

Kým a čím je ovlivňována spokojenost anesteziologů ?

Aneb: blaho v našem oboru

Pavel Ševčík, KARIM FN Ostrava a LF OU

Vladimír Černý, KARIM FN a LF UK HK

Motto

Stresovaný lékař nemusí být nutně špatným lékařem, ale v okamžiku, kdy stres přestane mít pod kontrolou, nastávají potíže

The Association of Anaesthetists of Great Britain and Ireland, 1997





Životní spokojenost

- Spokojený jedinec (individuální faktory)
- Spokojená rodina (rodinné faktory)
- Spokojenost v práci (pracovní faktory)

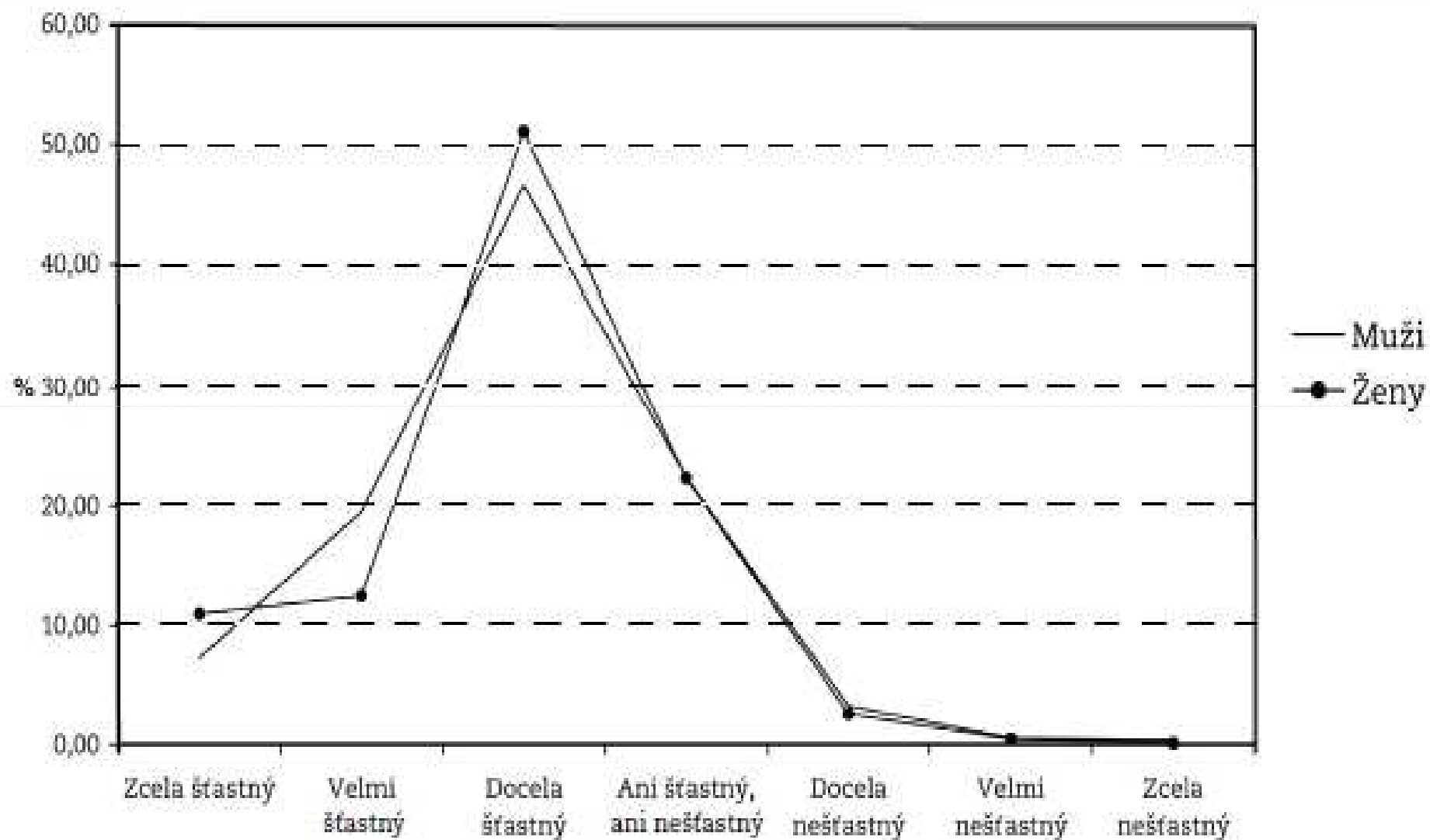
Friedrich Engels a řada dalších

Štěstí a spokojenost - definice

- Štěstí – afektivní kategorie, týká se pozitivních emocí
- Životní spokojenost – kognitivní kategorie – hodnocení vlastního života
- Navzájem se prolínají → psychologické blaho
- Štěstí je emocionální stav spojený se zapojením se do smysluplné činnosti
- Vždy se jedná o subjektivní kategorii

Hamplová D. Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory. SOÚ AV 2004

Graf 1. Celková životní spokojenost podle pohlaví



Zdroj: ISSP 2002.

Acta Anaesthesiologica Scandinavica

AN INTERNATIONAL JOURNAL OF ANAESTHESIOLOGY AND INTENSIVE CARE, PAIN AND EMERGENCY MEDICINE

Review Article

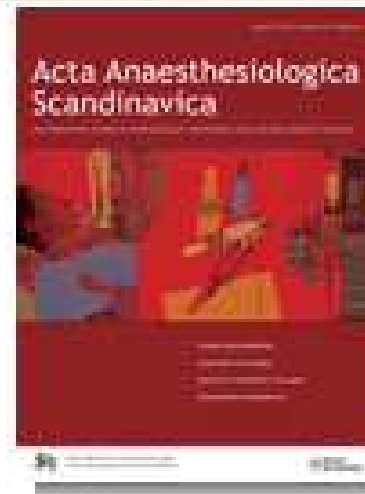
The role of stress in anaesthetists' health and well-being

S. H. Jackson

Issue

Article first published online: 19 JAN 2002

DOI: 10.1034/j.1399-6576.1999.430601.x



Acta Anaesthesiologica
Scandinavica

Volume 43, Issue 6, pages
583–602, July 1999



AŤ SE TI V PRÁCI NĚCO TĚŽKÉHO ZDÁ'.

Zaměstnání a spokojenost

Spokojenost v zaměstnání = pozitivní vztah
zaměstnance k zaměstnání a své práci

Uspokojení v zaměstnání ohrožují

- Změny v organizaci zdravotnictví
- Pocit ohrožení autonomie zdravotníků

Výsledkem je

- Zvýšené procento syndromu z vyhoření
- Zhoršení kvality a bezpečnosti zdravotní péče

Pracovní podmínky anesteziologů

- Dlouhá a těžko odhadnutelná doba plné zátěže
- Krátké úseky odpočinku
- Expozice chemickým i radiačním vlivům
- Hlučné prostředí
- Nedostatek přirozeného světla

The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

- Z pohledu vedoucího:
 - Naprostá odlišnost reality všedního dne od toho, co jste si naplánovali

