



# לחץ, חוסן אישי, תקווה, שחיקה וסימפטומים גופניים כמנבאים תפקוד מקצועי בקרב אחיות טיפול נמרץ במגפת Covid-19



אירית וייסבורד, הנהלת הסיעוד בילינסון  
נטלי לנצמן, הנהלת הסיעוד בילינסון  
ד"ר איליה קגן, החוג לסייעוד, מכללת אשקלון



צילום: גרג טרייטל

# אתגרים בהיערכות להתמודדות עם מחלה חדשה

אירוע גלובלי מתגלגל

התערערו המוכר והידוע

וירוס מדבק  
הפצה אקספוננציאלית


אי וודאות


משבר רב ממדי ורב תחומי  
( בריאות, כלכלה, תעסוקה

פחד מהלא נודע

# מרכז רפואי רבין – קמפוס גולדה וקמפוס בילינסון

**מרץ- מאי 2020:**


בי"ח ייעודי לקורונה (השרון) 

בי"ח Corona Free (בילינסון) תוך הפעלת תשתיות משלימות לאלה שהיו חסרות 

בבית חולים השרון: ( מלר"ד, מעבדת קורונה, חדר לידה, צנתורי מוח)

**מאי 2020:**

משרד הבריאות מגדיר הכנת מיטות לאשפוז קורונה לכל בתי החולים 

תהליך הכנת התשתיות בבילינסון: מחלקת קורונה אחת, מבודדת יחסית, 

בהמשך – בי"ח ייעודי לקורונה ← הפעם בחניון

# אבולוציה של המגיפה בטיפול נמרץ קורונה בילינסון



55 חולים  
7 מטופלים על ECMO  
גיל ממוצע 56  
משך אשפוז ממוצע  
9.3



48 חולים  
9 מטופלים על ECMO  
גיל ממוצע 59.5  
משך אשפוז ממוצע  
10 ימים



חולה 1 על ECMO  
בהשרון

# מטרות המחקר

- לבחון אתגרים בהפעלה וניהול של יחידות טיפול נמרץ במהלך מגפת הקורונה.
- לבחון קשרים בין אי וודאות, מתח, שחיקה, תקווה ותפקוד מקצועי בקרב אחיות טיפול נמרץ
- לבדוק האם יש קשר בין רמת החשיפה (שעות טיפול אחות בחולי קורונה) לבין שאר המשתנים

# שיטה

## איסוף מידע התקיים במהלך הגל השלישי (פברואר- מאי 2021)

### בשני שלבים:

- א. מידע איכותני בקבוצות מיקוד צוות ניהולי של חטיבה.
- ב. שאלון סגור (עם מעט שאלות פתוחות) לצוות של 100 האחיות

### בחטיבה

✓ תיקוף 10 שאלונים

✓ שאלונים אנונימיים

# קבוצות מיקוד

1. איך את מסכמת את שנה של התמודדות עם המגפה?
2. מה היו האתגרים הניהוליים המרכזיים בשנה הזאת?
3. על איזה קשים דיווחו האחיות?
4. מה למדתם מהשנה הזאת?



# קבוצות מיקוד

## כמה ציטוטים

### עומס פיזי ונפשי :

- אי וודאות גדולה, שינויים תכופים ורבים – "כל הזמן היה משהו חדש ולא ברור"
- היה חוסר ידע, לחץ גדול , קראנו ספרות, חיפשנו מידע
- אנשי צוות נדבקו, אחרים יצאו לבידוד
- עבודה במיגון, ריחוק חברתי, אפילו בהפסקות, חלוקה לקפסולות
- איזון בין עבודה לבית: דאגות לבית, סגרים, חשש להידבק , ילדים בלי מסגרת, חברים שפוחדים ומתרחקים בגלל הסטיגמה
- אנחנו רגילים להציל חיים, היינו חשופים למוות ברמה יום יומית, זה מאוד קשה ומתסכל
- היו אנשי צוות שלא הצליחו להסתגל למצב החדש וקרסו

# קבוצות מיקוד

## כמה ציטוטים

### סביבת העבודה:

- היה קשה לתפקד בתשתיות חדשות, בחניה תת קרקעית, קשה להסתגל לתנאים חדשים
- פעילות במספר אתרי טיפול בו זמנית. קשה לתכנן, לשלוט.
- עומס עבודה, תשישות, עייפות, חוסר יכולת לשמור על סטנדרטים, חשש לטעויות. בדקנו את עצמנו מיליון פעם כדי לא לטעות, קשה להתרכז, היו גם טעויות.
- עבודה במיגון, קושי לשמוע ולראות, הזעה, אך החושים מתחדדים.
- צריך ללמוד לעבוד עם מכשור, טכנולוגיות חדשות.

