

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ **Γιώργος Βέλμαχος**
Οι προϋποθέσεις για ένα πραγματικό brain regain

Πότε θα γίνουν Κέντρα Τραύματος στην Ελλάδα

«Οι κορυφαίοι επιστήμονες για να επιστρέψουν στη χώρα μας δεν δέλουν απλά μια δέση. Θέλουν τη δυνατότητα να δημιουργήσουν ομάδες, κέντρα, ινστιτούτα, κουλτούρα» λέει ο διακεκριμένος Καθηγητής Χειρουργικής στο Πανεπιστήμιο του Χάρβαρντ και Διευθυντής Τραύματος και Επείγουσας Χειρουργικής στο Massachusetts General Hospital της Βοστώνης Γιώργος Βέλμαχος.

Σ. 10-11



Πανεπιστήμιο Αθηνών

ΕΦΗΜΕΡΙΔΑ ΤΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ, ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

Κυριακή 31 Μαΐου 2026

ΤΟ ΒΗΜΑ
ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Εθνικόν και Καποδιστριακόν
Πανεπιστήμιον Αθηνών
ΙΔΡΥΘΕΝ ΤΟ 1837

www.uoa.gr

ΚΡΙΣΗ ΣΤΗ ΜΕΣΗ ΑΝΑΤΟΛΗ

Ο πόλεμος της ενέργειας και ο κίνδυνος στα Στενά του Ορμούζ

• Πώς τα «μπρος-πίσω» στον τρίτο πόλεμο του Κόλπου λειτουργούν ως «πολλαπλασιαστής κινδύνου» για την ελληνική οικονομία • Η εξάρτηση της χώρας μας από ασταθείς γεωπολιτικές περιοχές για βασικούς ενεργειακούς πόρους • Τα νέα δεδομένα και οι μακροπρόθεσμες επιπτώσεις στη διεθνή, ευρωπαϊκή και ελληνική σκακιέρα • Οι Αναανεώσιμες Πηγές Ενέργειας και τα οφέλη τους, τι σημαίνει «Μικροί Αρθρωτοί Αντιδραστήρες» για την ελληνική πραγματικότητα και ποια τα σενάρια για το μέλλον

Σ. 3-5



Τέσσερις καθηγητές του Πανεπιστημίου Αθηνών αναλύουν πώς διαμορφώνεται το ενεργειακό μέλλον της Ελλάδας

ΥΓΕΙΑ

Ποιο είναι το αντίδοτο στις παραιτήσεις των νοσηλευτών

Ενα διεθνές πρόβλημα που απειλεί και τα ελληνικά νοσοκομεία. Όπως αποκαλύπτουν οι έρευνες, μεγάλο μέρος των ενεργών νοσηλευτών σχεδιάζει ήδη πρόωγη αποχώρηση από την κλινική νοσηλευτική.

Σ. 7-9

ΔΙΑΣΤΗΜΑ

ARTEMIS II:
Επιστροφή στη Σελήνη και στο... μέλλον

Ρυθμίζοντας τη διαστημική περιπέτεια της ανθρωπότητας: από το χθες στο σήμερα. Τι ορίζει το διαστημικό δίκαιο, ποια τα συμπεράσματα από την αποστολή Artemis στη Σελήνη.

Σ. 14-15

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Αλυσιδωτές αντιδράσεις με «θύματα» τις λίμνες

Γιατί «πρασινίζουν» οι λίμνες. Μήπως η υπερβολή στον εμπλουτισμό των υδάτων με θρεπτικά συστατικά αποτελεί τη σκληρή απάντηση της φύσης στις έντονες ανθρώπινες δραστηριότητες;

Σ. 16-17



Υγεία

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

Οι προτάσεις
για θεραπεία
της κρίσης
στον κλάδο

Οι νοσηλεύτες και οι νοσηλεύτριες είναι σήμερα περιζήτητοι επιστήμονες και επαγγελματίες υγείας που είναι αφοσιωμένοι στον ασθενή και χαρακτηρίζονται για την αγάπη, την ενσυναίσθηση και την αλληλεγγύη προς τον πάσχοντα αλλά και για τον ανθρωπισμό τους. Βρίσκονται καθημερινά δίπλα στον ασθενή, παρακολουθούν την πορεία του με υπευθυνότητα, αξιολογούν τις ανάγκες του και λειτουργούν με αξιοπιστία ως κρίσιμος συνδετικός κρίκος μεταξύ ασθενούς και ιατρού στα συστήματα υγείας.