Pracovní prostředí anesteziologů

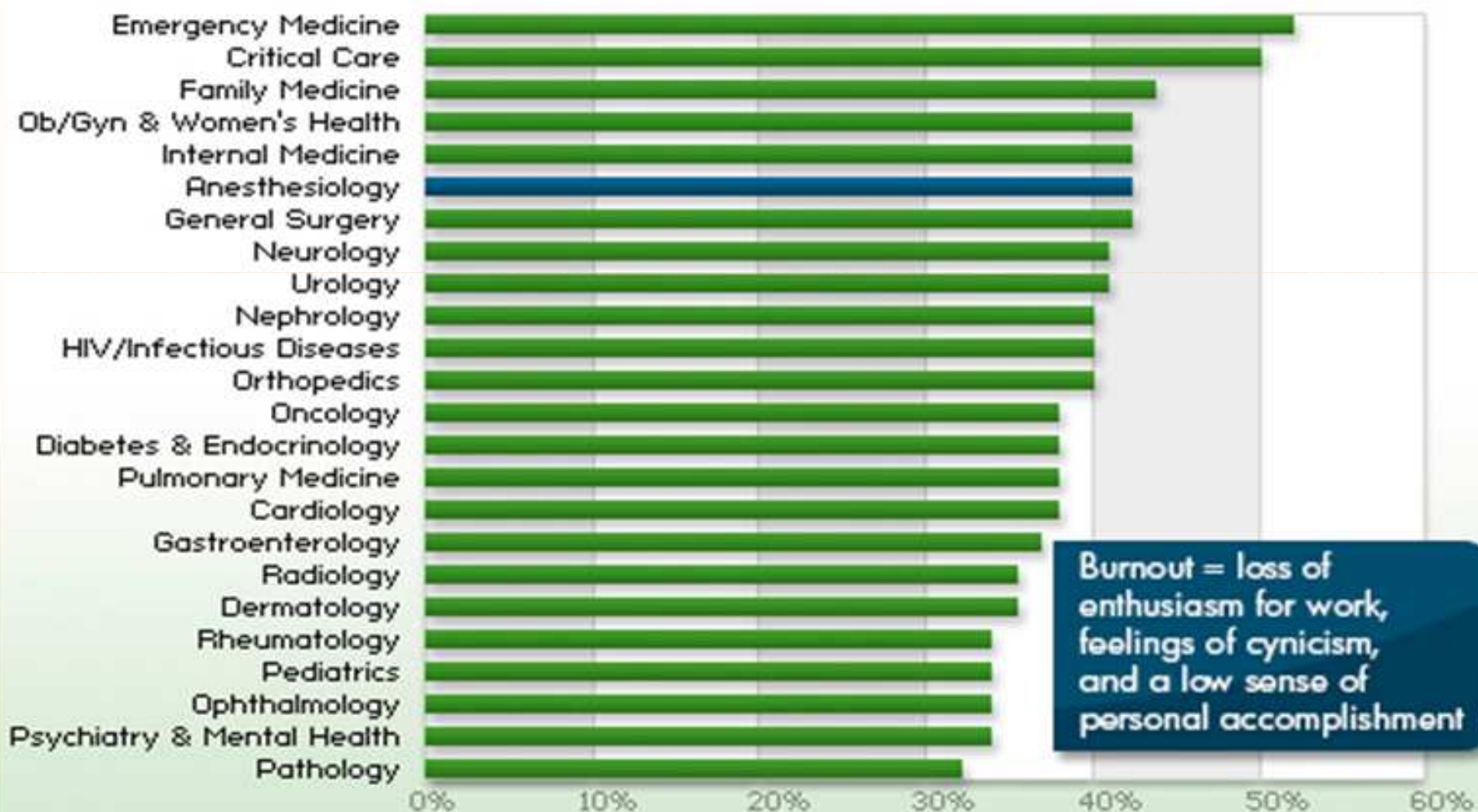
- Stresující
 - Operační sály
 - Resuscitační stanice
 - Urgentní příjmy
- Menší zadostiučinění
 - Chybí zpětná vazba od pacientů
 - Často chybí zpětná vazba od jiných oborů
- Přesto nemáme vyšší procento syndromu vyhoření než jiné obory

Anesthesiologist Lifestyles -- Linking to Burnout:

Carol Peckham [Contributor Information](#)

March 28, 2013

What Percentage of Anesthesiologists Are "Burned Out?"

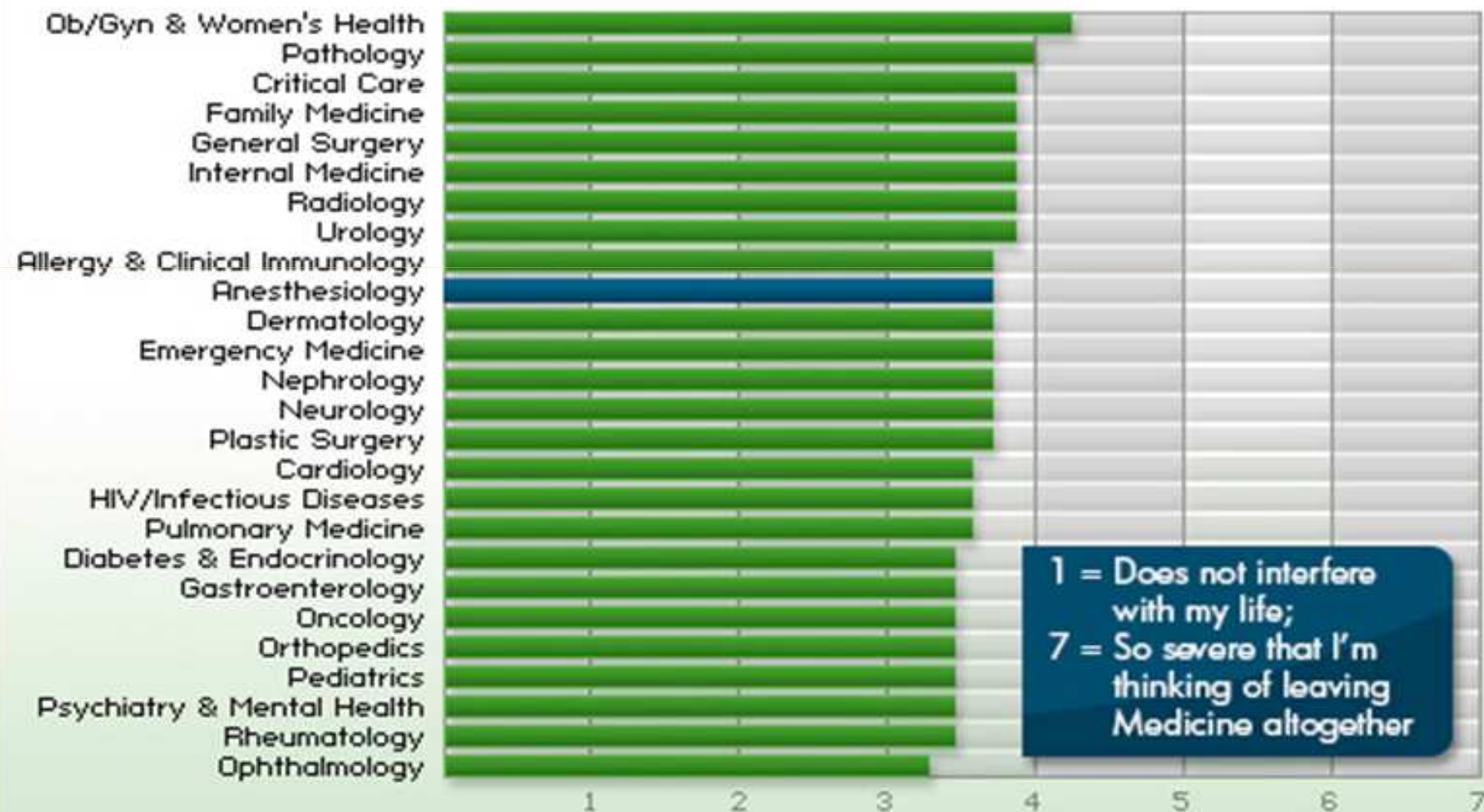


Anesthesiologist Lifestyles -- Linking to Burnout:

Carol Peckham [Contributor Information](#)

March 28, 2013

How Severe is Anesthesiologists' Burnout?



