

# لبخند بیمار، التیام بخش خستگی پرستار

روایت شماری از پرستاران که مسئولیت مراقبت از بیماران را در حساس ترین روزهای زندگی شان برعهده می گیرند



گزارش روز



شیده آل ابراهیم

شاید زمانی که آدم ها بیمار هستند و درد می کشند، یکی از اوقاتی باشد که بدون هیچ نقابی، خود واقعی شان هستند. خود واقعی که ممکن است مضطرب شود، خشمگین شود، بی حال و کلافه شود یا...؛ پرستاران کسانی هستند که هر روز با بیمارانی سر و کار دارند که با همین چهره بی نقاب در بیمارستان بستری شده اند. آن ها بدون داشتن هیچ نسبت خونی و عاطفی با بیمار تمام تلاششان را برای بهبود حال بیمار می کنند؛ حتی اگر در گوشه ای از ذهنشان به دغدغه مالی یا خستگی ناشی از کار فکر کنند، با لبخند بیماری که حالش بهتر شده است، آن افکار را از یاد می برند. آن ها شغل خود را انتخاب کرده اند و شاید علاقه به همین مراقبت از آدم هاست که موجب می شود به کارشان ادامه دهند؛ اما پشت این انتخاب، خستگی ها و دغدغه هایی هم پنهان است که پررنگ ترین آن ها مطالبات پرستاران در خصوص وضعیت پرداختی های مالی آن هاست.

عکس: عیلا دستگاریان/شهرآرا



## نگاهی عمیق تر به درد مردم

مهدی اکبری، پرستار بیمارستان های ولایت و جوادالائمه<sup>ع</sup> مشهد، می گوید: پرستاری را از روی علاقه انتخاب کرده و با وجود کمبودها و دشواری های این شغل، همچنان از انتخاب خود پشیمان نیست. اواز سال ۱۳۹۳ تا ۱۳۹۷ در رشته پرستاری تحصیل کرده، پس از آن دو سال خدمت سربازی را پشت سر گذاشته و از سال ۱۳۹۹ کار پرستاری را آغاز کرده است. بخش عمده سابقه کاری اش به بخش مراقبت های ویژه به خصوص آی سی یو قلب باز مربوط می شود؛ یعنی بخشی که بیش از هر جای دیگری باید عشق به پرستاری را در عملکردش نشان بدهد، زیرا آنجا خبری از حضور همراه بر بالین بیمار نیست

و پرستار، تنها مراقب حال بیمار است. بنابراین همه چیز به ارتباط عمیق انسانی پرستار با بیمار برمی گردد. او همیشه آینده خودش را در شغل پرستاری یا معلمی می دیده است که هر دوی آن ها به نوعی خدمت رسانی و کمک به اعضای جامعه است و در نهایت پرستاری را برمیگزیند. اکبری پرستاری را شغلی چند بعدی می داند که در آن پرستار باید هم از دانش علمی برای بهبود وضعیت بیمار استفاده کند و هم از نظر روحی و روانی حامی او باشد. به گفته او، پرستار باید بیمار را از همه نظر تحت کنترل داشته باشد و به گونه ای از او حمایت کند که در زمان بستری، احساس تنهایی نکند و دلگرم باشد.

شاید تصور عامه مردم این باشد که مردان عاطفه کمتری در روابط انسانی به خرج می دهند، اما دیدگاه اکبری نشان می دهد که دست کم او به عنوان یک مرد که در جایگاه پرستاری قرار دارد، عواطف هم نوع خود را با اهمیت می داند؛ «تأثیری که شغل پرستاری بر



## مراقبت بی وقفه

این پرستار توضیح می دهد که در آی سی یو، بیمار به صورت مداوم و لحظه به لحظه پایش می شود و چیزی به نام استراحت در جریان مراقبت از بیمار وجود ندارد. پرستار باید وضعیت تغذیه بیمار، شرایط بیمارانی را که به دستگاه تنفس متصل هستند،

هماهنگی بیمار با دستگاه و علائم حیاتی را کنترل کند. گلایه پرستاران نشانه دوست داشتن کارشان است؛ می خواهند اوضاع بهتر شود. اکبری می گوید شیفت های درگرددش، ساعت کاری نامنظم و شب کاری های متعدد، بدن پرستار را فرسوده می کند. تعداد زیاد بیماران و کمبود نیرو هم فشار کاری را بیشتر کرده؛ طوری که گاهی یک پرستار باید هم زمان از دو یا سه بیمار بد حال مراقبت کند. با این حال، پرستاران آی سی یو با وجود کار