# קבוצות מיקוד

## כמה ציטוטים

### משהו חיובי:

- נוצרה הזדמנות ופלטפורמה להעצמת הסיעוד, התפתחות וצמיחה מקצועית.
- כל התהליכים היו יותר מהירים, כולל התפתחות ניהולית.
- " תמיד אהבתי את המקצוע, אבל השנה הזאת העצימה את הגאווה המקצועית, החשיבות והמרכזיות שלנו במערכת הבריאות ובחברה "
- "התייחסנו למצב כמו למלחמה, יצאנו לקרב על בריאות החולים, משפחותיהם, החברה "
- הצלחות קטנות חיזקו את האמון ותקווה.
- הצוותים תמכו אחד בשני, גילינו הרבה כישורים מקצועיים ובין אישיים בחברים לצוות שלא ידענו קודם, האינטראקציות החברתיות השתפרו.

# קבוצות מיקוד

## כמה ציטוטים

### ניהול, מנהיגות ועבודת צוות:

- תפקיד של מנהלות סיעוד היה מאוד מרכזי וחשוב עם הרבה אחריות ואתגר.
- " היינו שם, נוכחים כל הזמן, היה חשוב לנו להיות עם הצוותים" " היה חשוב לי להיות מעורבת ישירות", " שימשנו רול מודל".
- צורך בקבלת החלטות בתנאים לא פשוטים אפשר צמיחה והפך אותנו טובים יותר ומקצועיים יותר.
- ממשקים, שיתוף פעולה ועזרה הדדית בתוך המחלקה וגם בתוך החטיבה מאוד השתפרו.
- ניהול כוח אדם בשעת משבר- יותר נכונות לעזור, לנייד צוותים .
- הייתה התגייסות גמישות בסידור עבודה מצד הצוותים .
- שיפור האקלים המחלקתי.
- תקשורת מרחוק, עדכונם ושיתוף מידע כל הזמן. נוכחות מלאה בישיבות צוות בזום.

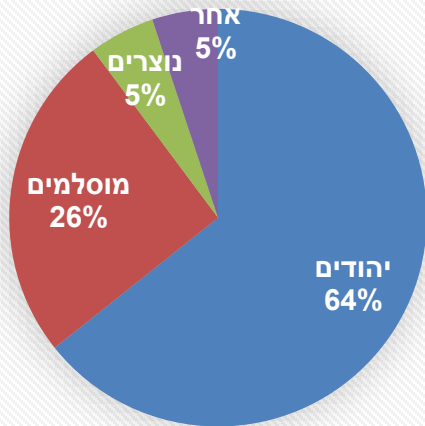
# שאלון

מתוך דיון בקבוצות מיקוד עלו סוגיות מרכזיות וחשובות אותן ניתחנו ושילבנו בשאלון

השאלון עצמו כלל 6 פרקים:

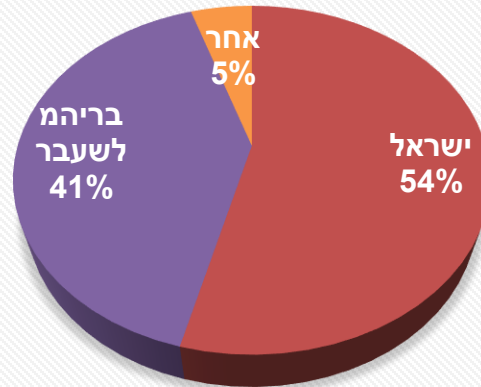
- שאלות סוציו דמוגרפיות
- היגדים על שחיקה שנלקח מתוך סקר לאומי של משרד הבריאות
- רמות תקווה של אחיות – בדק נחישות ואמונה ביכולות שלה להשיג מטרות בשגרה ובמקרי חירום/בנסיבות לא שגרתיות
- היגדים על איכות הטיפול שניתן ע"י האחיות ותפקוד מקצועי
- סימפטומים פיזיים ונפשיים
- ושתי שאלות פתוחות