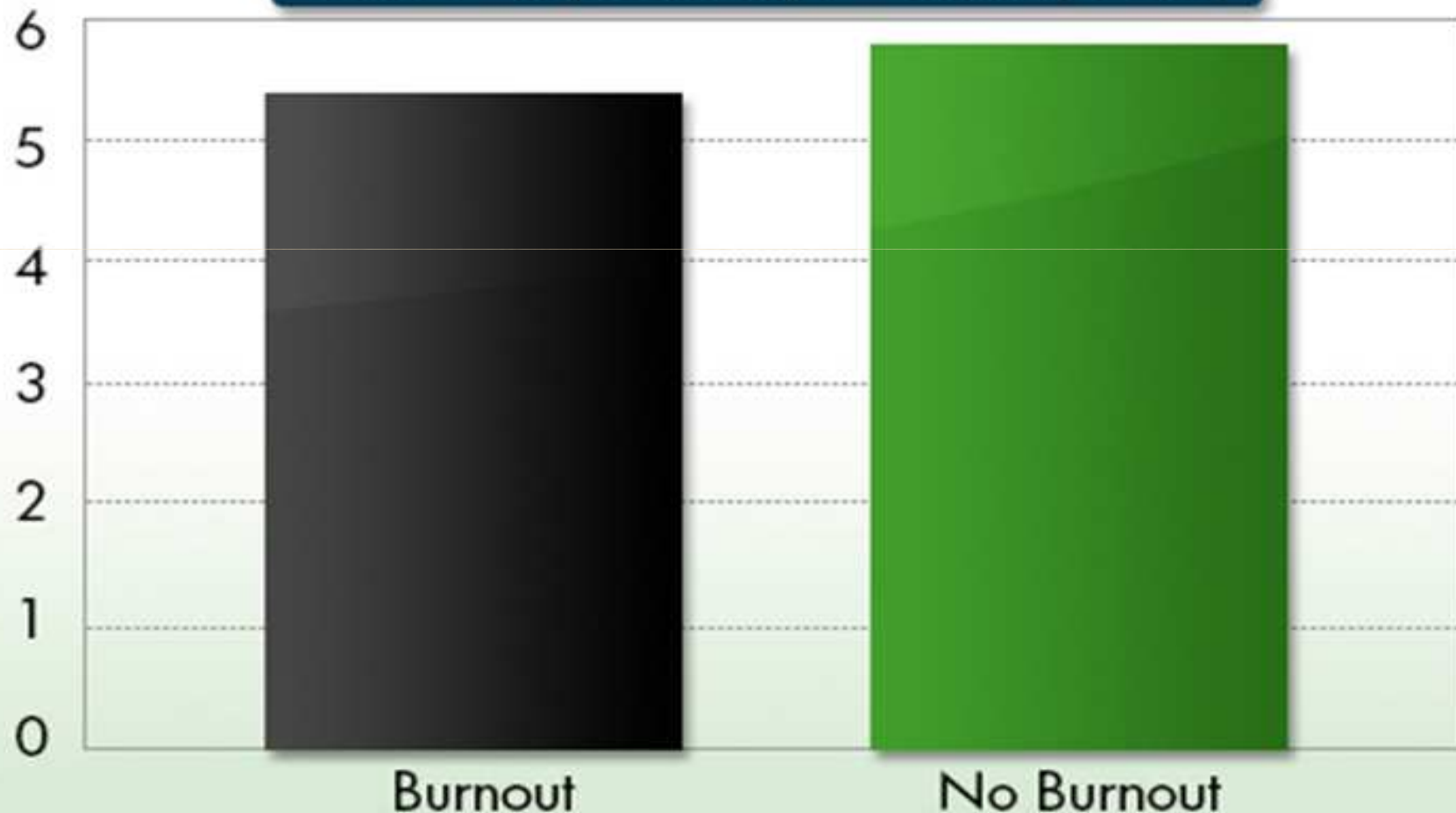
Anesthesiologist Lifestyles -- Linking to Burnout:

Carol Peckham [Contributor Information](#)

March 28, 2013

Do Burned-Out Anesthesiologists Have Worse Physical Health?

Scale: 1 = in poor health; 7 = extremely healthy

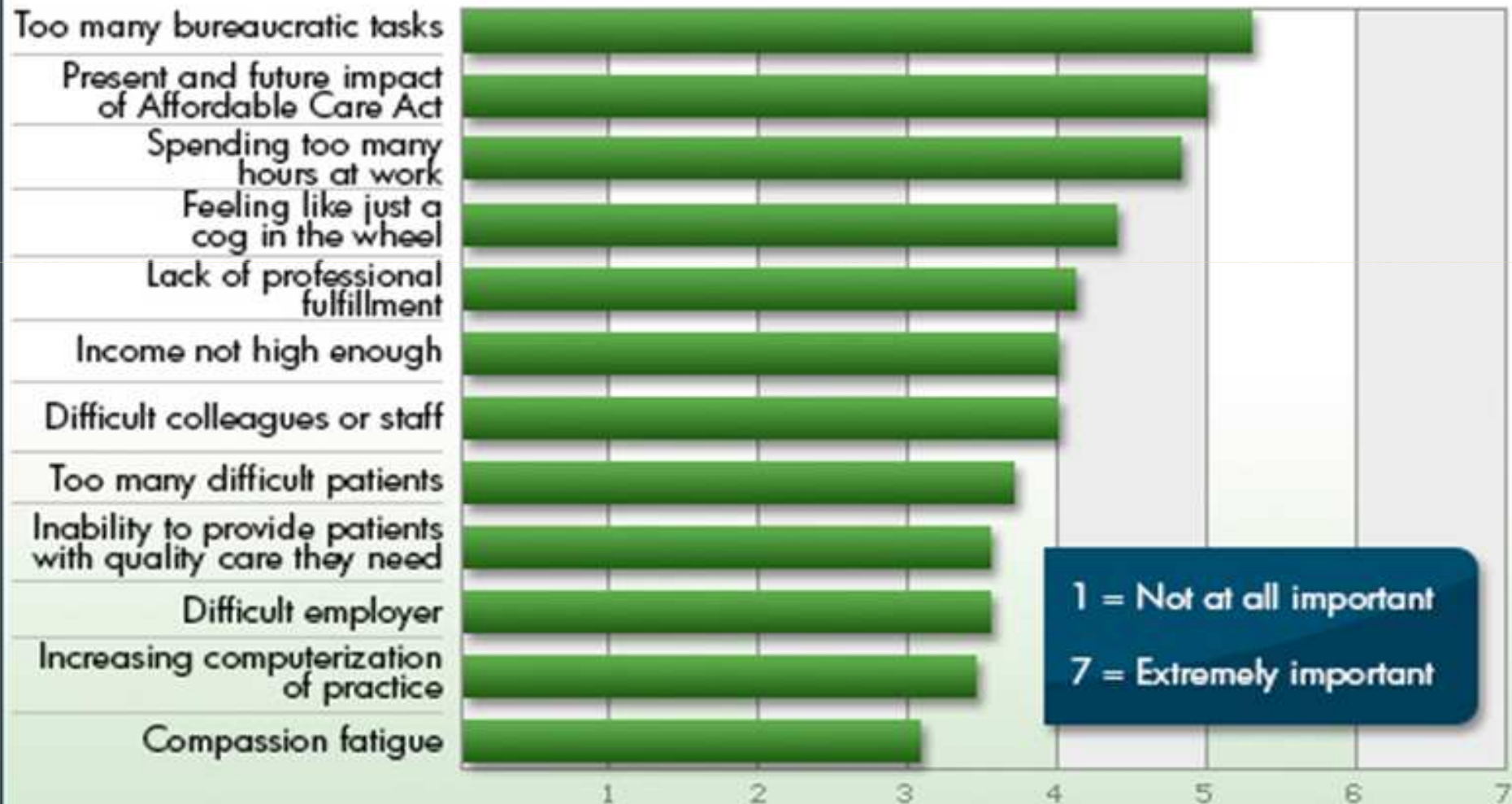


Anesthesiologist Lifestyles -- Linking to Burnout:

Carol Peckham Contributor Information

March 28, 2013

What Are the Causes of Burnout?

