

# Γήρανση του Νοσηλευτικού Προσωπικού και Εργασία – Πρόκληση για τις Υπηρεσίες Παροχής Φροντίδας Υγείας

Παναγιώτα Σουρτζή

Nursing Personnel  
Aging and Work

Αναπληρώτρια Καθηγήτρια Νοσηλευτικής  
της Υγιεινής της Εργασίας, Τμήμα  
Νοσηλευτικής, Εθνικό και Καποδιστριακό  
Πανεπιστήμιο Αθηνών, Αθήνα

## «Ηλικιωμένοι» εργαζόμενοι

Η ηλικία συνταξιοδότησης, που σήμερα συμπίπτει με το 65ο έτος της ηλικίας, σηματοδοτεί τη μετάβαση στην τρίτη ηλικία. Οι εργαζόμενοι σήμερα, αναμένεται να παραμείνουν στην εργασία μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από τις προηγούμενες γενιές. Παρόλα αυτά, όταν αναφερόμαστε στους «ηλικιωμένους» εργαζόμενους εννοούμε όσους έχουν υπερβεί το 45ο έτος της ηλικίας και οι συγκεκριμένοι εργαζόμενοι αποτελούν τον πληθυσμό μελέτης για τις επιπτώσεις της γήρανσης στην εργασία.<sup>1</sup>

Οι δημογραφικές αλλαγές που έχουν επιπτώσεις στην εργασία είναι η μείωση της αναπαραγωγής και επομένως η ελάττωση των μελλοντικών εργαζομένων και η άνοδος του προσδόκιμου ζωής, που όμως δε συνεπάγεται και αύξηση του προσδόκιμου ζωής με καλή υγεία. Αποτέλεσμα των δημογραφικών μεταβολών είναι η μείωση της αναλογίας του ενεργού πληθυσμού και ταυτόχρονα η αύξηση του δείκτη εξάρτησης, ο οποίος αναφέρεται στο ποσοστό των εργαζομένων προς το σύνολο των ομάδων του πληθυσμού που εξαρτώνται από την εργασία τους, δηλαδή των παιδιών και των ηλικιωμένων.

Ως αποτέλεσμα των παραπάνω μπορεί να προκύψει μακροπρόθεσμα παράταση της εργασιακής ζωής, δηλαδή περαιτέρω άνοδος των σημερινών ηλικιακών ορίων συνταξιοδότησης. Έμμεση επίπτωση των παραπάνω φαίνεται να είναι η μείωση της απασχόλησης στους νέους, αφού οι υπάρχουσες θέσεις εργασίας μένουν καλυμμένες για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από το παρελθόν, ενώ νέες θέσεις εργασίας δε δημιουργούνται με ανάλογο ρυθμό.

## Επιπτώσεις της «γήρανσης» στην εργασιακή ικανότητα και στην υγεία

Οι περισσότερες επιπτώσεις της φυσιολογικής γήρανσης είναι αναμενόμενες και περιλαμβάνουν αισθητηριακή έκπτωση, όπως μείωση της ακοής και της

Υπεύθυνη αλληλογραφίας:  
Παναγιώτα Σουρτζή  
Αν. Καθηγήτρια Νοσηλευτικής  
της Υγιεινής της Εργασίας  
Τμήμα Νοσηλευτικής  
Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

όρασης, μείωση της φυσικής δύναμης και αύξηση των νοσημάτων φθοράς. Επιπλέον των αναμενόμενων, η φύση της εργασίας μπορεί να προκαλέσει περαιτέρω επιπτώσεις ή να επιδεινώσει τις υπάρχουσες. Στις επιδεινούμενες εξαιτίας της εργασίας περιλαμβάνεται η αύξηση της επίπτωσης νοσημάτων επαγγελματικής αιτιολογίας λόγω μακρόχρονης έκθεσης και η επιδείνωση της έκθεσης σε κινδύνους που σχετίζονται με τη θέση του σώματος και τις επαναλαμβανόμενες κινήσεις ή το φόρτο εργασίας. Παράλληλα, για την ηλικιακή ομάδα των 45–55 ετών και ιδιαίτερα για τις γυναίκες παρατηρείται επιδείνωση των συνθηκών εργασίας. Το κύριο αποτέλεσμα είναι οι μεγαλύτεροι σε ηλικία εργαζόμενοι να έχουν έκπτωση της εργασιακής τους ικανότητας.<sup>1</sup>