Η σύγχρονη Νοσηλευτική βασίζεται σε επιστημονική γνώση, κλινικές δεξιότητες, ηθική ευθύνη, ενώ η ποιότητα της παρεχόμενης φροντίδας εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από την επάρκεια και την ευημερία του νοσηλευτικού προσωπικού. Δεν είναι τυχαίο ότι οι νοσηλεύτες παραμένουν επί 23 συνεχόμενα έτη το επάγγελμα με το υψηλότερο επίπεδο κοινωνικής εμπιστοσύνης στις ΗΠΑ ανεξάρτητα από την πολιτική ή κοινωνικοοικονομική προέλευση. Ωστόσο, η Νοσηλευτική διεθνώς βιώνει μια βαθιά κρίση, αποχώρησης, υποστελέχωσης και επαγγελματικής εξουθένωσης. Η διεθνής βιβλιογραφία δείχνει ότι το burnout των νοσηλευτών σχετίζεται με αυξημένες νοσοκομειακές λοιμώξεις, πτώσεις, φαρμακευτικά λάθη, συμβάματα ασφαλείας και χαμηλότερη ικανοποίηση των ασθενών. Παράλληλα, η υποστελέχωση οδηγεί σε αυξημένη θνητότητα, επανεισαγωγές και μεγαλύτερη διάρκεια νοσηλείας, με τελικό οικονομικό κόστος πολύ μεγαλύτερο από εκείνο της επαρκούς στελέχωσης.

Σήμερα στις ΗΠΑ, σχεδόν το 30% των ενεργών νοσηλευτών σχεδιάζει πρόωπη αποχώρηση από την κλινική νοσηλευτική, ενώ στους νεότερους επαγγελματίες κάτω των 44 ετών το ποσοστό αγγίζει το 50%. Οι λόγοι είναι γνωστοί: επαγγελματική εξουθένωση, ψυχική και σωματική κόπωση, ανελαστικά ωράρια, χαμηλές αποδοχές, έλλειψη επαγγελματικών κινήτρων, εργασιακή βία και αίσθημα ηθικής απογοήτευσης όταν οι συνθήκες δεν επιτρέπουν τη φροντίδα που οι ίδιοι θεωρούν επιστημονικά και ανθρώπινα σωστή. Η κρίση αυτή δεν είναι τυχαία. Για χρόνια, πολλά συστήματα υγείας αντιμετώπισαν τη νοσηλευτική στελέχωση ως πεδίο περικοπών στο πλαίσιο «μετασχηματισμού ή καινοτόμων μοντέλων φροντίδας» και εξοικονόμησης πόρων.



Του
Παύλου Μ. Μυριανθέα

Καθηγητή Εντατικολογίας και Πνευμονολογίας και Προέδρου Τμήματος Νοσηλευτικής Πανεπιστημίου Αθηνών, Διευθυντή Πανεπιστημιακής Μονάδας Εντατικής Θεραπείας Γενικού Ογκολογικού Νοσοκομείου Κηφισιάς «Άγιοι Ανάργυροι»



Το Τμήμα Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Αθηνών έχει αναλάβει πρωτοβουλίες για την ουσιαστική επαναπροσέγγιση της αξίας της Νοσηλευτικής από την κοινωνία, την πολιτεία, την ιατρική κοινότητα και τους εργοδότες