# תוצאות



■ יהודים ■ מוסלמים ■ נוצרים ■ אחר

**קצת דמוגרפיה:**  
41% גברים 52% נשים  
גיל ממוצע 40  
וوتק מקצועי 12.4 שנים  
89% אקדמאיים



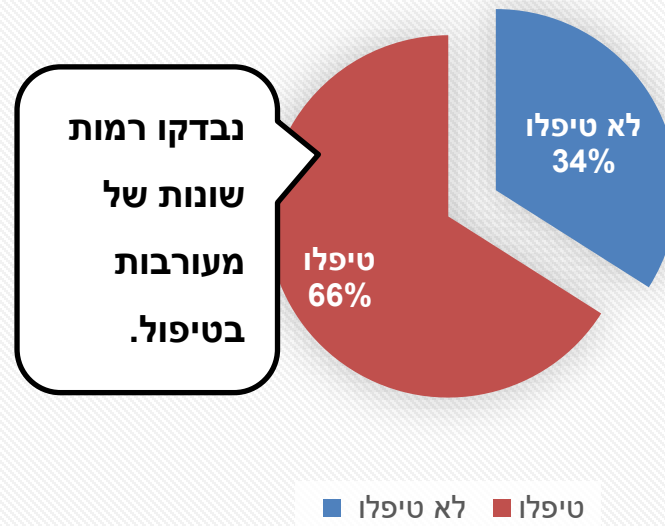
■ ישראל ■ בריהמ לשעבר ■ אחר

# תוצאות



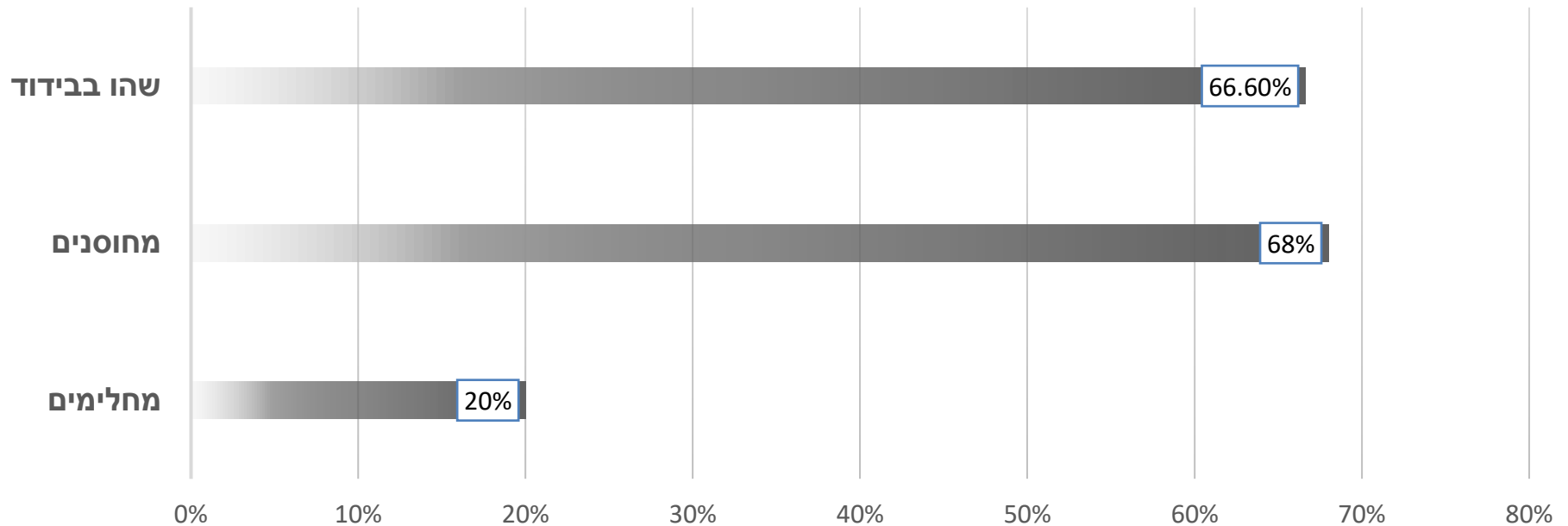
- טיפול נמרץ כללי
- יחידה לניתוחי לב וחזה
- יחידה ניורוכירורגית
- יחידה לטיפול נמרץ לב
- חדר התאוששות