Οι επιπτώσεις της «γήρανσης» στην ποιότητα ζωής και εργασίας ενδέχεται να είναι θετικές, όπως αύξηση της επαγγελματικής ικανοποίησης και της αυτονομίας, αλλά και σχετικά μικρότερα επίπεδα έντασης. Όμως, οι αρνητικές επιπτώσεις είναι πολύ περισσότερες και περιλαμβάνουν δυσκολία πρόσβασης σε εκπαίδευση, δυσχέρεια προσαρμογής στις νέες τεχνολογίες, μικρότερη συμμετοχή στη λήψη αποφάσεων σε οργανισμούς με οριζόντια διοίκηση, διακρίσεις λόγω ηλικίας, πρόωρη συνταξιοδότηση και όλο και πιο συχνά μείωση των προσδοκιών για επαρκή σύνταξη.

## Η γήρανση του νοσηλευτικού προσωπικού

Πολλές πρόσφατες μελέτες –ελληνικές και διεθνείς– δείχνουν ότι ο μέσος όρος ηλικίας του νοσηλευτικού προσωπικού αυξάνει σε όλες τις χώρες.<sup>2-4</sup> Η διαχρονική έλλειψη προσωπικού, η πρόωρη συνταξιοδότηση και η ταυτόχρονη μείωση των προσλήψεων που παρατηρείται στην Ελλάδα είναι οι κύριες αιτίες του προβλήματος.

Η εργασιακή ικανότητα του νοσηλευτικού προσωπικού εξαρτάται κυρίως από το επίπεδο υγείας του, τις απαιτήσεις της εργασίας που καλείται να εκτελέσει και το εργασιακό περιβάλλον. Επίσης, επηρεάζεται από την ικανοποίηση από την εργασία, το εργασιακό κλίμα και τις υφιστάμενες κοινωνικοοικονομικές συνθήκες. Ως προς τους Έλληνες νοσηλευτές, σταθερά καταγράφεται υψηλό ποσοστό απουσιών για λόγους υγείας, υψηλή επίπτωση μυοσκελετικών διαταραχών, αυξημένο επαγγελματικό stress, συμπτώματα επαγγελματικής εξουθένωσης, αυξημένη επίπτωση μικροατυχημάτων από αιχμηρά αντικείμενα, διαταραχές ύπνου με τα συνεπακόλουθα προβλήματα, όπως διαταραχές στην οικογενειακή και στην κοινωνική ζωή.<sup>3,5</sup>

Η ποιότητα ζωής και εργασίας των Ελλήνων νοση-

λευτών καταγράφεται εξίσου προβληματική. Μειωμένη επαγγελματική ικανοποίηση, ιδιαίτερα στους νεότερους νοσηλευτές αλλά και σε όσους έχουν υψηλές απαιτήσεις λόγω εκπαίδευσης, δυσκολία αντιμετώπισης των οικογενειακών υποχρεώσεων, ανασφάλεια και αβεβαιότητα για το μέλλον. Αποτέλεσμα αυτών είναι η επιθυμία αλλαγής χώρου εργασίας, η επιθυμία αλλαγής επαγγέλματος και η μετανάστευση.<sup>2,3</sup>

Η αλληλεπίδραση γήρανσης και εργασίας φαίνεται να αποτελεί φαύλο κύκλο. Πτωχή εργασιακή ικανότητα είναι παράγοντας κινδύνου για την έξοδο από την εργασία, αλλά μπορεί να εξισορροπηθεί από το ψυχοκοινωνικό περιβάλλον εργασίας. Αντίθετα, πτωχή ποιότητα εργασίας συνδέεται με την πρόθεση για έξοδο από την εργασία, π.χ. με πρόωρη συνταξιοδότηση.

