



Fatemeh Moslemi Najarkolaei 1, Fatemeh Rezaei2

1.Department of Pediatric Nursing, Shahid Beheshti Nursing School of Rasht, Gilan University of Medical Sciences, Iran.

2.Assistant Professor, Nursing Department, School of Nursing and Midwifery, Islamic Azad University, Babol Branch, Mazandaran, Iran

عنوان: تاثیر فرسودگی شغلی بر اختلالات روان در پرستاران- مطالعه مروری

مقدمه: فرسودگی شغلی به معنای درماندگی و شکست یا خستگی ناشی از نیاز بیش از حد به انرژی می باشد (۳،۱،۲). از آنجا که پرستاران مدت طولانی با بیماران در تماس هستند و در واقع مراقب اصلی بیماران هستند گاهی اوقات پرستاران انرژی جسمانی و عاطفی زیادی را به دلیل تجربه استرس‌های طولانی مدت در محیط کار صرف می‌کنند که منجر به فرسودگی آنان می‌شود (۴). و فرسودگی شغلی منجر به مشکلات روان، تصمیم به ترک شغل، بیماری‌های جسمی از جمله فشار خون بالا، اختلالات خواب، مشکلات قلبی-عروقی می‌شود. هر کدام از این مشکلات به تنهایی می‌تواند زندگی فردی و شغلی پرستاران را تحت تاثیر قرار داده و منجر به کاهش کیفیت زندگی شود (۵).

روش کار: به جهت یافتن مطالعات مرتبط با مشکلات روان در پرستاران، جستجو در پایگاه‌های اطلاعاتی نشریات فارسی زبان جهاد دانشگاهی (SID)، مگیران (magiran) و انگلیسی زبان Pubmed و همچنین گوگل اسکالر صورت گرفت. از کلمات کلیدی فارسی پرستاران، اختلالات روانپزشکی، فرسودگی شغلی، معادل انگلیسی آنها ، Burnout; Mental health; Nurse ، به صورت مجزا و ترکیبی استفاده شد. ۶۴ مقاله از طریق جستجو در پایگاه‌های اطلاعاتی و ۱۰ مقاله از طریق لیست مقالات یافت شد. بر اساس معیارهای ورود به مطالعه در نهایت ۹ مقاله انتخاب شدند و مورد بررسی قرار گرفتند.

یافته ها: با توجه به مرور انجام شده پرستاران مواجهه نسبی با پرخاشگری دارند و این امر منجر به بروز عکس العمل‌های متفاوتی از جمله بروز افسردگی، پرخاشگری، اختلالات خواب، مشکلات جسمی از جمله مشکلات قلبی-عروقی شده است.

نتیجه گیری: طبق نتایج بدست آمده پرستاران جوانتر و با سابقه کاری کمتر بیشتر در معرض فرسودگی شغلی هستند قرار گرفتن مداوم و مستمر در برابر خشونت و پرخاشگری منجر به احساس کافی نبودن، اختلال در فرایند مراقبت از بیمار، فرسودگی شغلی و بروز هر یک از پیامدهای آن می‌شود (۱). طبق تحقیقات انجام شده جهت پیشگیری از عوارض و اختلالات پیشنهاد می‌شود تا حجم کاری پرسنل کاهش یافته، تعداد نیرو افزایش یافته، میزان اضافه کار در هر ماه کاهش یابد، جلسات مشاوره جهت پیشگیری از بروز اختلال روان و یادگیری تکنیک‌های پیشگیری از عوارض فرسودگی شغلی انجام شود (۶).



1. Aguglia A, Belvederi Murri M, Conigliaro C, Cipriani N, Vaggi M, Di Salvo G, Maina G, Cavone V, Aguglia E, Serafini G, Amore M. Workplace Violence and Burnout Among Mental Health Workers. *Psychiatr Serv.* 2020 Mar 1;71(3):284-288. doi: 10.1176/appi.ps.201900161. Epub 2019 Oct 23. PMID: 31640524.
2. Liang-Nan Zeng, Ji-Wen Zhang, Qian-Qian Zong, Sally Wai-chi Chan, Graeme Browne, Gabor S. Ungvari, Li-Gang Chen, Yu-Tao Xiang, Prevalence of burnout in mental health nurses in China: A meta-analysis of observational studies, *Archives of Psychiatric Nursing*, Volume 34, Issue 3,
3. Bagheri Sheykhangafshe F, Fathi-Ashtian A, Savabi Nir V, Sarlak N, Deldari Alamdari M. [Comparison of Post-traumatic Stress, Burnout, and Psychological Disorders in Nurses With and Without COVID-19 (Persian)]. *Iran Journal of Nursing.* 2022; 35(138):346-359. <https://doi.org/10.32598/ijn.35.138.2862.2>
4. Stelnicki AM, Jamshidi L, Angehrn A, Hadjistavropoulos HD, Carleton RN. Associations Between Burnout and Mental Disorder Symptoms Among Nurses in Canada. *Canadian Journal of Nursing Research.* 2021;53(3):254-263. doi:10.1177/0844562120974194
5. López-López IM, Gómez-Urquiza JL, Cañadas GR, De la Fuente EI, Albendín-García L, Cañadas-De la Fuente GA. Prevalence of burnout in mental health nurses and related factors: a systematic review and meta-analysis. *International journal of mental health nursing.* 2019 Oct;28(5):1035-44.
6. Karimi S, Mahmoudfakhe H, Shiri H. The Effect of Acceptance and Commitment therapy on Job Burnout, quality of Life and mental health of Nurses.