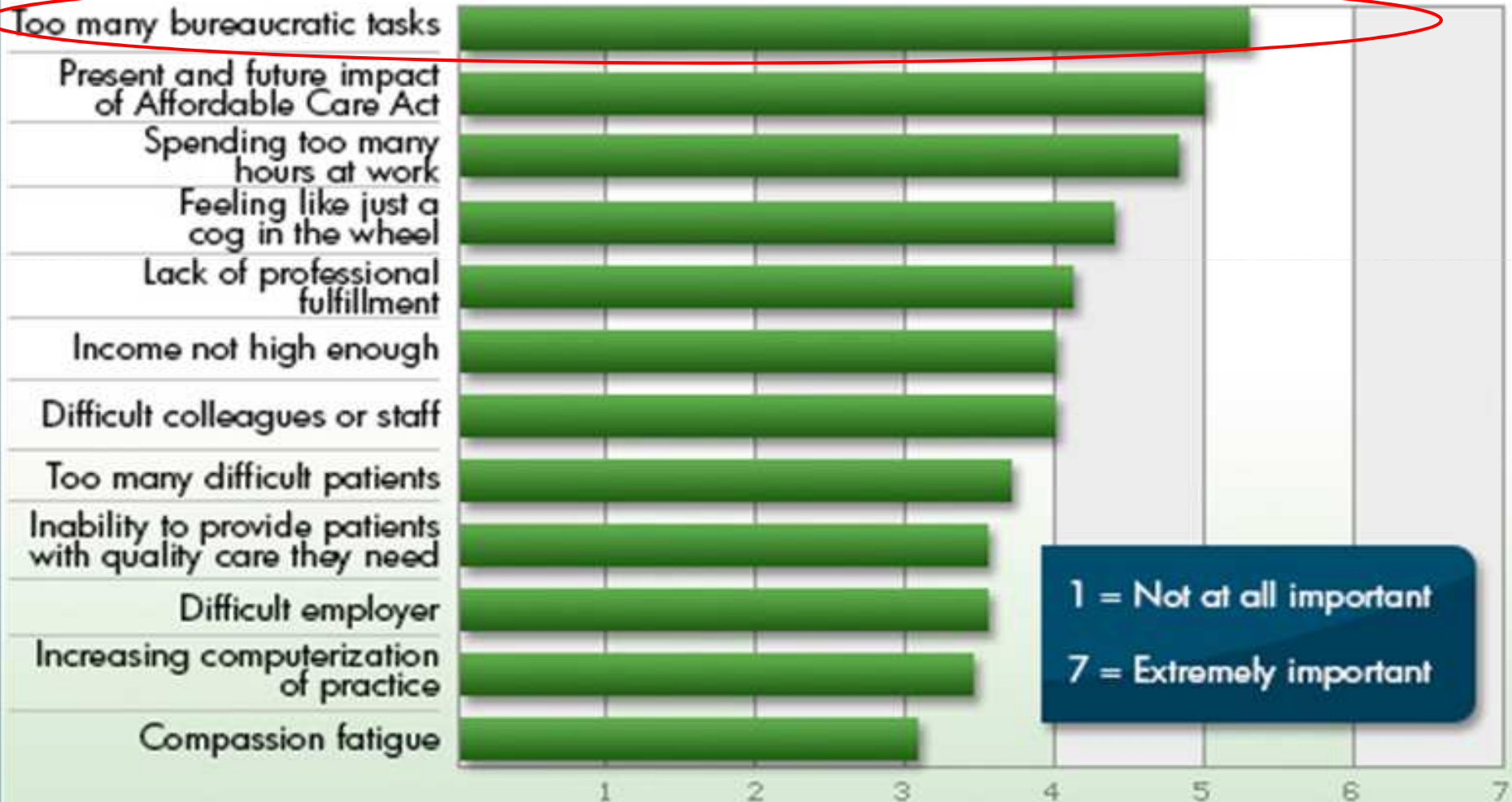


Anesthesiologist Lifestyles -- Linking to Burnout:

Carol Peckham Contributor Information

March 28, 2013

What Are the Causes of Burnout?



Faktory důležité pro pracovní spokojenost

- autonomie
- schopnost mít pracovní prostředí pod kontrolou
- vědomí vlastní hodnoty
- profesionální vztahy
- vůdcovské vlastnosti
- organizační schopnosti
- charakterové vlastnosti
- očekávání
- motivace

Faktory důležité ze strany zaměstnavatele

- ochota zabývat se spokojeností zaměstnanců
- zlepšování pracovních podmínek
- aplikace strategií snižujících profesní stres
- přiměřená sociální atmosféra
- přiměřená rovnováha mezi prací a životem

Rama-Maceiras P et al., EJA, 2012

Spokojenost finských anesteziologů

- Ovládnutí „řemesla“
- Schopnost organizovat (si) práci
- U mužů hrály o něco více roli pracovní faktory
- U žen hrály o něco více roli rodinné faktory

Lindfors PM et al., Acta Anaesth Scand, 2007



search:



- About Us ▶
- Patient Information ▶
- Resources ▶
- Foundations ▶
- Meetings ▶
- Awards and Grants ▶
- Contact CAS ▶
- Site Map
- Events Calendar
- Accredit Your Meeting

[Home](#) >> [Search Results](#) >> [Exploring a Career in Anesthesiology](#) >> [Exploring a Career in Anesthesiology](#)

Healthy Anesthesiologist

The Healthy Anesthesiologist

1. Introduction

Anesthesiologists have an ethical duty to strive to stay healthy. The Canadian Medical Association's Code of Ethics¹ states that a physician has "Responsibilities to Oneself", namely:

10. Promote and maintain your own health and well-being.

53. Seek help from colleagues and appropriately qualified professionals for personal problems that might adversely affect your service to patients, society or the profession.

54. Protect and enhance your own health and well-being by identifying those stress factors in your professional and personal lives that can be managed by developing and practicing appropriate coping strategies.



Zdravý anesteziolog

- Anesteziologové mají etický závazek usilovat o to, aby byli zdraví.
- Lékaři mají chránit a posilovat své zdraví a spokojenost včetně odhalování stresových faktorů v profesionálním i osobním životě a používání metod, jak se stresem bojovat.

The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

- Anesteziologové mají etickou odpovědnost k sobě samým.
- Musí udržovat fyzické i mentální zdraví a speciální senzory schopnosti.

Profesionální stres anesteziologů

- Stres je neodmyslitelnou součástí života, záleží však na jeho míře
- Všichni lékaři jsou vystaveni profesionálnímu stresu, ten je vysoce významný zejména u anesteziologů:
- Podávání anestézie je bezpečnější než dříve
- Veřejnost očekává úspěšný výsledek
- Pacienti jsou však starší, nemocnější, podrobováni čím dál složitějším výkonům
- Vystavení početným nárokům pacientů, jejich rodin, jiných lékařů, spolupracovníků, zdrav. manažerů

Profesionální stres anesteziologů

Očekává se, že anesteziolog 21. století:

- Perfektně orientován v nejnovější literatuře
- Postupuje podle EBM
- Je nanejvýš pozorný po celou dobu, kdy je pacient v jeho péči
- Vystupuje empaticky v každé situaci
- To není málo na jednoho člověka

The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

Profesionální stres anesteziologů

Smrt pacienta v péči anesteziologa

- Zejména, je-li neočekávaná a byl-li pacient do té doby zdravý
- Trénink – medicínský ano, emoční - méně
- Tyto situace se mohou internalizovat
- Dlouhodobé důsledky – úzkost, deprese
- Omezené možnosti psychologické podpory

Soto RG et al. Clin Anesth 2003

The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

- Syndrom války v Zálivu

Únava – velké téma anestézie

- Každý anesteziolog se má vystříhat únavy
- „Každý anesteziolog je osobně zodpovědný za poskytování bezpečné a účinné služby a musí si být vědom problémů spojených s únavou.“

<http://www.aagbi.org/publications/guidelines/docs/webversionfatigue04.doc>

The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

- Srovnávání s piloty, řidiči autobusů
- Směrnice EU – max. 416 hod přesčasů za rok je jedna věc, realita je věc druhá

Únava – velké téma anestézie

- Spánková deprivace a únava jsou klíčovými stresory v naší profesi

Jackson SH. Acta Anaesth Scand 1999

Zdravotní rizika anesteziologů

- Zneužívání návykových látek

- Anesteziologové tvoří cca 3% lékařů, ale:
- 20-30% závislých lékařů
- 10-20% anesteziologů je závislých

