. niebezpiecznych dzielnic miast

Wyniki badań i podsumowanie

Pielęgniarki środowiskowo-rodzinne jako część szeroko rozumianego personelu medycznego są w swojej codziennej pracy narażone na szereg zagrożeń zawodowych.

Do najistotniejszych pod względem niebezpieczeństwa powstania często bardzo groźnych chorób i schorzeń zalicza się przede wszystkim szkodliwe czynniki biologiczne, zagrożenia układu mięśniowo-szkieletowego, przemęczenie, obciążenia psychiczne związane z opieką nad ciężko i przewlekle

chorymi ludźmi, stres, alergie i wiele innych. Wyniki badania ankietowego przedstawionego w niniejszym artykule opisano w skrócie poniżej:

- prawie połowa (42%) ankietowanych pielęgniarek wskazała szkodliwe czynniki biologiczne jako najistotniejszą grupę zagrożeń w ich codziennej pracy. Następnie wskazywano na dolegliwości układu mięśniowo-szkieletowego (39%) oraz na obciążenie psychiczne (33%),
- zdecydowana większość badanych pielęgniarek – 97%, wskazywała, że ich praca wiąże się na co dzień z zagrożeniami biologicznymi. Ponadto 70% ankietowanych pielęgniarek uznało, że narażenie na szkodliwe czynniki biologiczne wiąże się ze wszystkimi (większością) wykonywanych czynności podczas opieki nad pacjentami,
- wśród chorób wywoływanych przez szkodliwe czynniki biologiczne, większość wskazywała na zagrożenie zarażeniem się grzybicą (aż 85%) oraz gruźlicą (79%), następnie w trzeciej kolejności wymieniano wirusowe zapalenie wątroby typu B lub C (70%),
- 72% respondentek odpowiadała, że wiedzę na temat niekorzystnego wpływu czynników biologicznych na własne zdrowie uzyskała podczas wykonywania zawodu oraz od pracodawcy lub pracownika bhp (70%), z czego 42%, czyli prawie połowa ankietowanych stwierdziła, że nie wie wystarczająco dużo na ten temat i chciałaby dowiedzieć się więcej,
- pielęgniarki zapytane czy uczestniczyły w niebezpiecznym zdarzeniu z potencjalnie zakaźnym czynnikiem biologicznym podczas pracy, aż w 58% odpowiadały, że tak, z czego niemal wszystkie, poza jedną panią wskazało, że było to zakłucie się igłą, oraz dodatkowo 18% z nich wskazała na skaleczenie się innym ostrym narzędziem. Znaczna część z badanych pielęgniarek, które brały udział w niebezpiecznej sytuacji z materiałem biologicznym miały w takim zdarzeniu udział więcej niż raz,
- na bóle układu kostno-mięśniowego związane z wykonywaną pracą wskazywała zdecydowana większość respondentek - 97%, z czego aż 76% ankietowanych wskazuje, że dolegliwości te występują u nich bardzo często, a 42% - że trwają tydzień bądź dłużej. Najbardziej narażonym miejscem na przeciążenia według zapytanych pielęgniarek jest okolica lędźwiowo-krzyżowa kręgosłupa (97%), odcinek szyjny (42 %) oraz okolice barków, kolan (po 27%) i ręce (24%),

- na pytanie, czy respondentki spotykają się w pracy zawodowej z agresją ze strony swoich podopiecznych w formie np. werbalnej, pogroźek lub szantażu, aż 73% odpowiedziało, że tak. Niewiele mniej, bo 52 % zaznaczyło również odpowiedz, że spotyka się także z agresją ze strony rodzin lub współlokatorów swoich pacjentów,
- ankietowane pielęgniarki zapytano również czy w codziennej pracy opiekują się pacjentami mieszkającymi w tzw. niebezpiecznych dzielnicach miast, co może wiązać się ze strachem o własne bezpieczeństwo - prawie 40% odpowiedziało, że tak i to często.