دیدگاه من نسبت به زندگی داشته، این است که نگاهم به مشکلات مردم عمیق تر شده و حس همدلی و کمک به دیگران در من افزایش پیدا کرده است. در بیمارستان با بیمارانی روبه رومی شوم که حتی توان خرید دارو ندارند و همین تجربه، همدردی ام را با مردم بیشتر کرده است،» او معتقد است تصور بخشی از جامعه درباره پرستاری با واقعیت این شغل فاصله دارد. به گفته اکبری، برخی مردم پرستار را فردی می دانند که فقط تزریق انجام می دهد، در حالی که وقتی از نزدیک با حجم و تخصصی بودن کار پرستاران و عشق آن هانسیب به کار، به ویژه در مراقبت از بیماران بد حال، روبه رومی شوند، متوجه می شوند پرستاری به تزریق آمپول محدود نمی شود. او می گوید: در بسیاری از ساعات شبانه روز، پزشک بر بالین بیمار حضور ندارد و این پرستار است که به صورت مداوم کنار بیمار می ماند.

یکی از خاطراتی که اکبری از دوران کاری خود به یاد دارد، مربوط به بیمار سالمندی است که به دستگاه تهویه

مصنوعی وصل بود و برای تحمل بهتر شرایط، داروهای خواب آور دریافت می کرد؛ «پس از بهبود وضعیت بیمار و جدا شدن او از دستگاه، بیمار به من گفت که در تمام آن روزها متوجه تلاش هایت بودم و از مراقبت هایم تشکر کرد، همین موضوع خیلی حس خوبی برایم داشت، اینکه بیمار حتی در زمانی که به زعم ما هوشیار نبوده، نسبت به اتفاق اطرافش آگاه بوده است.» او همچنین از بیماران هوشیار، به ویژه کودکان و نوجوانانی که پس از تصادف در آی سی یو بستری می شوند، یاد می کند. به گفته اکبری، این بیماران گاهی به دلیل نبود پدر و مادر در کنارشان با اضطراب بستری شدن، احساس تنهایی و ترس دارند. او ادامه می دهد: پرستاران در چنین شرایطی با آن ها صحبت می کنند، به آن ها اطمینان می دهند که در کنارشان هستند و نیازهایشان را پیگیری می کنند. او معتقد است کاهش اضطراب بیمار می تواند به بهبود وضعیت او ادامه روند درمان کمک کند.

بسیاری از این خواسته ها همچنان شنیده نشده است.» فشار کاری و شرایط سخت اقتصادی می تواند هر کسی را از کارش دلسرد کند، اما اکبری همچنان عاشق شغلش است. شرایط دشوار اقتصادی برخی از پرستاران را به کار در چند مرکز درمانی واداشته است. خود او هم در درمانگاه و بیمارستان دیگری کار می کند و می گوید: زندگی بایک حقوق برای بسیاری از پرستاران دشوار است.

تخصصی تر و دشوارتر، مزیت خاصی نسبت به سایر بخش ها ندارند. اواز پرداخت دیر هنگام و با فاصله چند ماهه تعرفه پرستاری نیز گلایه دارد. آقای اکبری مهم ترین مطالبه پرستاران را پرداخت بموقع مطالبات و کاهش فشار کاری می داند؛ «افزایش جذب نیروی پرستاری می تواند فشار کاری و شیفت های پشت سرهم را کاهش دهد و برای فارغ التحصیلان جدید نیز جذابیت این رشته را بیشتر کند، مطالبات پرستاران هر سال تکرار می شود، اما



## لبخندی که انگیزه می شود

نجمه تقی نژاد، پرستار بخش آی سی یوی قلب باز بیمارستان جوادالائمه<sup>ع</sup> مشهد، نیز حدود ۱۰ سال است که در حرفه پرستاری فعالیت می کند و نزدیک به هشت سال از این سابقه را در آی سی یوی قلب باز این بیمارستان گذرانده است. او پرستاری را شغلی می داند که ادامه دانش بیش از هر چیز به علاقه و عشق به کار وابسته است؛ زیرا فشار کاری و وضعیت مالی پرستاران با مسئولیت و دشواری های



