

# IZZIVI REHABILITACIJSKE ZDRAVSTVENE NEGE V ČASU PANDEMIJE COVID-19

## CHALLENGES OF REHABILITATION NURSING IN THE COVID-19 PANDEMIC

asist. Viki Kotar, mag. zdr. nege

Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije – Soča, Ljubljana

### Povzetek

Največje breme epidemije koronavirusne bolezni nosijo zaposleni v bolnišnicah in zdravstvenih domovih. Že tako preobremenjene medicinske sestre je pandemija pripeljala do roba njihovih zmogljivosti. Izzive pri njihovem delu v času COVID-19 predstavljajo stalna uporaba zaščitne opreme, potrebna pazljivost pri delu z vsemi pacienti, prilagajanje reorganizaciji oddelkov (»rdeča« in »siva cona«), podaljšani delovnik, strah pred izpostavljenostjo virusu in tveganju za svoje zdravje in zdravje svojih družin, nezmožnost pomagati svojim otrokom, ki se šolajo na daljavo, ter pomanjkanje časa zase, za malico, spanje in počitek. Še vedno ne vemo, kako dolgo bomo izpostavljeni novemu virusu in s kakšno dinamiko bo potekala pandemija. Zato moramo natančno načrtovati ukrepe znotraj koordinacijske skupine in naprej v vseh strokovnih zdravstvenih timih ter sodelovati na vseh ravneh.

### Ključne besede:

zdravstvena nega; obremenitve; stres; organizacija dela; nevarnosti pri delu

### Abstract

*The largest burden of the coronavirus disease epidemic falls on health care professionals. Nursing staff is already overstretched, and the pandemic has pushed them to their limit. Their main challenge in the COVID-19 era are permanent wearing of protective gear, required caution when dealing with all patients, adapting to organisational changes »red« and »grey zone«, prolonged working hours, fear of exposure to the virus and hazard for themselves and their families, inability to assist their children with on-line education, and lack of time for themselves, lunch, sleep and rest. We still do not know for how long we will be exposed to the new virus and what the dynamic of the pandemic will be. We must therefore carefully plan the measures within the central co-ordination team and further within each rehabilitation team, and co-operate with each other at all levels.*

### Key words:

*nursing; strain; stress; work organisation; occupational hazards*

### UVOD

Pandemija virusa SARS-CoV-2 je popolnoma presenetila celotni svet. Največje breme epidemije koronavirusne bolezni nosijo zaposleni v bolnišnicah in zdravstvenih domovih. Pandemija je na primanjkljaj kadra v zdravstveni negi še bolj opozorila. Že tako preobremenjene medicinske sestre (MS) je pandemija pripeljala do roba njihovih zmogljivosti. V zelo kratkem času je bilo potrebno reorganizirati zdravstveni sistem v celoti. Bolnišnice in tudi Univerzitetni rehabilitacijski inštitut Republike Slovenije – Soča (URI – Soča), ki sprejemajo paciente ali imajo paciente s COVID-19, je bilo treba čez noč prestrukturirati v del

bolnišnice za paciente s COVID-19 in v del bolnišnice z ostalimi pacienti, ki nimajo COVID-19.

### Izzivi

Pri delu s pacientom s COVID-19 je potrebna predvsem popolna in dosledna uporaba osebne varovalne opreme, da ne pride do okužbe zdravstvenega osebja. Ravno zaposleni v zdravstveni negi so neposredni izvajalci zdravstvene oskrbe 24 ur dnevno, hkrati koordinatorji in kreatorji dogajanj, zato tudi najbolj izpostavljeni okužbam ali prenosom okužb. Znotraj zdravstvene ustanove se moramo vesti do sprejetega pacienta, kot da je lahko

okužen z virusom SARS-CoV-2, je asimptomatski oboleli in možen prenašalec. Diplomirane medicinske sestre skrbijo za sistematično in organizirano jemanje brisov oziroma testov pacientom. V času pandemije imajo MS ključno vlogo v boju proti COVID-19 in hkrati delajo v izredno stresnem okolju. Delajo na različnih prirejenih oddelkih, ki so ustvarjeni za oskrbo in obvladovanje na virus SARS-CoV-2 pozitivnih pacientov (rdeča cona) ali pacientov, ki so imeli rizični stik z pozitivnim sostanovalcem v isti bolniški sobi (siva cona), pogosto morajo pokrivati dodatne izmene, da nadomestijo odsotnost svojih sodelavcev, ki so zboleli ali pa so v karanteni. Hitro se morajo prilagoditi novemu okolju, kar predstavlja dodatni stres pri izvajanju oskrbe pacientov. Ljudje pričakujejo, da se bodo MS sestre uspešno spopadle z veliko izzivi, ki jih predstavlja COVID-19. Same sebe ogrožajo zaradi drugih, izpostavljene so velikemu tveganju za okužbo, vse to pa je vedno povezano s stresom in težavami, povezanimi z nepredvidljivim in neznanim. MS so v času pandemije COVID-19 pod dodatnimi obremenitvami zaradi pomanjkanja kadra, zaradi strahu pred izpostavljenostjo virusu in tveganju za svoje zdravje in zdravje svojih družin. Zaradi dolgih izmen se MS srečujejo z neurejenim varstvom otrok in skrbjo glede pomoči svojim otrokom pri šolanju na daljavo. Stres jim povzroča tudi pomanjkanje časa zase, za malico, spanje in počitek. Vsak dan opravljajo svoje delo v osebni varovalni opremi, s katero je njihovo delo še bolj zahtevno in oteženo. Velik duševni stres MS doživljajo tudi zaradi misli, da bi okužbo

lahko prinesle domov. Nekatere MS so bolj ranljive tudi zaradi dolgih delavnikov in kronične utrujenosti. MS morajo dolžnost za skrb pacienta uravnotežiti s skrbjo zase in svoje družinske člane. Te nasprotujoče si naloge v pandemiji lahko povzročijo resne moralne in čustvene stiske. Za boljšo in kakovostnejšo oskrbo pacientov ter zaščito MS je izziv rehabilitacijske zdravstvene nege okrepiti usposabljanje negovalne ekipe, oblikovati načrte usposabljanja v času pandemije COVID-19 in spodbujati vse osebe pri odzivu na pandemijo. Izboljšati je treba njihove spretnosti in izpopolnjevati njihovo znanje.

## ZAKLJUČEK

Še vedno ne vemo, kako dolgo bomo izpostavljeni novemu virusu in s kakšno dinamiko bo potekala pandemija. Zato moramo natančno načrtovati ukrepe znotraj koordinacijske skupine in naprej v vseh strokovnih zdravstvenih timih, varčevati z usposobljenimi nosilci dela, kot so medicinske sestre in zdravniki, ter z osebno varovalno opremo. Hkrati pa moramo paziti vsi zdravstveni delavci, da ne bomo z omejeno rehabilitacijsko dejavnostjo povzročili škode našim uporabnikom – pacientom, ki so zaradi epidemije prikrajšani za pravočasno rehabilitacijsko obravnavo in celostno rehabilitacijsko zdravljenje. Vse izzive zmoremo reševati, če smo povezani, če to delamo organizirano in skupaj.