Το αποτέλεσμα ήταν η αποδιοργάνωση της φροντίδας, η επιδείνωση του εργασιακού περιβάλλοντος και η απώλεια εμπιστοσύνης μεταξύ εργοδωτών και νοσηλευτών. Σήμερα, η μαζική αποχώρηση από την κλινική νοσηλευτική θεωρείται πλέον μορφή «εργοδοτικής αποτυχίας» (employer failure). Στην Ελλάδα, η κατάσταση επιβαρύνεται ακόμη περισσότερο από τη μειωμένη προσέλευση νέων στη Νοσηλευτική και από τη συνεχή μετανάστευση νοσηλευτών (nursing drain) προς άλλες ευρωπαϊκές χώρες, όπου οι μισθοί και οι επαγγελματικές προοπτικές είναι σημαντικά καλύτερες. Μελέτη που πραγματοποιήσαμε σε συνεργασία με το γραφείο του ΠΟΥ στην Αθήνα ανέδειξε ως βασικούς παράγοντες την κακή εργασιακή πραγματικότητα, τις αρνητικές κοινωνικές αντιλήψεις για το επάγγελμα, τις συνέπειες της πανδημίας COVID-19 και τους εκπαιδευτικούς περιορισμούς. Η κοινωνία εξακολουθεί συχνά να αντιμετωπίζει τον νοσηλευτή όχι ως αυτόνομο επιστήμονα υγείας υψηλής εξειδίκευσης, αλλά ως επαγγελματία χαμηλότερου κύρους και περιορισμένης ευθύνης. Αυτή η εικόνα επηρεάζει τις επιλογές των νέων ανθρώπων και αποδυναμώνει το αίσθημα επαγγελματικής αναγνώρισης των νοσηλευτών. Η ουσιαστι-

κή αναβάθμιση του επαγγέλματος προϋποθέτει αξιοπρεπείς αμοιβές, επαγγελματική εξέλιξη και κοινωνική αναγνώριση. Το πρόβλημα δεν λύνεται απλώς με την παραγωγή ή εκπαίδευση περισσότερων νοσηλευτών, εφόσον οι συνθήκες εργασίας παραμένουν ίδιες. Πρόσφατη μελέτη έδειξε ότι από νοσηλεύτες που εγκατέλειψαν την κλινική πράξη, οι περισσότεροι εξακολουθούν να αγαπούν τη Νοσηλευτική, ενώ το 67% θα επέστρεφε υπό καλύτερες εργασιακές συνθήκες. Αυτό σημαίνει ότι υπάρχουν ρεαλιστικές δυνατότητες ανάκτησης σημαντικού μέρους του ανθρώπινου δυναμικού. Οι λύσεις απαιτούν συντονισμένες παρεμβάσεις από την Πολιτεία και τον εργοδότη γενικότερα: περισσότερες νέες και πολύ καλά αμειβόμενες θέσεις εργασίας, ασφαλή αναλογία νοσηλευτών - ασθενών, ευέλικτα ωράρια, δυνατότητες επαγγελματικής εξέλιξης, συνεχιζόμενη εκπαίδευση και συμμετοχή των νοσηλευτών στα εθνικά κέντρα λήψης αποφάσεων.

Απαραίτητος και καθοριστικός σύμμαχος στην ενίσχυση των νοσηλευτών είναι η ιατρική κοινότητα με τη θεσμική αναγνώριση διευρυμένων επαγγελματικών ρόλων όπως, π.χ., η επανασυνταγογράφηση σε χρόνια νοσήματα, η διεύθυνση των νοσηλευτικών

πράξεων κατ' αντιστοιχία με το επίπεδο σπουδών τους και την ειδική εκπαίδευσή τους. Εξάλλου, η ποιοτική συνεργασία της ιατρονοσηλευτικής ομάδας βελτιώνει τόσο την έκβαση των ασθενών όσο και την επαγγελματική ικανοποίηση των επαγγελματιών υγείας. Η αμοιβαία αναγνώριση, η εξάλειψη της ιεραρχικής σχέσης εξουσίας, ο σεβασμός και η διεπαγγελματική συνεργασία αποτελούν αναγκαία προϋπόθεση για ένα σύγχρονο και βιώσιμο σύστημα υγείας.