## טיפול ישיר בחולי קורונה



# תוצאות

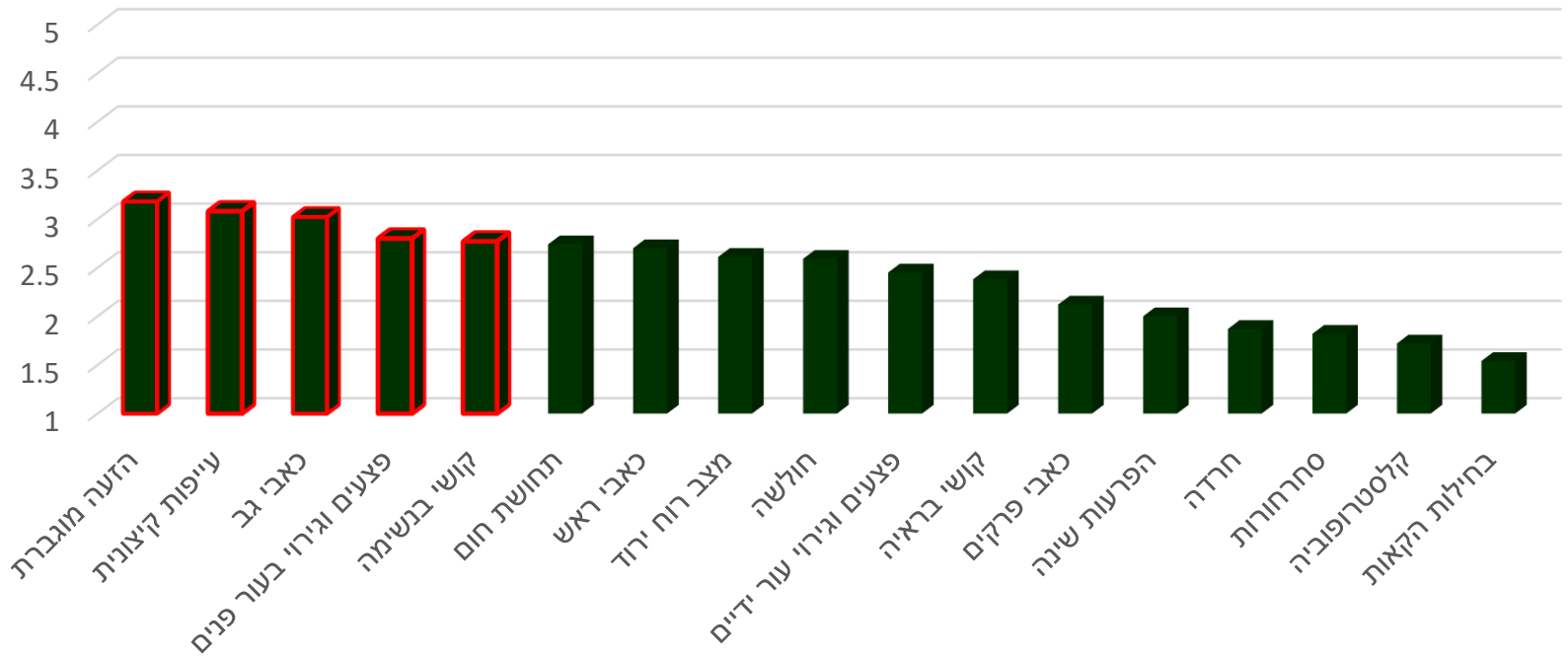
## סטטוס חשיפה של הצוות למחלה (נכון למאי 2021)





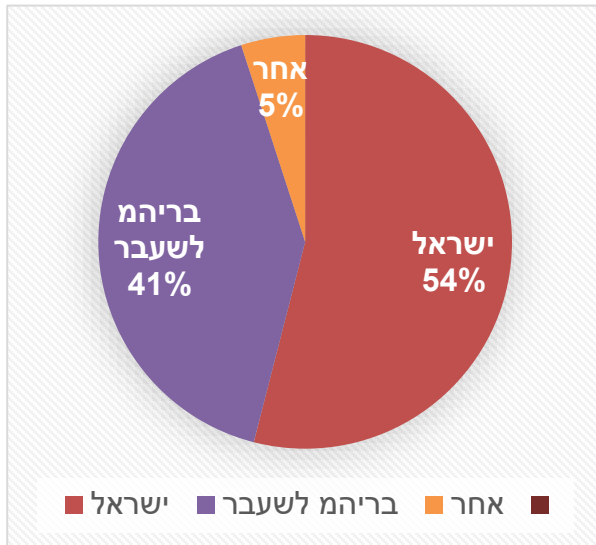
# תוצאות

מידת סבל מתופעות גופניות כמו שדווחו עי האחיות בתנאי מיגון אישי ובידוד  
בסולם 1-5 (1 כלל לא, 5 במידה רבה מאד)



# תוצאות

## ממצאים השוואתיים



בניתוח נתונים סוציו דמוגרפיים ניתן לראות כי לא נמצא קשר בין משתנים אלה לבין שחיקה ומתן טיפול רפואי למעט ארץ לידה

ילידי בריה"מ לשעבר הם בעלי רמות שחיקה גבוהות יותר וחווים קושי גדול יותר להעניק טיפול איכותי בהשוואה לילידי הארץ

( $M = 3.82, SD = 1.44, v M = 3.18, SD = 1.24$ ).

