

Yoğun Bakım Ünitelerinde Çalışan Hemşirelerin Stres Kaynaklarının Belirlenmesi*

Determination of Stress Sources of Intensive Care Unit Nurses

Necmiye Sabuncu, Bilgi Gülseven, Ükke Karabacak

Marmara Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu, (Sabuncu) Doç. Dr.,
Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı Başkanı, (Gülseven, Karabacak) Uzman
Hemşire, Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı Öğretim Görevlisi

Amaç: Yoğun bakım ünitelerinde çalışan hemşirelerin stres kaynaklarını belirlemek.

Çalışma Planı ve Yöntemler: Örneklem grubunu İstanbul'da üniversite, Sağlık Bakanlığı ve SSK hastaneleri yoğun bakım ünitelerinde çalışan 196 hemşire oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında Mayerson'un Stres Kaynağı Ölçeği, analizinde yüzdellik ve varyans analizi kullanılmıştır.

Bulgular: "Fizik çevre," "kendini yorumlama," "iş" ve "sosyal" stres vericilerden aldıkları puanlar hemşirelerin hastalık geliştirme eğiliminde olduklarını göstermiştir. Üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerin Sağlık Bakanlığı hastanelerinde çalışanlara göre işle ilgili stres vericilerden anlamlı derecede daha düşük puan aldıkları belirlenmiştir. Bunun yanı sıra, koroner yoğun bakım ünitelerinde çalışanların fizik çevreden kaynaklanan stres vericilerden; bölümde kendi isteği ile çalışanların tüm stres vericilerden; haftada 40 saatten az çalışanların işle ilgili stres vericilerden aldıkları puanların daha düşük olduğu saptanmıştır.

Sonuç: İşten kaynaklanan streste yönetim şeklinin çok önemli olduğu, çalışma sürelerinde standardizasyon yapılması gerektiği, görevlendirmelerde çalışanların isteğinin göz önünde bulundurulması gerektiği kanısına varılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Yoğun bakım üniteleri/organizasyon ve yönetim; stres/etyoloji/psikolojik; hemşirelik kadrosu.

Objectives: To determine stress sources in nurses working in intensive care units.

Study Design and Methods: The study group included 196 nurses working in intensive care units of hospitals of universities, Ministry of Health, and Social Insurance Organization in Istanbul. Data were collected using the Mayerson's "Stress Source Scale" and analyzed with percentage and variance analyses.

Results: The scores on "physical environment," "self-interpretation," "work," and "social" stress sources showed a marked susceptibility of nurses to develop disorders. Compared to those working in hospitals of Ministry of Health, nurses working in university hospitals exhibited significantly lower stress scores with respect to stress related to work. In addition, nurses working in coronary intensive care units, those who worked in ICUs on a voluntary basis, and those who worked less than 40 hours a week were affected less from physical environment, from all stress sources, and from work, respectively.

Conclusion: We concluded that administration played a significant role in stress related to work, that standardization of working hours should be put into practice, and that assigning nurses to responsibilities should take nurses' willingness into consideration.

Key Words: Intensive care units/organization & administration; stress/etiology/ psychological; nursing staff.

Günümüzde stres her bireyin yaşantısında oldukça sık sözünü ettiği bir kavramdır.

Stres insanı yakın duygusal ilişkilerden uzaklaştırmakta, verimliliğini düşürmekte ve en önemlisi hayattan aldığı zevki azaltmaktadır. Uzun süreli yoğun stresin kronik hastalıkların gelişmesine zemin hazırladığı belirtilmektedir. Bu hastalıklar baş ağrısı, yüksek tansiyon, kalp hastalıkları gibi bedensel hastalıklar olabildiği gibi psikolojik ve zihinsel hastalıklar da olabilir.^[1]

Hemşirelerin verdiği bakımın kalitesi bakım verenlerin kendilerini iyi hissetmeleri ile doğrudan ilgilidir.^[2]

Bireyin gereksinimlerine cevap vermeyi amaçlayan hemşirelerin görev alanlarından biri olan yoğun bakım üniteleri (YBÜ) çoğunlukla terminal dönemde bulunan, yoğun stres altında olan hasta ve yakınlarına hizmet vermektedir. Dolayısıyla YBÜ her an acil hasta kabulü ile acil tedavi ve bakım girişimlerine hazır olması gereken çalışanlar için oldukça stresli bir ortamdır.^[3]

Günümüzde bakım verenin ve bakım alanının direkt olarak etkilendiği stres kavramının giderek artan bir öneme sahip olması, hemşirelerin stres kaynaklarının araştırılması ve önlem alınması gereğini açıkça ortaya koymaktadır.^[2]