Το Τμήμα Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Αθηνών έχει αναλάβει πρωτοβουλίες για την ουσιαστική επαναπροσέγγιση της αξίας της Νοσηλευτικής από την κοινωνία, την πολιτεία, την ιατρική κοινότητα και τους εργοδότες μέσα από δημόσιες παρεμβάσεις, δράσεις ενημέρωσης και εκπαιδευτικές πρωτοβουλίες, ώστε να ενισχυθεί η εικόνα και το κύρος του επαγγέλματος στη συλλογική συνείδηση. Στο πλαίσιο αυτό, διοργανώσαμε, σε συνεργασία με το Πανεπιστήμιο Columbia και το Columbia Athens Global Center, το 2025 ημερίδα με θέμα «*Strengthening the Nursing Workforce: Addressing Shortages, Burnout, and Patient Safety Through Better Work Environments*» («Δυναμώνοντας το Νοσηλευτικό Εργατικό Δυναμικό: Αντιμετωπίζοντας τις ελλείψεις, την επαγγελματική εξουθένωση και διασφαλίζοντας την ασφάλεια των ασθενών μέσα από ένα καλύτερο εργασιακό περιβάλλον»). Στόχος αυτού ήταν να ανοίξουμε έναν ουσιαστικό διάλογο για το μέλλον της Νοσηλευτικής στη χώρα. Αυτό συνεχίζεται ακόμη με ερευνητικές μελέτες που εξελίσσονται και αφορούν την αποτύπωση της εικόνας της Νοσηλευτικής και του Νοσηλευτή στην κοινωνία και στους μαθητές λυκείου και με προφορική παρέμβαση από τον πρόεδρο του τμήματος στην επικείμενη διάσκεψη NOSTOS - SNF τον Ιούνιο 2026.

Η ενδυνάμωση και υποστήριξη των νοσηλευτών (επαγγελματική, κοινωνική, οικονομική και ψυχολογική) δεν αποτελεί μόνο ζήτημα δικαιοσύνης και καταξίωσης για έναν επιστημονικό - επαγγελματικό κλάδο με αξιοσημείωτη συνεισφορά μέσω του συστήματος φροντίδας υγείας των πολιτών. Αποτελεί επίσης και προϋπόθεση για τη βιωσιμότητα του συστήματος υγείας και για τη διασφάλιση ποιοτικής και ασφαλούς φροντίδας για όλους τους ασθενείς.



Το Περιφερειακό Γραφείο Ευρώπης του ΠΟΥ δημοσίευσε ειδικό ενημερωτικό κείμενο πολιτικής, στο οποίο παρουσιάζονται στοχευμένες παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της έλλειψης νοσηλευτικού προσωπικού

Γνώμη

Ανάγκη για ένα νέο μοντέλο ενίσχυσης των νοσηλευτών

Η έννοια του «πληγωμένου θεραπευτή» αναδεικνύει τη διττή φύση του ρόλου των επαγγελματιών υγείας, οι οποίοι καλούνται να παρέχουν φροντίδα υγείας, ενώ ταυτόχρονα εκτίθενται οι ίδιοι σε σημαντική ψυχική επιβάρυνση. Η σύγχρονη νοσηλευτική πρακτική καλείται να μεταβεί από την απλή καταγραφή των στρεσογόνων παραγόντων σε μια πιο ώριμη φάση, όπου η έμφαση δίνεται σε τεκμηριωμένες και εφαρμόσιμες παρεμβάσεις ψυχικής ενδυνάμωσης.