## دلداری دو طرفه

در مقابل، تقی نژاد خاطره تلخی از خانم جوانی دارد که دو فرزند خردسال داشت. او پیش از عمل با بیمار صحبت کرده و به او اطمینان داده بود که اوضاع خوب خواهد شد، اما بیمار پس از عمل، جان خود را از دست می دهد؛ «این بیمار را بعد از عمل به بخش آورده بودند و هنوز جانش را از دست نداده بود، من می خواستم به همسر بیمار دلداری بدهم، اما در میانه صحبت هایم خودم شروع به گریه کردم و همراه بیمار داشت من را دلداری می داد؛ بیماران و خانواده هایشان در طول بستری به تدریج مانند اعضای خانواده پرستاران می شوند و بیماران برای آن ها جایگاه پدر، مادر، خواهر، برادر یا فرزند را پیدا می کنند.» تنگناهای مالی سبب شده بارها از انتخاب شغل پرستاری

پشیمان شود؛ به ویژه زمانی که می بیند برخی افراد با تحصیلات مشابه، درآمد بیشتری دارند. با این حال، او معتقد است دیدن حال خوب و لبخند بیماران سبب می شود این ناراحتی ها از یادش برود و به همین دلیل، با وجود دشواری های کار، از پرستاری جدا نشده است. شیفت های این بخش، شش ساعته است و تقی نژاد به دلیل داشتن فرزند خردسال، بیشتر در شیفت های روز و گاهی عصر کار می کند. او می گوید مراقبت از دخترش را که چهار سال و نیم دارد، مادرش به عهده می گیرد و اگر کمک مادرش نباشد، ادامه کار برایش بسیار دشوار می شود.

به گفته تقی نژاد، در سال های اخیر نه تنها وضعیت مالی پرستاران بهتر نشده، بلکه برخی پرداخت های ویژه ای هم که پیش تر به دلیل سنگینی کار در آی سی یوی قلب باز انجام می شد، حذف شده است. او می گوید با وجود اینکه می تواند به بخش های دیگر منتقل شود، اما سال های زیادی در این بخش کار کرده است و همکاران

خوبی دارد؛ به همین دلیل آرامش روانی برایش اهمیت دارد. با این حال، خیلی از نیروها به دلیل نبود مزایا و فشار بالای کار، این بخش را ترک کرده اند؛ چون آی سی یو قلب باز محیطی بسیار پراسترس است و پرستار باید پیوسته برای بیرون آوردن بیمار از وضعیت بحرانی تلاش کند. در این بخش، فشار خون، ضربان قلب و وضعیت بیمار ممکن است در هر لحظه تغییر کند و پرستار حتی چند لحظه هم نمی تواند از بیمار غافل شود. به گفته او، استراحت واقعی در این بخش وجود ندارد و تنها پرستاران شیفت شب می توانند به صورت نوبتی و آن هم در حالی که تعداد بیماران کمتر باشد، حدود یک ساعت استراحت کنند.

تقی نژاد علاوه بر کار در آی سی یو، عضو تیم آنکال دیالیز بیمارستان نیز هست. یکی از دلایلی این است که این کار می تواند در کنار حقوق پرستاری، از نظر مالی کمکش کند. او توضیح می دهد که بیمارستان دو دستگاه دیالیز دارد و یک تیم هفت نفره، بسته به برنامه آنکال، دیالیز

بیماران بخش های مختلف را انجام می دهند. تقی نژاد مهم ترین خواسته خود و همکارانش را توجه بیشتر به وضعیت معیشتی پرستاران می داند. به گفته او، کار کردن در دو مرکز برای یک پرستار، به ویژه پرستاران خانمی که فرزند خردسال دارند، بسیار دشوار است؛ حتی با وجود اینکه همسرش شغل خوبی دارد، تأمین هزینه های زندگی واقعا سخت است. او شرایط پرداختی را در شان پرستاران نمی داند و می گوید وقتی قرار است پرستار از نظر روحی هم بیمار را حمایت کند، نباید خودش دغدغه ای داشته باشد؛ اما اکنون برخی همکاران در چهار مرکز کار می کنند و بعد از ۳۶ ساعت شیفت، بر بالین بیمار حاضر می شوند. به باور او، این شرایط توان ارائه مراقبت مطلوب را از پرستار می گیرد؛ بنابراین اگر دغدغه های مالی پرستاران کاهش یابد، می توانند با تمرکز و آرامش بیشتری از بیماران حمایت کنند.