Artan bu gereksinim doğrultusunda YBÜ'lerdeki stres kaynakları değişik çalışmalarla değişik şekillerde sıralanmıştır. Bir çalışmada stres oluşturan yedi temel kategori belirlenmiştir. Bunlar, ünite yönetimi, kişilerarası ilişkiler, hasta bakımı, bilgi ve yetenek, fizik çalışma çevresi, yaşam şartları ve yönetsel ödüller olarak belirlenmiştir.^[4] Bir başka çalışmada stres kaynakları, hasta ve bakımı, ünite, hasta ailesi, yönetim ve yoğun bakım personeli olarak belirtilmiştir.^[5]

Bu bilgilerin ışığı altında pek çok faktörün YBÜ'lerde çalışan hemşireler için stres kaynağı olabildiği görülmektedir.

Araştırmamız YBÜ'lerde çalışan hemşirelerin yıpranma riskinin yüksek olduğu göz önünde bulundurularak, YBÜ'lerdeki stres kaynaklarını tanılamak amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Türü: Çalışma, YBÜ'lerde çalışan hemşirelerde stres oluşturan faktörleri belirlemek amacıyla tanımlayıcı olarak planlanmıştır.

Araştırmanın Yeri: Çalışma İstanbul ilinde, YBÜ olan üniversite, Sağlık Bakanlığı (SB) ve Sosyal Sigortalar Kurumu'na (SSK) bağlı hastanelerde gerçekleştirilmiştir.

Araştırmanın Evreni: İstanbul ilinde çalışan YBÜ hemşireleri evreni, Ocak -Mayıs 1998 tarihleri

arasında araştırma yeri olarak belirlenen üniversite, SB ve SSK'ya bağlı hastanelerin koroner, reanimasyon ve cerrahi YBÜ'lerde çalışan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 196 hemşire örneklemini oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması ve Değerlendirilmesi: Veriler araştırmacılar tarafından geliştirilen anket formu ve ülkemizde de değişik araştırmalarda kullanılan^[1,6] Mayerson'un "Stres Kaynağı Ölçeği" ile toplanmıştır.

Stres Kaynağı Ölçeği sosyal stres vericiler, işle ilgili stres vericiler, kendini yorumlama biçiminden kaynaklanan stres vericiler ve fizik çevreden kaynaklanan stres vericiler olmak üzere dört bölümden oluşmakta ve her bölümden alınan puanlar dört gruba ayrılmaktadır.

Sosyal stres vericiler	85-60 puan	4. grup
	59-40 puan	3. grup
	39-25 puan	2. grup
	24-17 puan	1. grup
İşle ilgili stres vericiler	80-60 puan	4. grup
	59-40 puan	3. grup
	39-25 puan	2. grup
	24-15 puan	1. grup
Kendini yorumlama - biçiminden kaynaklanan stres vericiler	50-35 puan	4. grup
	34-25 puan	3. grup
	24-15 puan	2. grup
	14-10 puan	1. grup
Fizik çevreden kaynaklanan stres vericiler	25-18 puan	4. grup
	17-13 puan	3. grup
	12-8 puan	2. grup
	7-5 puan	1. grup

Uyguladığımız ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.79 olarak güvenilir bulunmuştur.

Veriler bilgisayarda SPSS paket programı kullanılarak yüzdeler ve varyans analizi ile değerlendirilmiştir.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırma, üniversite, SB ve SSK'ya bağlı hastanelerin YBÜ'lerinde çalışan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 196 hemşirenin katılımı ile gerçekleştirilmiştir.

Araştırma kapsamında yer alan hemşirelerin %44.4'ü (n=87) 23-27 yaş grubunda idi. Büyük çoğunluğu (%73, n=143) bekar idi; %36.7'si (n=72) sağlık meslek lisesi mezunu idi; %41.3'ü (n=81) mesleğe rastlantı sonucu girmişti. Örneklemde yer