Luck S et al. J Perianesth Nurs 2004

The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

- Sebevraždnost

- Ve srv. s internisty – vyšší incidence sebevražd

Alexander BH et al. Anesthesiology 2000

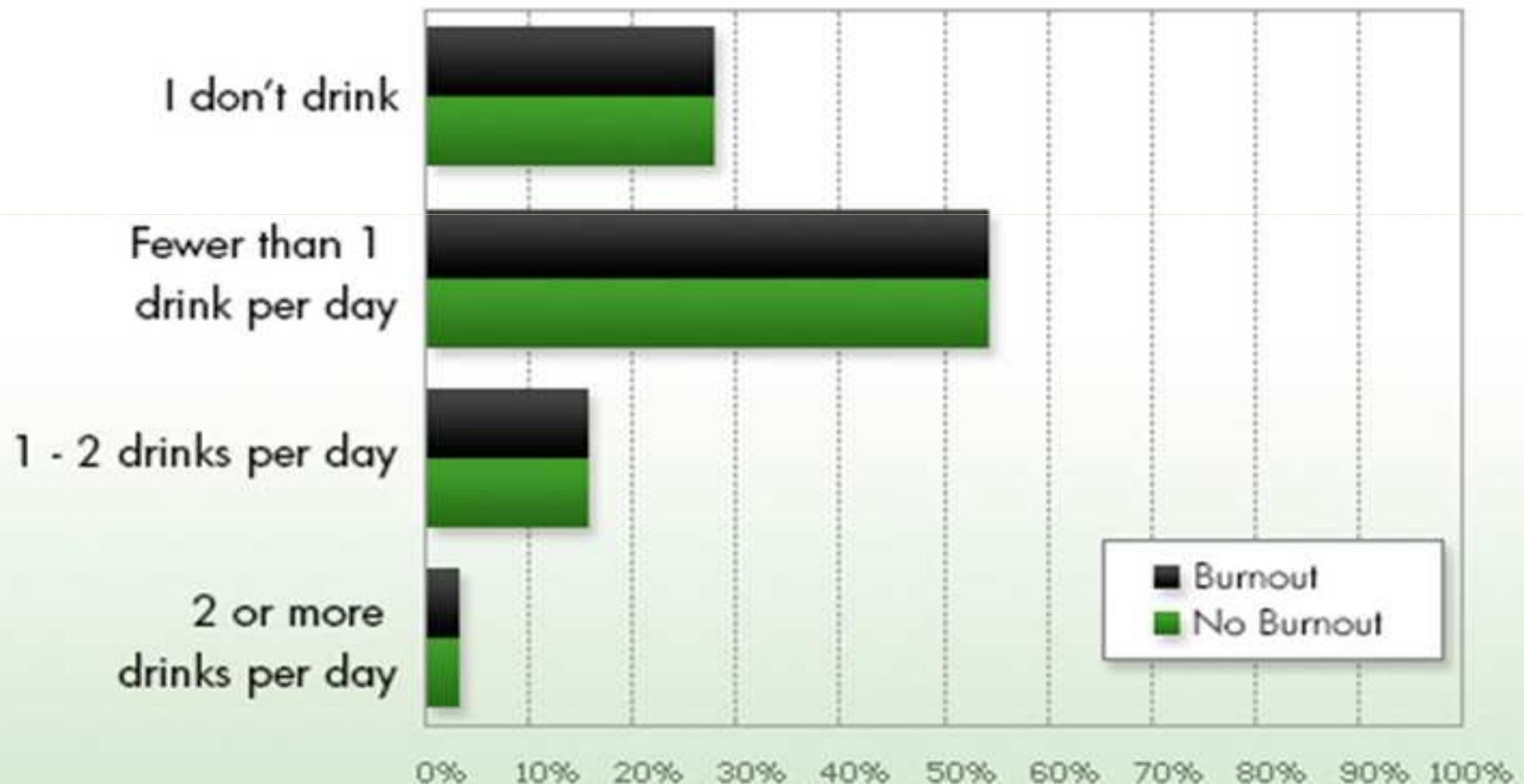
The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

Anesthesiologist Lifestyles -- Linking to Burnout:

Carol Peckham [Contributor Information](#)

March 28, 2013

Does Burnout Affect Alcohol Usage?



Etická zodpovědnost za zdraví a spokojenost anesteziologů

- Osobní zodpovědnost anesteziologa
- Zodpovědnost dané instituce
- Odpovědnost anesteziologa ke svým spolupracovníkům

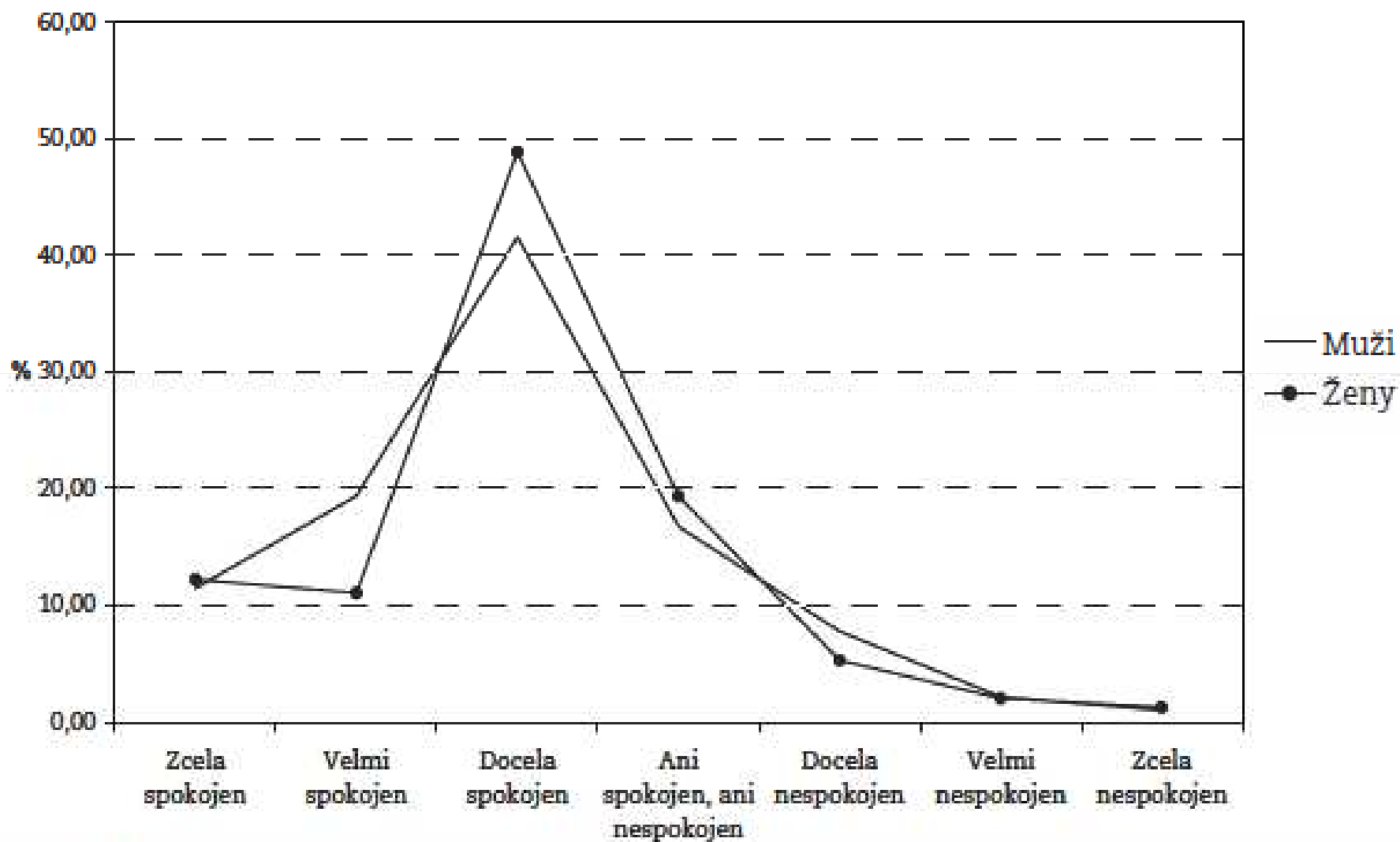
The Healthy Anesthesiologist, CAS, 2007

Vzdělání a spokojenost

- Životní spokojenost pozitivně souvisí se vzděláním
- Spokojenost s prací se zvyšuje s rostoucím vzděláním
- Nezdá se, že by vzdělání ovlivňovalo spokojenost s rodinným životem
- Spokojenost s prací a spokojenost s rodinou – vzájemná provázanost (u žen je silnější)

Hamplová D. Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory. SOÚ AV 2004

Graf 2. Spokojenost se zaměstnáním podle pohlaví



Zdroj: ISSP 2002.