Σε αυτό το πλαίσιο, η έννοια της *επαγγελματικής ποιότητας ζωής* αποτέλεσε κομβικό σημείο εξέλιξης για την ελληνική επιστημονική κοινότητα. Έτσι, αποτυπώνονται εμφαντικά στη σύγχρονη βιβλιογραφία οι έννοιες της «κόπωσης συμπίονας» – η οποία περιλαμβάνει το δευτερογενές τραυματικό στρες (secondary traumatic stress) και την επαγγελματική εξουθένωση (burnout) – και της «ικανοποίησης συμπίονας» (compassion satisfaction). Σήμερα, η έμφαση μετατοπίζεται στην ενίσχυση των προστατευτικών μηχανισμών των νοσηλευτών απέναντι στο ψυχικό φορτίο της εργασίας τους. Η *ανθεκτικότητα* αναγνωρίζεται ως μια καλλιέργησιμη δεξιότητα που ενδυναμώνει την ικανότητα προσαρμογής σε απαιτητικά περιβάλλοντα, ενώ η *ηθική ανθεκτικότητα* συμβάλλει στη διατήρηση της επαγγελματικής ακεραιότητας και στη διαχείριση ηθικών διλημάτων. Η αξιοποίηση των ευρημάτων αυτών στην πράξη προϋποθέτει την ανάπτυξη εκπαιδευτικών και οργανωσιακών παρεμβάσεων που ενισχύουν τη νοσηματοδότηση της εργασίας και την ενεργή συμμετοχή των επαγγελματιών στη λήψη αποφάσεων. Παράλληλα, η κοινωνική υποστήριξη αναδεικνύεται ως θεμελιώδης παράγοντας ενίσχυσης της *ψυχικής ανθεκτικότητας*. Η ενίσχυση της ομαδικότητας, η καλλιέργεια κουλτούρας εμπιστοσύνης και η εφαρμογή πρακτικών όπως ο επαγγελματικός αναστοχασμός και η αλληλοϋποστήριξη μεταξύ συναδέλφων συμβάλλουν ουσιαστικά στη διαχείριση του συναισθηματικού φορτίου.

Ιδιαίτερη σημασία έχει και η καλλιέργεια της αυτο-συμπόνιας, η οποία έχει αναδειχθεί ως κρίσιμος προστατευτικός παράγοντας για τους επαγγελματίες υγείας. Η ενίσχυσή της συνδέεται με βελτίωση της επαγγελματικής ποιότητας ζωής, αυξημένη ικανοποίηση από τη φροντίδα και μείωση της εξουθένωσης και του δευτερογενούς τραυματικού στρες. Παρεμβάσεις που ενσωματώνουν πρακτικές ενσυνειδητότητας και αυτο-συμπόνιας μπορούν να συμβάλουν ουσιαστικά στην ψυχική ενδυνάμωση των νοσηλευτών.

Επιπλέον, βιβλιογραφικά δεδομένα υπογραμμίζουν ότι η ανθεκτικότητα ενισχύεται όταν συνδυάζονται ατομικοί και οργανωσιακοί πόροι, όπως η υποστηρικτική ηγεσία, το θετικό εργασιακό κλίμα και οι σχέσεις εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών της ομάδας.

Η επιστημονική γνώση συγκλίνει στην ανάγκη υιοθέτησης ενός πρακτικού και ταυτόχρονα ολιστικού πλαισίου ενίσχυσης της ανθεκτικότητας και της ευζωίας των νοσηλευτών. Ένα απλό αλλά ουσιαστικό πλαίσιο εφαρμογής είναι το μοντέλο ACT (Act – Acknowledge – Connect – Talk), το οποίο μπορεί να λειτουργήσει ως οδηγός καθημερινής πρακτικής. Το μοντέλο συνοψίζεται στην αναγνώριση των εμπειριών, στη σύνδεση με υποστηρικτικά δίκτυα, στην ανοιχτή επικοινωνία και στην ενεργητική διαχείριση των προκλήσεων.