TABLO I

Araştırmaya Katılan Hemşirelerin Tanıtıcı Özelliklerine Göre Dağılımı

Tanıtıcı özellikler	n	%
Yaş		
18-22	61	31.1
23-27	87	44.4
28-32	33	16.8
33-37	10	5.1
38 ve üstü	5	2.6
Medeni durum		
Bekar	143	73.0
Evli	53	27.0
Eğitim durumu		
Sağlık meslek lisesi	72	36.7
Önlisans	64	32.7
Hemşirelik yüksekokulu	53	27.0
Yüksek lisans	7	3.6
Mesleğe giriş nedeni		
Kendi isteği	71	36.2
Ailesinin isteği	38	19.4
Rastlantı	81	41.3
Diğer	6	3.1
Çalıştığı kurum		
Sosyal Sigortalar Kurumu	44	24.4
Sağlık Bakanlığı	72	36.7
Üniversite	80	40.9
Çalıştığı bölüm		
Koroner	87	44.4
Reanimasyon	49	25.0
Cerrahi	60	30.6
Bölümde çalışma süresi		
1 yıldan az	52	26.5
1-5 yıl	102	52.1
6-10 yıl	30	15.3
11 yıl ve üzeri	12	6.1
Bölümde çalışma nedeni		
Kendi isteği	85	43.4
Tayin/Atama	86	43.9
Diğer	25	12.7
Bölümde çalışmaktan		
Memnun	64	32.6
Kısmen memnun	96	49.0
Memnun değil	36	18.4
Haftalık çalışma süresi		
40 saatten az	17	8.7
40 saat	107	54.6
40 saatten fazla	72	36.7
Hizmet-içi eğitim		
Düzenli katılan	43	21.9
Ara sıra katılan	90	45.9
Katılmayan	63	32.2
Toplam	196	100

alan hemşirelerin %24.4'ü (n=44) SSK, %36.7'si (n=72) SB, %40.9'u (n=80) üniversite hastanesinde çalışmaktaydı. Hemşirelerin %44.4'ü (n=87) koroner yoğun bakımda çalışmakta ve yarısından fazlası (%52.1, n=102) 1-5 yıllık yoğun bakım hemşireliği deneyimine sahipti. Hemşirelerin %43.4'ü (n=85) kendi isteği ile bu bölümde çalıştığını, %32.6'sı (n=64) bu bölümde çalışmaktan memnun olduğunu belirtmiştir. Yarısından fazlası (%54.6, n=107) haftada 40 saat çalışmakta ve sadece %21.9'u (n=43) hizmet-içi eğitim programlarına düzenli olarak katılmaktaydı (Tablo I).

Örneklemedeki hemşirelerin fizik çevreden kaynaklanan, gürültü ve hava kirliliğini de içine alan "fizik çevre" stres vericilerinden, kişinin dünyadan yansıyan bilgileri yorumlayış biçiminden kaynaklanan "kendini yorumlama" (iç konuşma) ile ilgili stres vericilerden, iş hayatından kaynaklanan "işle ilgili" stres vericilerden ve insan ilişkilerinden kaynaklanan "sosyal" stres vericilerden aldıkları puanlar değerlendirildiğinde, üçüncü grupta yer aldıkları ve hastalık geliştirme eğiliminde oldukları görülmüştür (Tablo II).

Bulgularımız Ergün ve ark.nın^[3] yoğun bakım hemşireleri ile yaptıkları çalışma sonucunda elde ettikleri verilere ve Cole'nin^[2] stres ve buna bağlı oluşan sağlık problemleri ile ilgili verilerine paralellik göstermektedir.

Hemşirelerin çalıştıkları kurumlara göre sosyal çevreden, fizik çevreden ve kendini yorumlama biçiminden kaynaklanan stres vericiler karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunamamış, buna karşılık işle ilgili stres vericilerden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında üniversite hastanelerinde çalışanların, SB hastanelerinde çalışanlara göre anlamlı derecede düşük puan aldıkları saptanmıştır (Tablo III).

Yapılan araştırmalarla paralellik sağlayan bu bulgu, kanımızca kurumlardaki yönetim sistemi

TABLO II

Yoğun Bakım Hemşirelerinin Stres Puanları

Stres vericiler	Alınan puanlar			Gruplandırma
	n	X	SD	
Fizik çevre	196	16.85	4.48	3. grup
Kendini yorumlama	196	26.28	4.85	3. grup
İş	196	42.94	7.73	3. grup
Sosyal	196	43.49	8.11	3. grup

Alınan Puanlara Göre Gruplandırma

1 Grup : Sağlığı tehdit edici bir nitelik taşıyor.

2 Grup : Hastalık geliştirme ihtimali var.

3 Grup : Hastalık geliştirme eğiliminde.

4 Grup : Hastalık geliştirme ihtimali oldukça yüksek.

TABLO III

Çalışılan Kurumlara Göre İşle İlgili Stres Vericilerden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Kurum	Alınan puanlar			
	n	X	SD	"F" ve "p"
SSK	44	42.36	7.29	F= 4.29
SB	72	44.97	8.69	p<0.05
Üniversite	80	41.42	6.64	
Toplam	196	42.93	7.72	GAKO: 247.79 GİKO: 57.74