LITERATURA

- [1] Bielski B.: *Higiena pracy w pielęgniarstwie*. Wybrane zagadnienia, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego, Poznań 2009.
- [2] Danciewicz M., Szymankiewicz M., Kowalewski J., Karwacka M.: *Postępowanie poekspozycyjne w przypadku ekspozycji pracowników szpitala na HBV, HCV i HIV*, „Przegląd Epidemiologiczny”, 2005, nr 59, s. 671-677.
- [3] Dutkiewicz J., Śpiewak R., Jabłoński L.: *Klasyfikacja szkodliwych czynników biologicznych występujących w środowisku pracy oraz narażonych na nie grup zawodowych*, Lublin 2002.
- [4] Jarosiewicz G.: *Jak chronić układ mięśniowo-szkieletowy podczas pracy*. Poradnik dla pracowników służby zdrowia, Państwowa Inspekcja Pracy, Warszawa 2007.
- [5] Kołodziejczyk E.: *Wymagania i zagrożenia w pracy pielęgniarki*, 2009, strona internetowa <http://www.abc.com.pl/problem/1582/8> (z dn. 20.12.2009).
- [6] Kowalczyk K., Krajewska-Kułak E., Jankowiak B., Klimaszewska K., Rolka H., Kondzior D., Kowalewska B.: *Zagrożenia zawodowe pielęgniarek, położnych i lekarzy w środowisku pracy*, „Przegląd Higieniczny-Epidemiologiczny” 2008, 89(2), s. 211-215.
- [7] Kozajda A., Zielińska-Jankiewicz K., Szadkowska-Stańczyk I.: *Wiedza wybranych grup zawodowych o rodzajach czynników biologicznych obecnych w środowisku pracy oraz o sposobach ochrony przed ich wpływem cz. II*, „Medycyna Pracy” 2005; 57 (3), s. 205-211.
- [8] Lorencowicz R., Dymerska A., Kozar M.: *Zespoły bólowe kręgosłupa wśród pielęgniarek pracujących w szpitalu*, „Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska” Lublin-Polonia, nr 45, 2000 s.136-140.
- [9] Łyjak G.: *Zagrożenia układu mięśniowo-szkieletowego u osób pracujących w szpitalach przy ręcznych pracach transportowych*, Główny Inspektorat Pracy. Departament Nadzoru i Kontroli, Warszawa 28.10.2009.
- [10] Markowski T.: *Narażenie zawodowe pracowników ochrony zdrowia – ze szczególnym uwzględnieniem obsady pracowni radiologicznej*, „Problemy Higieniczno-Epidemiologiczne” 2009, 90 (2), s. 155-164.

- [11] Rongińska T.: *Diagnostyka źródeł stresu i wypalenia zawodowego w pracy pielęgniarki*, Uniwersytet Zielonogórski 2009.
- [12] Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 22 kwietnia 2005 r. w sprawie szkodliwych czynników biologicznych dla zdrowia w środowisku pracy oraz ochrony zdrowia pracowników zawodowo narażonych na te czynniki (Dz. U. Nr 81, poz. 716).
- [13] Tomaszewska M.: *Obowiązujące akty prawne regulujące sprawy ochrony pracowników przed szkodliwymi czynnikami biologicznymi w środowisku pracy*, SPZ ZOZ Szpital w Solcu, Warszawa 2007, II Konferencja Rozwoju Pielęgniarstwa Polskiego.
- [14] Zapór L., Gofofit-Szymczak M.: *Czynniki biologiczne w środowisku pracy – ocena ryzyka zawodowego*, „Bezpieczeństwo Pracy” 2/2008, s. 6-9.
- [15] Zielińska-Jankiewicz K., Kozajda A.: *Wiedza wybranych grup zawodowych o rodzajach czynników biologicznych obecnych w środowisku pracy oraz o sposobach ochrony przed ich wpływem*, „Medycyna Pracy” 2003; 54 (5), s. 399-406.
- [16] strona internetowa CIOP <http://www.ciop.pl>: Międzynarodowa Karta Charakterystyki Zagrożeń Zawodowych, (z dn. 19.02.2010).
- [17] strona internetowa CIOP <http://www.ciop.pl> źródło: Dutkiewicz J.: Nauka o pracy: bezpieczeństwo, higiena i ergonomia, Instytut Medycyny Wsi, Lublin (z dn. 8.03.2010).
- [18] strona internetowa PIP <http://www.pip.pl>: materiały dla służby zdrowia: Mniej dźwigaj kręgosłup masz tylko jeden!