Της
**Πολυξένης
Μαγγούλια**

Ενίκουρns
Καθηγήτριας
Ψυχιατρικής
Νοσηλευτικής
και Ψυχο-
φαρμακολογίας
στο Τμήμα
Νοσηλευτικής
του
Πανεπιστημίου
Αθηνών

«**Η ανθεκτικότητα ενισχύεται όταν συνδυάζονται ατομικοί και οργανωσιακοί πόροι, όπως η υποστηρικτική ηγεσία, το θετικό εργασιακό κλίμα και οι σχέσεις εμπιστοσύνης μεταξύ των μελών της ομάδας**»

Το θέμα των ελλείψεων νοσηλευτών στα νοσοκομεία μας αποτελεί ένα σοβαρό πρόβλημα δημόσιας υγείας που δεν αφορά μόνο την ελληνική πραγματικότητα αλλά και τα συστήματα πολλών ακόμη χωρών του πλανήτη. Για αυτό άλλωστε και οι ελλείψεις αυτές πρόσφατα αποτέλεσαν το περιεχόμενο ειδικών εξαγγελιών των αρμοδίων υπουργείων της κυβέρνησης.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) έχει από καιρό χτυπήσει το «καμπανάκι» του συναγερμού στο σοβαρό ζήτημα της *έλλειψης νοσηλευτικού προσωπικού* στα ευρωπαϊκά συστήματα υγείας, με το Περιφερειακό Γραφείο Ευρώπης του ΠΟΥ να δημοσιεύει πρόσφατα ειδικό ενημερωτικό κείμενο πολιτικής, στο οποίο παρουσιάζονται στοχευμένες παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση του προβλήματος. Στη χώρα μας είναι γνωστό ότι η έλλειψη νοσηλευτών στα νοσοκομεία είναι ένα από τα μεγαλύτερα προβλήματα που αντιμετωπίζει σήμερα το εθνικό σύστημα υγείας, με τους νέους να γυρίζουν την πλάτη στο επάγγελμα κυρίως λόγω χαμηλών αμοιβών και εργασιακής εξουθένωσης.

Στις ανακοινώσεις του, ο ΠΟΥ έχει χαρακτηρίσει το πρόβλημα ως «ωρολογιακή βόμβα» στα θεμέλια των συστημάτων υγείας, καθώς όπως δείχνουν οι προβλέψεις, ως το 2030 η Ευρωπαϊκή Περιφέρεια ενδέχεται να αντιμετωπίσει έλλειμμα *σχεδόν ενός εκατομμυρίου επαγγελματιών υγείας*, με τους νοσηλευτές να συνιστούν τη μεγαλύτερη κατηγορία.

Στην Ελλάδα, οι νοσηλευτές των νοσοκομείων μας, αποτελούν περισσότερο από το μισό του ανθρώπινου δυναμικού στην υγεία (συγκεκριμένα το 56%), ενώ αξίζει να σημειωθεί ότι, σύμφωνα με τα στοιχεία της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Εργαζομένων Δημοσίων Νοσοκομείων (ΠΟΕΔΗΝ), «οι 12.000 και πλέον αποχωρήσεις νοσηλευτών από τα δημόσια νοσοκομεία της χώρας, τα τελευταία χρόνια, και η επακόλουθη μείωση του ανθρώπινου δυναμικού, λόγω ελάχιστων προσλήψεων στα χρόνια της κρίσης, καθώς και οι εξαντλητικοί ρυθμοί εργασίας οδηγούν συχνά σε επαγγελματική εξουθένωση».

Παρεμβαίνοντας στον δημόσιο

ΕΛΛΕΙΨΕΙΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΩΝ

Μια «ωρολογιακή βόμβα» στα θεμέλια των υγειονομικών συστημάτων

Οι απόψεις που ακούστηκαν στην επιστημονική εκδήλωση του Πανεπιστημίου Αθηνών αφορούσαν τόσο τα προβλήματα των επαγγελματιών υγείας όσο και τις καλές πρακτικές και πολιτικές που συμβάλλουν στη δημιουργία υποστηρικτικών και ασφαλών εργασιακών περιβαλλόντων

διάλογο για το θέμα, το Πανεπιστήμιο Αθηνών διοργάνωσε πρόσφατα μεγάλη επιστημονική εκδήλωση για το θέμα. Την εκδήλωση ανέλαβαν να οργανώσουν το Τμήμα Νοσηλευτικής με πρόεδρο τον **Παύλο Μυριανθέα**, σε συνεργασία με την Καθηγήτρια και Executive Director **Λουσίαν Πογκκοσιάν** από τη Σχολή Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Columbia των ΗΠΑ (School of Nursing) και τον **Στέφανο Γκαβτόλφο** από το ελληνικό Τμήμα του Columbia Athens Global Center.