# תוצאות

## ממצאים תאוריים

**אחיות דיווחו על רמות גבוהות של לחץ נפשי ואי וודאות:**

- 39.4% מהמשיבים דיווחו על רמות סטרס גבוהות מאד, שחיקה גבוהה ואי וודאות בינונית עד גבוהה

**רמות בינוניות של תקווה ויכולת תפקוד בעבודה:**

- 23% משיבים התקשו והתקשו מאד להעניק טיפול איכותי
- 81.8% מהמשיבים הדגימו קושי כלשהו במתן טיפול איכותי

# תוצאות

## ממצאים תאוריים

**אחיות דיווחו על רמות גבוהות של לחץ נפשי ואי וודאות:**

- 39.4% מהמשיבים דיווחו על רמות סטרס גבוהות מאד, שחיקה גבוהה ואי וודאות בינונית עד גבוהה

**רמות בינוניות של תקווה ויכולת תפקוד בעבודה:**

- 23% משיבים התקשו והתקשו מאד להעניק טיפול איכותי
- 81.8% מהמשיבים הדגימו קושי כלשהו במתן טיפול איכותי

**אין הבדלים במשתני המחקר**

**בין האחיות שטיפלו בחולי קורונה**

**לבין אלה שלא**

# תוצאות

תקוה = יכולת להעניק טיפול סיעודי

	1	2	3	4
1. Emotional stress	-----			
2. Burnout	0.39	-----		
3. Uncertainty	0.14	0.06	-----	
4. State hope	-0.18	-0.37	-0.22	-----
5. Professional Functioning	-0.36	-0.49	-0.25	0.59

## Correlational analysis

- ככל שרמות לחץ בעבודה גבוהות יותר – ככה אחיות מרגישות שחיקה גבוהה יותר והיכולת שלהן להעניק טיפול - נמוכה יותר.
- שחיקה גבוהה מתקשרת עם רמות נמוכות של תקווה ותפקוד מקצועי נמוך.
- הקשר הכי חזק נמצא בין תקווה לבין תפקוד מקצועי **תקווה היא גורם מגן.**
- היא מתקנת את ההשפעות השליליות של שחיקה ולחץ

# תוצאות

## משתנים דמוגרפיים ונפשיים כמנבאים יכולת להעניק טיפול סיעודי

Variables	B	SE	Beta	t	p
Constant	3.793	633.		5.996	000.
Age	005.-	006.	074.-	856.-	395.
Place of birth	095.	102.	083.	929.	356.
Religion	055.-	063.	079.-	872.-	386.
Employment	015.	158.	008.	092.	927.
State hope	218.	050.	410.	4.373	000.
Uncertainty	155.-	073.	192.-	2.125-	037.
Burnout	123.-	049.	251.-	2.490-	015.
Stress	098.-	058.	153.-	1.692-	095.

בבדיקה של רגרסיה נמצא כי 3 משתנים:

תקווה

אי וודאות

ושחיקה

הסבירו באופן מובהק את המשתנה –

תפקוד מקצועי

# תוצאות

## שאלות פתוחות למשיבים

- 63% מהמשיבים ענו לשאלות הפתוחות
- התקבלו 121 תגובות ( כל אחד ציין יותר מתשובה אחת)
- נשאלו 2 שאלות :
  - מה עזר להפיג מתח ולחץ?
  - מה תמליצי לאחיות טיפול נמרץ ?
- 53% התייחסו לרווחה גופנית: שמירת שגרה של שינה מספקת, אכילה מאוזנת, ספורט, תחביבים
- 38% הדגישו חשיבות של תקווה וחשיבה חיובית
- 23% - תמיכה הדדית ושיתוף בין אנשי צוות המחלקה
- 17% - תמיכה של המשפחה



# תוצאות

## שאלות פתוחות למשיבים

מה עזר להפיג מתח ולחץ?

