

Tisková zpráva, Brno, 11. května

## Vzdáváme hold sestřím, oceňované, ale i náročné profesi

**Jako každý rok, také letos si 12. května připomínáme Mezinárodní den sester. Děje se tak v den výročí narození Florence Nightingalové, zakladatelky moderního ošetrovatelství.**

V českém zdravotnictví dlouhodobě působí přibližně osmdesát tisíc všeobecných sester, přičemž ze škol do systému každoročně vstupuje kolem patnácti set všeobecných sester, absolventek a absolventů vysokých a vyšších odborných škol. O něco méně do praxe přichází sester praktických, které ukončily studium na středních školách. Přestože se celková čísla absolventů všeobecného ošetrovatelství v posledních letech mírně zvyšují a s počtem asi devíti sester na sto tisíc obyvatel patříme ve světě k zemím s lepším poměrem sestra-pacient, fakt je i ten, že v celém resortu přetrvává deficit kolem osmnácti set úvazků všeobecných sester.

Podle profesorky Andrey Pokorné, proděkanky pro nelékařské studijní programy a informační technologie Lékařské fakulty Masarykovy univerzity, však nejde o nijak výjimečný stav. „*Nedostatek všeobecných sester je patrný v celém světě,*“ hodnotí a odkazuje na tvrdá data i některé nedávné studie. Dle nich se sice profese všeobecné sestry sice těší celospolečenskému uznání a je pozitivně vnímána veřejností, ne vždy to však stačí k vyvážení její nesporné náročnosti, ať už fyzické či psychické.

Pozoruhodnou studií je například ta, dle které všeobecná sestra během denní směny ujde více než 9700 kroků, v přepočtu kolem šesti a půl kilometru. Už jen z toho je zjevné, že „fyzická aktivita sester je vyšší než u běžné populace,“ shrnují autoři dva roky starého textu. Připočteme úkony související s manipulací s pacienty, včetně zvedání těžkých vah, a už tolik nepřekvapí, že v průzkumu, který tým profesorky Pokorné provedl mezi více než pěti stovkami dotázaných, 93 % sester uvedlo, že pociťují bolesti zad; dvě třetiny z nich přitom soudí, že tento stav přinejmenším částečně souvisí s výkonem jejich profese.

V navazujícím průzkumu, kdy byly srovnávány bolesti zad u všeobecných sester z České republiky a Spojeného království pak vyplynulo, že české sestry uváděly bolesti zejména v dolní části zad mnohem častěji a také to, že se jedná i o jednu z příčin, proč by uvažovaly o opuštění profese. Fyzické problémy mohou mít řadu negativních důsledků, od hledání méně namáhavých profesí až po pokles produktivity – jak si totiž profesorka Pokorná všímá, mezi sestrami působí řada „srdcařek“, které často docházejí do práce i navzdory vlastním zdravotním obtížím a dopouštějí se tak tzv. presentismu.

## Nároky na sesterskou profesi se zvyšují

I proto například Ministerstvo zdravotnictví ČR v rámci snah o udržení sester v systému v těchto dnech spouští projekt s názvem Měření ošetrovatelské zátěže, jehož cílem je zmapovat činnosti sester na jednotlivých pracovištích a na základě dat ze sledování upravit jejich pracovní podmínky a optimalizovat personální zabezpečení. Na Lékařské fakultě Masarykovy univerzity, kde je ke tříletému studiu Všeobecného ošetrovatelství v posledních letech každoročně přijímáno 25-30 studujících, se budoucí sestry na náročnost profese snaží

důsledně připravit už během studia. Rovnou polovinu z 4600 hodin výuky tráví v klinické praxi, jak ukládá legislativa, ale zároveň je jim poskytována podpora pro zvládání zátěže.

*„Učíme studenty ergonomii a ergonomickým postupům při poskytování péče, navíc všichni studenti jsou vedeni k péči o své tělo a nemusí k tomu přispívat jen povinný tělocvik,“ říká Andrea Pokorná. Podle ní se však v poslední době zvyšují i psychické nároky na sesterskou profesi. Nikoliv jen v důsledku směnnosti provozů a obtížného propojení osobního života s tím profesním. „Sledujeme zvyšování zdravotní gramotnosti pacientů. Což je samozřejmě dobře, ale tím pádem mají pacienti i jejich rodiny vyšší informační nároky na nás, na sestry a další zdravotnické pracovníky. Zároveň se zkracuje doba hospitalizace a na pacienta není tolik času, takže ty nároky na to, kolik by toho měl pečující odborník vědět, obecně rostou.“ I v tomto ohledu se snaží lékařská fakulta potenciálním budoucím problémům čelit už během studií a jako jediná v Česku studentům poskytuje psychickou podporu formou Mindfulness programu a psychosomatických cvičení, s cílem zvládnutí psychické zátěže a vyhoření.*

## Potřeba systémového řešení

Podle Pokorné je přístup fakult však jen jednou součástí řešení. To musí být v první řadě systémové, aby se podařilo odbourat častou praxi, kdy „všichni dělají všechno“. *„To jednak vede k vyčerpání a zároveň je to i jistá defraudace vědomostí vzdělaných nelékařských zdravotnických pracovníků, včetně všeobecných sester,“* podotýká profesorka Pokorná, dle níž je třeba vzít v potaz i snižující se odolnost populace a posun ve světovém názoru nastupujících generací, které začínají více prioritizovat vlastní potřeby, což prý může být další aspekt vedoucí u budoucích sester k dřívějším odchodům do starobního důchodu.

Systémovým řešením má být hierarchizace ošetrovatelských profesí, dnes už diskutovaná ve spolupráci s fakultami a nemocnicemi i na vládní úrovni. A inspirovat se lze třeba v zahraničí. *„Zatímco v některých zemích existují třeba i celé kliniky vedené sestrami, u nás taková hierarchizace pracovišť, až na výjimky, nastavena není. To znamená, že je třeba měnit složení celých ošetrovatelských týmů tak, aby konkrétní intervence a postupy při poskytování péče byly prováděny daným odborníkem s příslušným vzděláním. Ideálně musí přibýt více ošetrovatelského pomocného personálu, aby se sestry mohly stále více věnovat odborné činnosti. Když budeme podporovat a vychovávat sestry se specializovanou způsobilostí, zároveň ulevíme celému systému. Sestry specialistky jsou schopny převzít některé kompetence dalších členů zdravotnických týmů, zvládají koordinaci péče a zlepšují v mnoha případech při účelné spolupráci s lékaři zkvalitnění průchodu pacienta zdravotnickým systémem a dostupnost péče, která se postupně musí orientovat na posílení péče komunitní,“* předesílá svou vizi Pokorná.

Výzev, které současné zdravotnictví musí zvládnout je mnoho, některé jsou zvládnutelné z pozice vzdělavatelů, ale u mnohých je třeba systémových změn zmíněných výše. Vzdělavatelé přispívají tím, že se snaží o předávání nejen dostupných vědeckých poznatků, ale také pozitivního postoje k profesi, která je jednou z nejnáročnějších, ale z osobního pohledu profesorky Pokorné i jedna z nejkrásnějších v rámci pomáhajících profesí.

### Kontakty pro média:

Mgr. Václav Tesař, Oddělení pro komunikaci a vnější vztahy, Lékařská fakulta, Masarykova univerzita, +420 733 553 215, [vaclav.tesar@med.muni.cz](mailto:vaclav.tesar@med.muni.cz)