Στην ημερίδα παρουσιάστηκαν σύγχρονα επιστημονικά δεδομένα τόσο για την Ελλάδα και τις ΗΠΑ, όσο και διεθνείς εμπειρίες σχετικά με τις ελλείψεις νοσηλευτικού προσωπικού, την επαγγελματική εξουθένωση (burnout), τη σιωπηλή αποχώρηση (quiet quitting), την ευεξία των επαγγελματιών υγείας και τις επιπτώσεις τους στη λειτουργία των υπηρεσιών υγείας. Ιδιαίτερη έμφαση δόθηκε σε καλές πρακτικές και πολιτικές που συμβάλλουν στη δημιουργία υποστηρικτικών και ασφαλών εργασιακών περιβαλλόντων.

Την εκδήλωση προσφώνησε εκ μέρους του Πρύτανη Καθηγητή **Γεράσιμου Σιάσου** ο Αντιπρύτανης

Ερευνας και Καινοτομίας Καθηγητής **Ευστάθιος Ευσταθόπουλος**, ενώ συμμετείχαν σ' αυτήν εκπρόσωποι του υπουργείου Υγείας και των φορέων του, εκπρόσωποι του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος, καθηγητές από το **University College Dublin** και το **University of Genova κ.ά.**

«Από το 2019 εφαρμόζεται ένας στρατηγικός προγραμματισμός προσλήψεων και η κατανομή βασίζεται σε δείκτες στελέχωσης, στοχεύοντας στην αναλογία 1,8–2,1 νοσηλευτών ανά κατελιγμένη κλίνη» είπε στον χαιρετισμό της η γενική γραμματέας Υπηρεσιών Υγείας του Υπουργείου Υγείας, **Λιλιαν-Βενετία Βιλδιρίδη**. «Τα αποτελέσματα είναι ορατά: τα τελευταία τρία χρόνια ο δείκτης αυξήθηκε κατά 12,2%, με περισσότερα από τα μισά νοσοκομεία του ΕΣΥ να πληρούν πλέον τον στόχο» συνέχισε.

«Το πραγματικό κόστος δεν είναι η εφαρμογή μέτρων. Είναι η αδράνεια, τα λάθη, οι λοιμώξεις, οι απουσίες και η απώλεια ανθρώπινου δυναμικού» είπε στην ομιλία της η γενική γραμματέας Δημόσιας Υγείας του Υπουργείου Υγείας **Χριστίνα-Μαρία Κράββαρη**. «Οι νοσηλευτές δεν χρειάζονται άλλες γενικές διατυπώσεις. Χρειάζονται λύσεις που μπορούν να εφαρμοστούν στην πράξη».



Όπως δείχνουν οι προβλέψεις, ως το 2030 η Ευρωπαϊκή Περιφέρεια ενδέχεται να αντιμετωπίσει έλλειμμα σχεδόν ενός εκατομμυρίου επαγγελματιών υγείας, με τους νοσηλευτές να συνιστούν τη μεγαλύτερη κατηγορία



«Οι νοσηλευτές αποτελούν τη ραχοκοκαλιά της υγειονομικής περίθαλψης – και σε όλη την Ελλάδα και σε όλο τον κόσμο και σήμερα δεν υπάρχουν αρκετοί» επεσήμανε στην ομιλία της η Καθηγήτρια **Λουσίιν Πογκκοσιάν**, από τη Νοσηλευτική Σχολή του Columbia University. «Η αντιμετώπιση της κρίσης του νοσηλευτικού εργατικού δυναμικού είναι θεμελιώδης για την ασφάλεια των ασθενών. Τα στοιχεία είναι σαφή: όταν οι νοσηλευτές ευδοκούν, οι ασθενείς επιβιώνουν».