### מישור אישי

- זמן איכות עם המשפחה
- ספורט
- תחביבים
- מדיטציה
- שמירה על שגרה
- אמונה, תקווה, חשיבה חיובית

### תנאי עבודה

- שילוב משמרות במתחם קורונה ומחלקה רגילה, הורדת עומס, קיצור משמרת
- הפסקות יזומות, מנוחה בין המשמרות
- אכילה ושתייה מסודרת, זמינות של אוכל מגוון לצוות במשמרות

### היבטים מקצועיים

- ארגון ותכנון מראש של כל המשימות
- עבודה לצד צוות מנוסה, למידה של דברים חדשים

### היבטים חברתיים

- עבודת צוות, תחושת ביחד, גיבוש, שיחות עם עמיתים

### היבטים ניהוליים

- הנחיות ברורות
- שקיפות של הנהלת המחלקה מול הצוות

# תוצאות

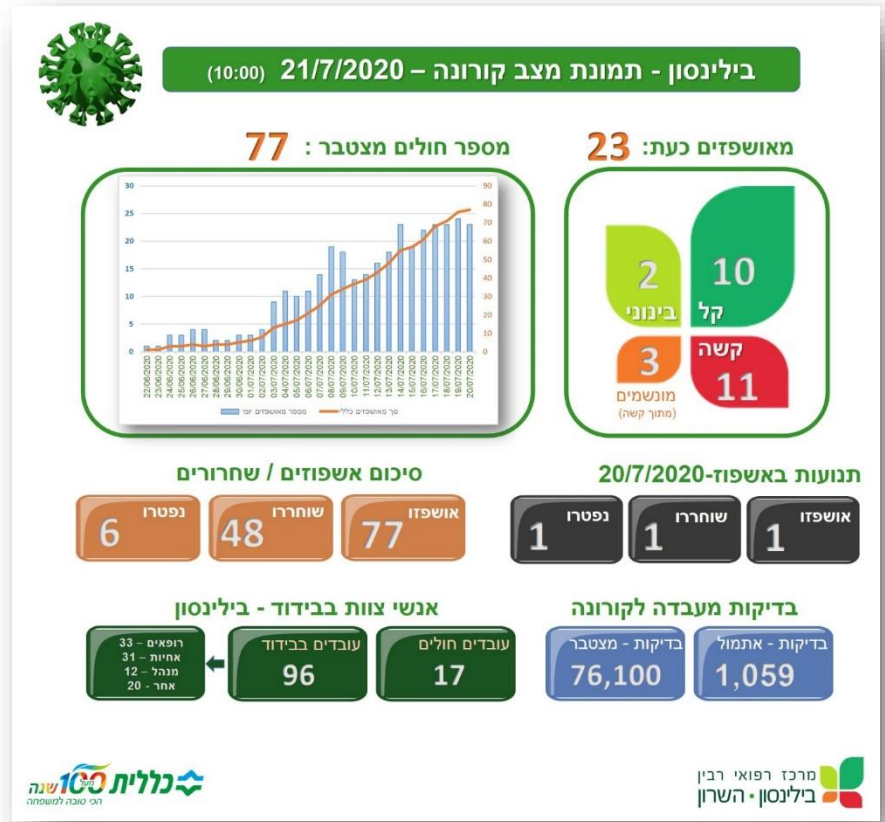
## שאלות פתוחות למשיבים

מה תמליצי לאחיות ט.נ.?

- ✓ לשמור על מצב נפשי ופיזי תקין
- ✓ חשיבה חיובית
- ✓ לחזק פעולות שמגדילות תחושת שליטה – למידה, ארגון משמרת מראש, תרגול
- ✓ לעשות רוטציה במשמרות בין מתחם קורונה למחלקה רגילה
- ✓ להזכיר לעצמך שעבודת אחות היא שליחות ועבודת קודש
- ✓ לחלוק חוויות עם עמיתים
- ✓ לבקש עזרה כשצריך

# המלצות

- אי ודאות – מתן מידע והסבר, שיתוף הצוותים
- שחיקה – רצוי להתבסס על המלצות מב"ר
- תקווה – סדנאות לפיתוח חשיבה חיובית, מיינדפולנס
- לחץ נפשי – הבניה מחדש של תהליכי טיפול בחולי קורונה, חלוקה של תפקידים, חשיבה חוזרת על בסיס ניסיון של שנה של טיפול בקורונה



תודה!