## Υπάρχουν λύσεις;

Οι υπηρεσίες υγιεινής της εργασίας, εφόσον δημιουργηθούν σε όλους τους χώρους παροχής φροντίδας υγείας και στη χώρα μας θα συμβάλλουν στην υιοθέτηση λύσεων, με στόχο την πρόληψη της νόσου και την προαγωγή της υγείας. Οι υποχρεωτικές παρεμβάσεις –όπως ορίζονται από την ισχύουσα νομοθεσία υγείας και ασφάλειας στην εργασία– περιλαμβάνουν προσαρμοσμένο περιοδικό προληπτικό έλεγχο στους «ηλικιωμένους», προσαρμογή των συνθηκών εργασίας στις ιδιαίτερες ανάγκες τους και περιοδικό προληπτικό έλεγχο, με στόχο τον καλύτερο έλεγχο της έκθεσης σε παράγοντες κινδύνου καθ' όλη τη διάρκεια της εργασιακής ζωής. Επιπλέον, οι παρεμβάσεις προαγωγής υγείας περιλαμβάνουν παρεμβάσεις στον τρόπο ζωής, όπως υγιεινή διατροφή, άσκηση και φυσική κατάσταση, διακοπή ή μείωση του καπνίσματος, πρόληψη ή διαχείριση της χρήσης οινόπνευματος και άλλων εξαρτησιογόνων ουσιών, διαχείριση του ελεύθερου χρόνου και συμφιλίωση της εργασιακής με την οικογενειακή/κοινωνική ζωή. Οι παρεμβάσεις για τροποποίηση παραγόντων κινδύνου περιλαμβάνουν έλεγχο του βάρους, έλεγχο της υπέρτασης, διαχείριση του stress, διαχείριση χρόνιων νοσημάτων, π.χ. διαβήτη, πρόληψη των ατυχημάτων και σωστή χρήση υπηρεσιών υγείας.

Πολύ πιο σημαντικές είναι όμως οι παρεμβάσεις στο περιβάλλον εργασίας. Η βελτίωση των συνθηκών εργασίας για τους «ηλικιωμένους» εργαζόμενους μπορεί να γίνει μέσω της μείωσης του χρόνου εργασίας –και όχι, όπως πρόσφατα επιβλήθηκε, αύξησή του–, της αλλαγής ή της τροποποίησης των εργασιακών καθηκόντων, της συνεχούς εκπαίδευσης και της εξειδίκευσης των μέτρων

προστασίας, ατομικής και συλλογικής. Επιπλέον, απαιτούνται παρεμβάσεις σε επίπεδο πολιτικής με αύξηση της συμμετοχής στη λήψη αποφάσεων, την αύξηση της επιρροής για ανάπτυξη πολιτικής για τη Νοσηλευτική και τη συνεργασία μεταξύ νοσηλευτών, νοσηλευτών και άλλων επαγγελματιών και νοσηλευτικών οργανώσεων.

### Τελικές επισημάνσεις

Στην εποχή της οικονομικής κρίσης, εκτός από τη μείωση των αποδοχών και των άλλων απολαβών, οι επιπτώσεις στην υγεία και στην εργασιακή ικανότητα παρουσιάζονται δυσοίωνες. Η εργασιακή ανασφάλεια σήμερα τείνει να αυξηθεί και στους «ηλικιωμένους» εργαζόμενους νοσηλευτές.

Η προαγωγή υγείας στο χώρο εργασίας στοχεύει στη διατήρηση και στη βελτίωση της υγείας των εργαζομένων, η οποία έχει θετικές επιπτώσεις στην παραγωγικότητα

των εργαζομένων και στην ποιότητα των υπηρεσιών υγείας και θα έπρεπε και στα νοσοκομεία να υιοθετηθεί ως μέρος της λύσης.

### Βιβλιογραφία

1. Kumashiro M (ed). *Aging and work*. Taylor & Francis, London, 2003
2. Κορομπέλη Α. *Η επίδραση του κυκλικού ωραρίου στην υγεία των νοσηλευτών*. Αδημοσίευτη Διδακτορική Διατριβή. Τμήμα Νοσηλευτικής, ΕΚΠΑ, Αθήνα, 2009
3. Ιωάννου Π. *Η επίδραση της επαγγελματικής ικανοποίησης στην υγεία και ποιότητα ζωής των νοσηλευτών*. Αδημοσίευτη Διδακτορική Διατριβή. Τμήμα Νοσηλευτικής, ΕΚΠΑ, Αθήνα, 2011
4. Hasselhorn HM, Toomingas A, Lagerström M (eds). *Occupational health for health care workers. A practical guide*. Elsevier Science BV, Amsterdam, 1999
5. Κοπανιτσάνου Π, Σουρτζή Π. Επαγγελματικοί κίνδυνοι στο νοσοκομείο: Ανασκόπηση των ελληνικών ερευνών. *Νοσηλευτική* 2007, 46:65-76