TABLO IV

Çalışılan Bölümlere Göre Fizik Çevredeki Stres Vericilerden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Bölüm	Alınan puanlar			
	n	X	SD	"F" ve "p"
Koroner	87	14.56	3.78	F= 28.48
Reanimasyon	49	17.75	17.77	p<0.001
Cerrahi	60	19.41	19.41	
Toplam	196	16.85	4.48	GAKO: 446.09 GİKO: 15.66

ve malzeme teminindeki kolaylığa bağlanabilir. İşle ilgili stres faktörlerinden bir tanesi de yönetsel tutumlardır. Gülseven'in^[7] çalışmasında, üniversite hastanelerinde çalışan hemşirelerin yöneticilerinden beklentilerinin karşılanma düzeyinin daha yüksek ve tutumlarının daha olumlu olduğu saptanmıştır.

Hemşirelerin çalıştıkları bölümlere göre fizik çevreden kaynaklanan stres vericilerden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında çok ileri derecede anlamlı fark olduğu; koronerde çalışanların reanimasyon ve cerrahi yoğun bakımda çalışanlara göre daha düşük stres puanına sahip oldukları görülmüştür (Tablo IV).

Bulgumuzu, koroner yoğun bakım ünitelerinin diğer ünitelere göre daha sakin olmalarına bağlayabiliriz. Bu konudaki çalışmalar da bulgularımızla paralellik göstermektedir.^[3]

Hemşirelerin bölümde çalışma nedeni ile stres vericilerden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında ileri derecede anlamlı fark olduğu; kendi isteği ile bölümde çalışanların tayin/atama veya diğer nedenlerle bölümde çalışanlara göre stres puanlarının daha düşük olduğu saptanmıştır (Tablo V).

Sever^[8] de çalışmasında, bölümünde kendi isteği ile çalışan hemşirelerin iş stresi puanlarının en

az, iş doyumunu puanlarının en fazla olduğunu saptanmıştır.

Hemşirelerin haftalık çalışma sürelerine göre işle ilgili stres vericilerden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında ileri derecede anlamlı fark olduğu; 40 saat ya da daha az çalışanların 40 saatten fazla çalışanlara göre daha az stres puanına sahip oldukları görülmüştür (Tablo VI).

Bulgularımız Sever'in^[8] bulguları ile paralellik göstermektedir. Günde sekiz saatin üzerindeki çalışmaların işle ilgili stresörlere bağlı olarak hemşirelerde kilo kaybına neden olduğu gösterilmiştir.^[3]

Hemşirelerin hizmet-içi eğitim programlarına katılma durumlarına göre işle ilgili stres vericilerden aldıkları puanlar karşılaştırıldığında, düzenli olarak katılanların puan ortalamalarının diğerlerine göre anlamlı derecede düşük olduğu saptanmıştır (Tablo VII). Bu da hizmet-içi eğitimin çalışanlar üzerindeki önemini vurgulamaktadır.

Yapılan bir araştırmada^[2] hemşirelerin stresle ilgili bazı düşünceleri aktarılmıştır:

"Eğer insanlar birbirlerine amaçtan ziyade insan gibi davransalardı, bu belki stresi azaltırdı."

"Bir iş arkadaşımın kronik stresi tanyamasını ve yardım istememesini görerek streslendim."

TABLO V

Hemşirelerin Bölümde Çalışma Nedeni ile Stres Vericilerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

Bölümde çalışma nedeni	Fiziksel çevre ile ilgili stres puanları			İşle ilgili stres puanları		Kendini yorumlama ile ilgili stres puanları		Sosyal stres puanları	
	n	X	SD	X	SD	X	SD	X	SD
Kendi isteği	85	15.68	4.29	40.23	6.95	24.89	4.82	41	7.98
Tayin/Atama	86	18.02	4.28	44.53	7.52	26.96	4.68	44.37	7.82
Diğer	25	16.8	4.87	46.64	8.12	28.6	4.22	48.92	6.29
Toplam	196	16.85	4.48	42.93	7.72	26.27	4.84	43.48	8.11
"F" ve "p"		F= 6.14 p<0.01	GAKO:117.16 GİKO:19.06	F= 10.91 p<0.001	GAKO:591.40 GİKO:54.18	F= 7.68 p<0.001	GAKO:169.09 GİKO:22.00	F=11.16 p<0.001	GAKO:65.52 GİKO:54.99

