**Письменная работа по теме**

**«Факторы риска в работе медицинской сестры»**

1. Факторы риска для сестринского персонала в МО.
2. Характеристика факторов риска для сестринского персонала в МО.
3. Факторы риска возникновения стрессов у медицинской сестры.
4. Способы адаптации к стрессам.
5. Симптомы и заболевания, возникающие при воздействии химического фактора на здоровье медсестры.
6. Профилактика воздействия химических (токсических) факторов на медсестру.

**Ответы на письменную работу по теме**

**«Факторы риска в работе медицинской сестры»**

1. Факторы риска для сестринского персонала в МО:
* физический
* психологический
* токсический
* инфекционный
1. Характеристика факторов риска для сестринского персонала в МО.
* **Физический фактор** – травмирующий. Профессионализм медиков по соблюдению техники безопасности при использовании источников радиационного, ультрафиолетового воздействия, правил биомеханики по перемещению пациентов, оборудования, приборов обеспечит безопасную больничную среду.
* **Психологический фактор** – эмоциональный, стрессорный; грамотно выполняя свою работу, медики эмоционально поддерживают и пациента, и его родственников, выполняя свой долг в атмосфере, зачастую наполненной болью, печалью, страданиями, горем.
* **Токсический фактор** – химический; контактные дерматиты и аллергические состояния возможны, прежде всего, при использовании кожных антисептиков, дезинфектантов, стерилянтов, медикаментозных средств.
* **Инфекционный фактор** – микробный; только постинъекционные осложнения составляют 42% ВБИ. Больничная среда может способствовать заражению гриппом, ВИЧ-инфекцией, гепатитами, туберкулезом, сальмонеллезом.
1. Факторы риска возникновения стрессов у медицинской сестры:
* Высокий уровень моральной ответственности за жизнь и здоровье человека.
* Выполнение множества обязанностей, связанных с уходом за тяжелобольными и умирающими пациентами.
* Частые ситуации, связанные с проблемами в общении (требовательные пациенты, обеспокоенные родственники, нервничающие коллеги).
* Профессиональный риск инфицирования.
* Посменная работа, частые бессонные ночи, особый режим дня. Если медработник плохо адаптирован к условиям работы, то развивается нервное истощение (хронический стресс).
1. Способы адаптации к стрессам:
* Продуманная, рациональная организация труда;
* Умение сосредоточиться на главном, отвлекаясь от второстепенных проблем;
* Любовь к своей профессии, понимание ее важности, собственной значимости;
* Умение сосредоточится на положительном, что удалось сделать за день;
* Эффективное общение с коллегами, пациентами и их близкими;
* Умение обратиться за помощью в случае необходимости;
* Здоровый образ жизни, полноценный отдых, наличие хобби.
1. Симптомы и заболевания, возникающие при воздействии химического фактора на здоровье медсестры:

**Симптомы:**

* головные боли;
* раздражительность;
* тошнота и рвота;
* головокружение;
* першение в горле;
* сухость в носу;
* усталость;
* бессонница.

**Заболевания:**

* дерматит;
* бронхолегочные заболевания;
* обострение астмы;
* обострение экземы;
* нарушение репродуктивной системы;
* болезни почек.
1. Профилактика воздействия химических (токсических) факторов на медсестру:
* тщательно мойте и вытирайте руки после работы с лекарствами;
* наложите водонепроницаемую повязку на порезы и ссадины;
* никогда не работайте с препаратами местного действия без защитных средств, применяйте перчатки или пользуйтесь шпателем;
* носите полный комплект защитной одежды при работе с цитотоксичными и другими препаратами, когда это указано – защитные очки, перчатки (ПХВ), халат с длинными рукавами;
* не разбрызгивайте растворы в воздух, выталкивайте избыточный воздух в пустую емкость;
* немедленно смойте весь разбрызганный и рассыпанный материал холодной водой.

**Критерии оценки**

* **«5»** баллов ставится, если студент дает правильные, полные ответы, использует правильную терминологию, обосновывает свой ответ, правильно отвечает на дополнительные вопросы.
* **«4»** балла ставится, если студент допускает ошибки, которые исправляет после замечания преподавателя, в остальном ответ соответствует критериям «5».
* **«3»** балла ставится, если студент допускает ошибки, неточности, но понимает и знает основные положения, темы. Материал излагает недостаточно связанно и последовательно.
* **«2»** балла ставится, если студент не знает основных положений темы, допускает ошибки, искажающие смысл, беспорядочно, неуверенно излагает материал с частыми остановками.