VÁŠ JEŠTĚ SOULOŽÍ? MŮJ UŽ JENOM PUBLIKUJE...



DOBRA, KDYŽ TO CHCEŠ SLYŠET: BYL JSI PROSTĚ BÁJEČNÝ!

Rodina a spokojenost

- Muži a ženy se neliší v tom, jak jsou spokojeni se svým životem
- S rostoucím věkem životní spokojenost klesá
- Ženatí a vdané, lidé žijící s partnerem jsou spokojenější
- Rodina ovlivňuje spokojenost více než práce

Hamplová D. Životní spokojenost: rodina, práce a další faktory. SOÚ AV 2004

- Tvůrčí a zajímavá práce – větší podíl na spokojenosti

Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

Does a Physician's Marital Status Affect **Level of Happiness**?

Happiness Score: 1 (very unhappy) to 5 (very happy)

	MALE	FEMALE
Remarried (Currently Married but not First Marriage)	4.03	4.03
Married (First Marriage)	4.00	4.03
Single but Living with a Domestic Partner	3.93	3.98
Widowed	3.88	3.97
Single and Living Alone	3.68	3.65
Divorced	3.65	3.71
Separated	3.36	3.38

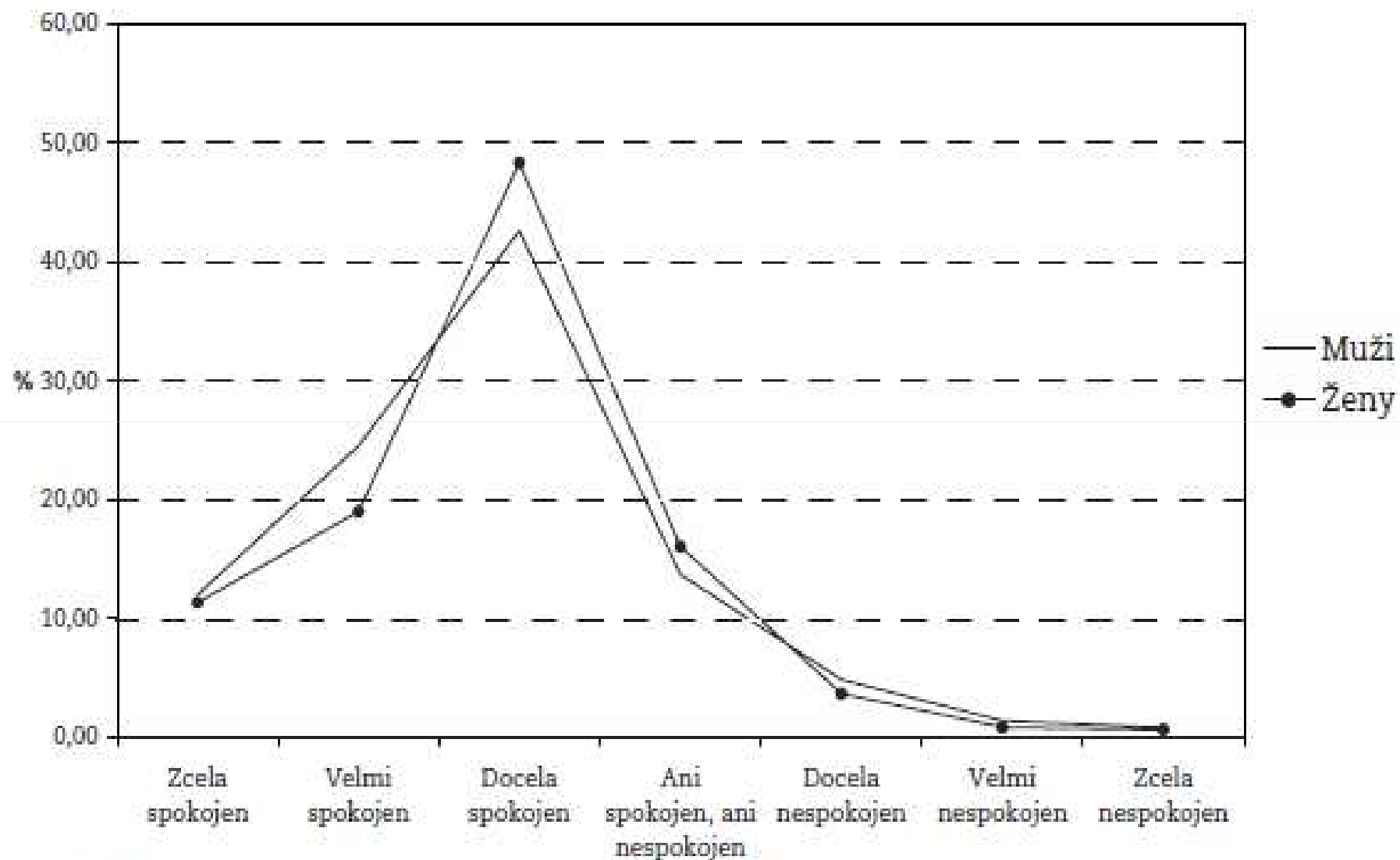
Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

Does a Physician's Marital Status Affect **Level of Happiness**?

Happiness Score: 1 (very unhappy) to 5 (very happy)

	MALE	FEMALE
Remarried (Currently Married but not First Marriage)	4.03	4.03
Married (First Marriage)	4.00	4.03
Single but Living with a Domestic Partner	3.93	3.98
Widowed	3.88	3.97
Single and Living Alone	3.68	3.65
Divorced	3.65	3.71
Separated	3.36	3.38

Graf 3. Spokojenost s rodinným životem podle pohlaví



Zdroj: ISSP 2002.

Rodina a spokojenost

Kromě stability rodiny záleží i na očekáváních, co chceme od života včetně:

- Početnosti rodiny
- Materiálních statků (hypotéky, stavba rodinného domku...)
- Zvláštní kapitolou jsou lékařská manželství, duální kariéra, kde oba slouží pohotovostní služby

AŤ SE VÁM DARÍ, SOLLSEDE! ALE NE ZAS MOC. TO BYSTE MĚ NASRAL!!!



Pět tajemství fungujícího vztahu:

1. Je důležité najít ženu, která pomáhá v domácnosti, čas od času navaří, uklidí a kromě toho chodí do práce.

2. Je důležité najít ženu, která tě umí rozesmát.

3. Je důležité najít ženu, na kterou se můžeš spolehnout, která nelže a nepodvádí.

4. Je důležité najít ženu, která je dobrá v posteli a má ráda sex s tebou

5. Je velmi důležité (a to je nejdůležitější), aby se tyto čtyři ženy navzájem neznaly.





NECHÁJTE TO. S VORÁČKEM DOSAHLI ORGASMU BEZ PROBLÉMŮ

Individuální spokojenost

- Fyzická a psychická integrita
 - péče a pevná víra ve vlastní zdraví
 - vlastní hierarchie hodnot
- Silné a kvalitní koníčky
- Kvalitní přátelé
 - Není od věci, aby byli alespoň z části z mimopracovní oblasti
- Humor
- Vyvažování všech aspektů života





Integrita tělesného a duševního zdraví

„Pět věcí ti uchová tělesné a duševní zdraví:

- Běh
- Česnek
- Čisté svědomí
- Střídmost
- Pevná víra ve vlastní zdraví“

Pastýř z náhorních planin etiopských. In: Nevrlý M. Karpatské hry, 1982

Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

How Do Physicians Rate Their Own **Physical Health**?