TABLO VI

Haftalık Çalışma Sürelerine Göre İşle İlgili Stres Vericilerden Alınan Puanlar

Çalışma süresi	Alınan puanlar			
	n	X	SD	"F" ve "p"
40 saatten az	17	41.17	8.68	F= 5.21
40 saat	107	41.68	7.25	p<0.01
40 saatten fazla	72	45.22	7.74	
Toplam	196	42.93	7.72	GAKO: 298.57 GİKO: 57.22

"Bu hiç inemeyeceğimiz bir atlıkarınca üstünde olmaya benziyor. Hepimiz dönüyoruz fakat hiçbir yere ulaşamıyoruz."

SONUÇ VE ÖNERİLER

• Aldıkları stres puanları değerlendirildiğinde, tüm YBÜ hemşirelerinin hastalık geliştirme riski altında oldukları dikkate alınmalı ve daha ileri değerlendirmeler yapılmalıdır.

• İşle ilgili stres vericilerden yönetim şeklinin oldukça önemli olduğunu sonuçlarımız da doğrulamakta ve daha destekleyici bir yönetim biçiminin benimsenmesi gerekmektedir.

• Stresin hemşireler üzerindeki yıpratıcı özelliği göz önüne alınarak YBÜ'lerdeki çalışma sürelerinin ne kadar olması gerektiği konusunda ileri araştırmaların planlanması uygun olur.

• Yoğun bakım ünitelerinde çalışan hemşirelerin çalışma saatleri, aldıkları ücretler diğer ünitelere göre farklı tutulmalıdır. Her açıdan desteklenmeli ve kendilerini güvende hissetmeleri sağlanmalıdır.

• Yoğun bakım ünitelerinde görevlendirilecek hemşirelerin kendi istekleri de dikkate alınmalıdır.

• Hizmet-içi eğitim programlarına motivasyon sağlayıcı ödüller ile ağırlık verilmeli, stresle başa çıkmada etkili yöntemler öğretilmelidir.

TABLO VII

Hizmet-içi Eğitim Programlarına Katılmaya Göre İşle İlgili Stres Vericilerden Alınan Puanlar

Katılım	Alınan puanlar			
	n	X	SD	"F" ve "p"
Düzenli	43	40.53	7.59	F= 3.79
Ara sıra	90	42.86	6.97	p<0.05
Katılmayan	63	44.68	8.46	
Toplam	196	42.93	7.72	GAKO: 220.25 GİKO: 58.03

• Kurumsal stres faktörlerini en aza indirme konusunda kurum içi araştırmalar yapılmalı, sonuçlar değerlendirilmelidir.

KAYNAKLAR

- Baltaş A, Baltaş Z. Stres ve başa çıkma yolları. İstanbul: Remzi Kitabevi, 1997.
- Cole A. Stress high anxiety. Nurs Times 1992;88:26-31.
- Ergün (Akbal) Y, Özer Y, Baltaş Z. Yoğun bakımda çalışan hemşirelerin stres düzeyleri ve stresin hemşireler üzerindeki etkileri konusunda bir araştırma. XI. Ulusal Kardiyoloji Kongresi, II. Ulusal Yoğun Bakım Hemşireliği Sempozyumu Özet Kitabı, İstanbul, 1995, Özet No: 382.
- Bailey JT, Steffen SM, Grout JW. The stress audit: identifying the stressors of ICU nursing. J Nurs Educ 1980;19:15-25.
- Oskins SL. Identification of situational stressors and coping methods by intensive care nurses. Heart Lung 1979;8:953-60.
- Pektekin Ç, Dinç-Sever A, Batmaz M. Cerrahi ve dahiliye kliniklerinde çalışan hemşirelerin yaşadıkları stresin kaynağının stres yaratan yakın zaman hayat olaylarının ve sürekli kaygı durumlarının araştırılması. Uluslararası Cerrahi Kongresi 90. Cerrahi Hemşireliği Sektörünü Konuşmaları ve Bildirileri. İstanbul: Hilal Matbaacılık, 1992:275-83.
- Gülseven B. Üst ve ast düzeydeki hemşirelerin birbirlerine karşı tutumları ile beklentilerinin karşılanması arasındaki ilişki. İÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul: Yüksek Lisans Tezi, 1996.
- Sever A. Hemşirelerin iş stresi ile başa çıkma yolları ve bunun sonuçlarının araştırılması. İÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul: Doktora Tezi, 1997.