Health Score: 1 (very unhealthy) to 5 (very healthy)

Dermatology	4.23	Rheumatology	4.06
Plastic Surgery	4.22	Neurology	4.06
Diabetes & Endocrinology	4.20	Emergency Medicine	4.06
Orthopaedics	4.19	Internal Medicine	4.05
Cardiology	4.17	Family Medicine	4.05
Urology	4.14	Gastroenterology	4.05
Anesthesiology	4.13	General Surgery	4.04
Ophthalmology	4.12	Psychiatry & Mental Health	4.02
Nephrology	4.11	Pathology	4.02
Radiology	4.11	Ob/Gyn & Women's Health	4.02
Oncology	4.11	Pediatrics	4.01
HIV/AIDS	4.10	Critical Care	3.98
Pulmonary Medicine	4.07		

Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

How Do Physicians Rate Their Own **Physical Health**?

Health Score: 1 (very unhealthy) to 5 (very healthy)

Dermatology	4.23	Rheumatology	4.06
Plastic Surgery	4.22	Neurology	4.06
Diabetes & Endocrinology	4.20	Emergency Medicine	4.06
Orthopaedics	4.19	Internal Medicine	4.05
Cardiology	4.17	Family Medicine	4.05
Urology	4.14	Gastroenterology	4.05
Anesthesiology	4.13	General Surgery	4.04
Ophthalmology	4.12	Psychiatry & Mental Health	4.02
Nephrology	4.11	Pathology	4.02
Radiology	4.11	Ob/Gyn & Women's Health	4.02
Oncology	4.11	Pediatrics	4.01
HIV/AIDS	4.10	Critical Care	3.98
Pulmonary Medicine	4.07		

Integrita duševního zdraví

- Nenechat se rozhodit okolním děním
 - obecný stav společnosti a politiky
 - úroveň korupce ve společnosti a zdravotnictví
- Nenechat se rozhodit útoky na vlastní osobu
 - „Když vás kopají do zadku, znamená to, že jste stále ještě v předu“
 - 70% všech živých organismů žije paraziticky
- Nepřepínat – nechtít více, než je v našich silách
 - mj. míra zadlužení, hypoték – nutí k většímu množství pracovních činností → únava, vyčerpání

JSME

S TĚBOU,

BILLE



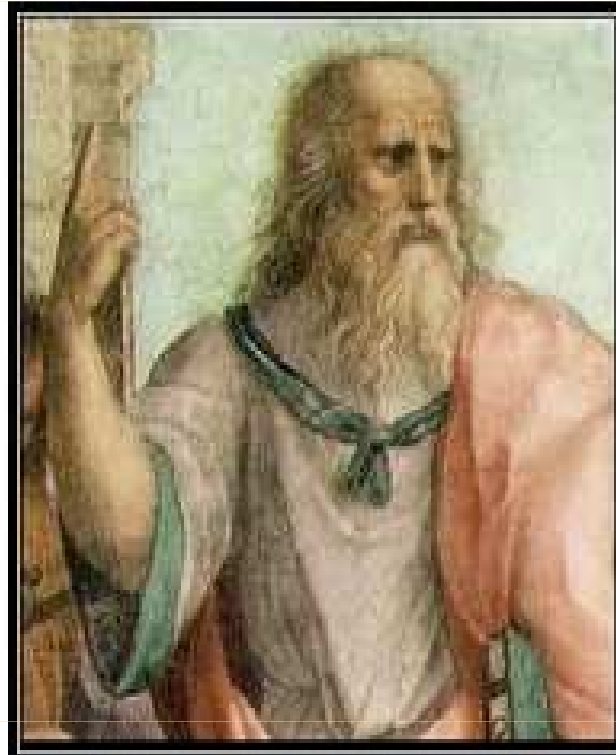
**když chceš
více, než
můžeš...**



AŽ POČÍTÁM, JAK POČÍTÁM - BLBCI MAJÍ VŽDYCKY VĚTŠINU...



ZA PŘEDPOKLADU, ŽE JDEME SPRÁVNÝM SMĚREM, SI TROUFIJÍM TVRDIT, ŽE ZHRUBA
DVACĚTINU CESTY K DEMOKRACII MÁME ZA SEBOU.



Demokratické zřízení doplatí na to, že bude chtít vyhovět všem. Chudí budou chtít část majetku bohatých a demokracie jim to dá. Mladí budou chtít práva starých, ženy budou chtít práva mužů, a cizinci budou chtít práva občanů a demokracie jim to dá. Zločinci budou chtít obsadit veřejné funkce a demokracie jim to umožní. A až zločinci demokracii nakonec ovládnou, protože zločinci od přírody tíhnou po pozicích moci, vznikne tyranie horší, neždovede nejhorší monarchie anebo oligarchie.

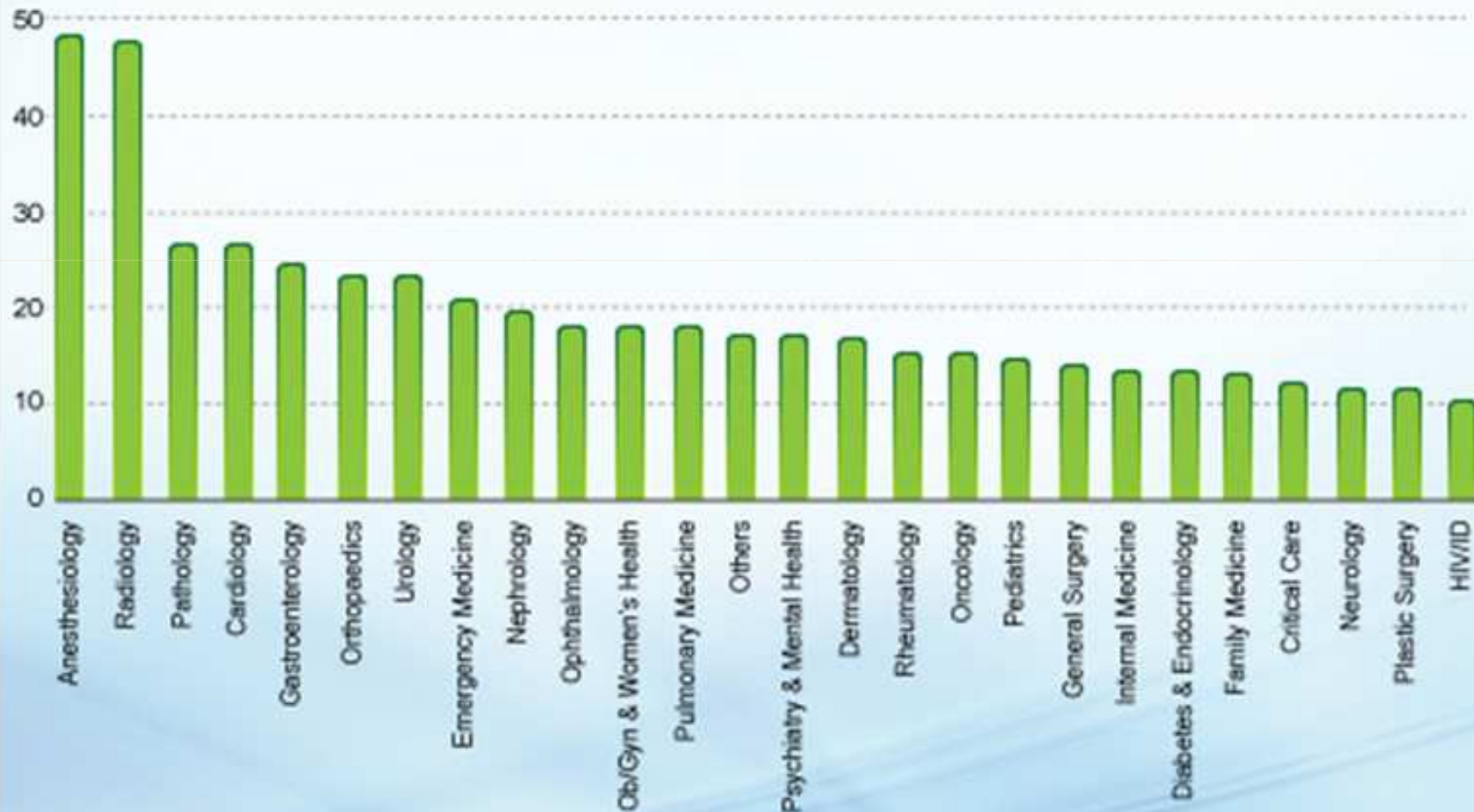
Sokrates



JAKÝ „OBŽALOVANÝ VSTAŇTE“? MYSLEL JSEM, ŽE SI TYKÁME, VOLE.

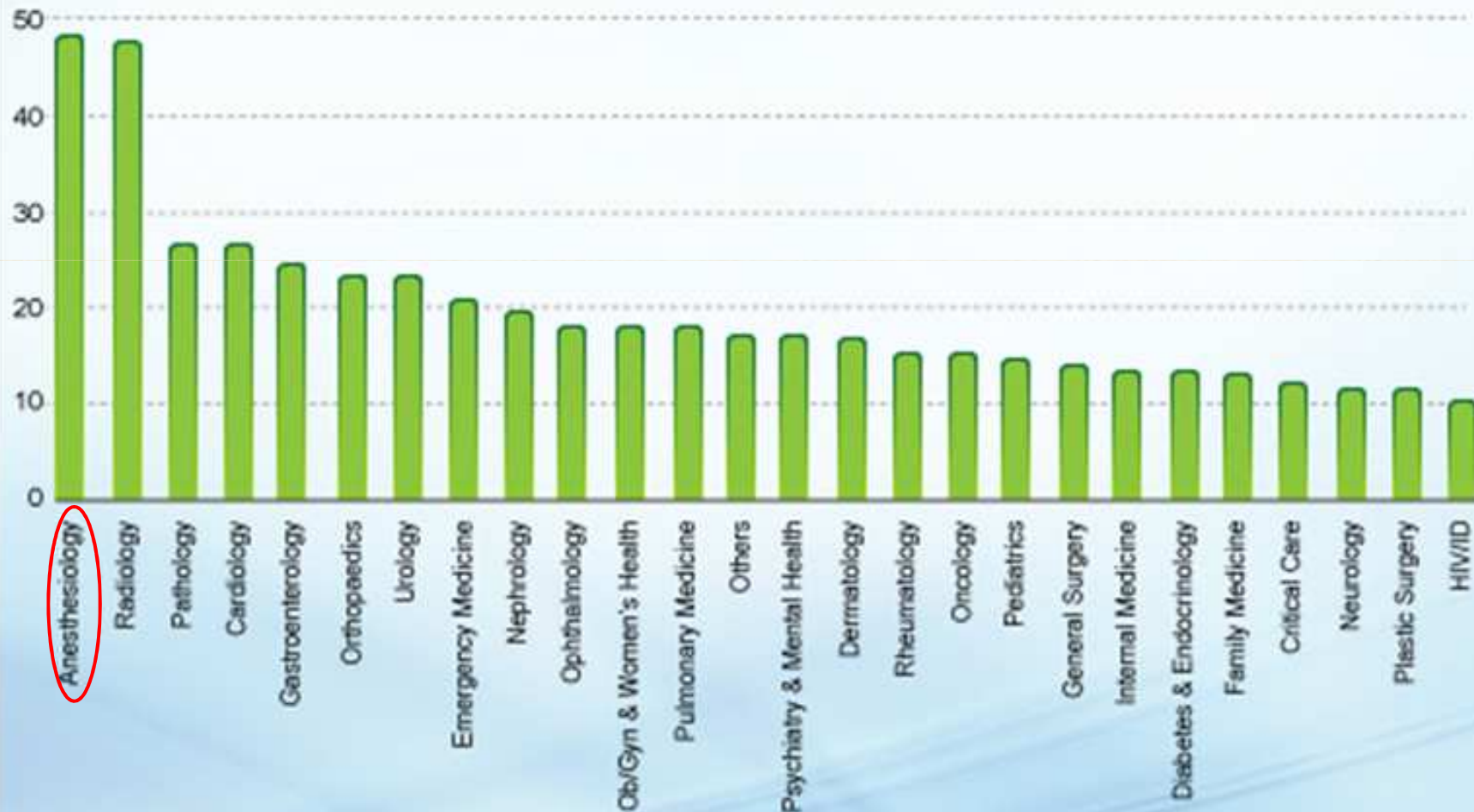
Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

How Many Physicians Take **More Than 4 Weeks** of Vacation Each Year?



Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

How Many Physicians Take **More Than 4 Weeks** of Vacation Each Year?















Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

How Happy Are Physicians With Their Lives Outside of Work?

Happiness Score: 1 (very unhappy) to 5 (very happy)

Rheumatology	4.09	Pulmonary Medicine	3.95
Dermatology	4.05	Pathology	3.93
Urology	4.04	Cardiology	3.92
Ophthalmology	4.03	Critical Care	3.90
Emergency Medicine	4.01	Nephrology	3.90
Pediatrics	4.00	Diabetes & Endocrinology	3.90
Anesthesiology	4.00	Plastic Surgery	3.89
Psychiatry & Mental Health	3.99	General Surgery	3.89
Radiology	3.99	Oncology	3.89
Family Medicine	3.97	Internal Medicine	3.88
HIV/AIDS	3.97	Gastroenterology	3.88
Orthopaedics	3.96	Neurology	3.88
Ob/Gyn & Women's Health	3.96		

Medscape Physician Lifestyle Report: 2012 Results

How Happy Are Physicians With Their Lives Outside of Work?

Happiness Score: 1 (very unhappy) to 5 (very happy)

Rheumatology	4.09	Pulmonary Medicine	3.95
Dermatology	4.05	Pathology	3.93
Urology	4.04	Cardiology	3.92
Ophthalmology	4.03	Critical Care	3.90
Emergency Medicine	4.01	Nephrology	3.90
Pediatrics	4.00	Diabetes & Endocrinology	3.90
Anesthesiology	4.00	Plastic Surgery	3.89
Psychiatry & Mental Health	3.99	General Surgery	3.89
Radiology	3.99	Oncology	3.89
Family Medicine	3.97	Internal Medicine	3.88
HIV/AIDS	3.97	Gastroenterology	3.88
Orthopaedics	3.96	Neurology	3.88
Ob/Gyn & Women's Health	3.96		

Pokud se vám daří

- podílet se na záchraně života či zlepšení zdraví podáváním kvalitní anestézie,
- zachraňovat životy v resuscitační a intenzivní péči a na urgentních příjmech,
- poskytovat řadě pacientů úlevu od bolestí,
- kvalitně pečovat o dárce orgánů, z čehož profituje řada transplantovaných pacientů,
- předávat své zkušenosti mladším kolegům a sledovat, jak z nich vyrůstají dobří lékaři,

- Pak děláte práci, která má smysl a je vysoce užitečná.
- Nezapomeňte, že každoročně tak máte v rukou a pomáháte každému desátému občanovi ČR
- Můžete tedy být a buďte přes všechny obtíže našeho řemesla a záludnosti českého zdravotnictví i české společnosti
velmi spokojeni

Spokojenost ≠ sebeuspokojení

Hlavně, aby se nevytratila radost





NĚMŮŽEŠ MI ŘÍKAT VOLE! TADY JSME NA AKADEMICKÝ PŮDĚ!