«Μέσα από διεθνείς συνεργασίες, όπως αυτή μεταξύ του Columbia και του Πανεπιστημίου Αθηνών, μπορούμε να βρούμε λύσεις σε κάποια από τα πιο σύνθετα προβλήματα των κοινωνιών μας, όπως η έλλειψη νοσηλευτών, μαθαίνοντας ο ένας από τις καλύτερες πρακτικές του άλλου» δήλωσε από την πλευρά του ο διευθυντής του Columbia Global Center στην Αθήνα **Στέφανος Γκαντόλφο**. «Ο στόχος μας ως Κέντρο του Columbia στην Ελλάδα είναι να είμαστε μια γέφυρα επικοινωνίας που ανοίγει νέους δρόμους και ορίζοντες και για τις δύο ακαδημαϊκές κοινότητες».

Δωρεές Ιδρύματος Σταύρου Νιάρχου

Πάντως, όπως επισημάνθηκε στις συζητήσεις που έγιναν, οι δωρεές του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος (ΙΣΝ) προς τη Νοσηλευτική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών αποτελούν μια ουσιαστική επένδυση στους ανθρώπους που βρίσκονται στην καρδιά της φροντίδας υγείας και συμβάλλουν στη διαμόρφωση μιας νέας γενιάς επαγγελματιών υγείας. Το Ιδρυμα εκπροσώπησαν στην εκδήλωση η **Λίνα Γιωτάκη**,

μέλος του ΔΣ, και ο υπεύθυνος Δωρεών του ΙΣΝ **Πάνος Βαζαΐος**.

Τα Πανεπιστήμια Γένοβας και Δουβλίνου

«Η... υποεπένδυση στη νοσηλευτική μπορεί να φαίνεται ότι δημιουργεί βραχυπρόθεσμες εξοικονομήσεις στον προϋπολογισμό, συχνά οδηγεί σε μεγαλύτερο μακροπρόθεσμο κόστος που σχετίζεται με βλάβες που μπορούν να προληφθούν, καθυστερημένη ανάρρωση, παρατεταμένη νοσηλεία, επαναλαμβανόμενες εισαγωγές, αστάθεια του εργατικού δυναμικού και το επαναλαμβανόμενο κόστος της εναλλαγής νοσηλευτών αποδυναμώνοντας τελικά τη συνολική απόδοση του συστήματος υγείας» είπε στην ομιλία του ο αναπληρωτής Καθηγητής **Τζιανλούκα Κατάνια** από το Τμήμα Επιστημών Υγείας του University of Genoa.

«Οι νοσηλευτές είναι κεντρικοί στην παρακολούθηση, τον συντονισμό και την παροχή φροντίδας, και ισχυρά στοιχεία δείχνουν ότι η κατάλληλη στελέχωση και ο κατάλληλος συνδυασμός δεξιοτήτων συνδέονται άμεσα με καλύτερα αποτελέσματα για τους ασθενείς, λιγότερες επιπλοκές και βελτιωμένη ασφάλεια» συμπλήρωσε ο Καθηγητής στη Νοσηλευτική Σχολή του University College Dublin, **Τζόνθαν Ντρέναν**.

«Η ενίσχυση του νοσηλευτικού ανθρώπινου δυναμικού αποτελεί θεμελιώδη προϋπόθεση για ανθεκτικά συστήματα υγείας, ασφαλέστερη φροντίδα και καλύτερα αποτελέσματα για τους ασθενείς» πρόσθεσε στην διάρκεια της ημερίδας ο Δρ **Χρήστος Τριανταφύλλου** εκ μέρους του WHO Athens Quality of Care and Patient Safety Office.

Η Καθηγήτρια Διοίκησης Υπηρεσιών Υγείας, Αντιπρόεδρος Τμήματος Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Αθηνών και Πρόεδρος του Οργανισμού Διασφάλισης της Ποιότητας στην Υγεία (ΟΔΙΠΥ) **Δάφνη Καϊτελίδου**, είπε ότι «η επένδυση στους νοσηλευτές και στην ανάπτυξη προηγμένων ρόλων τους δεν αποτελεί κόστος» αλλά στρατηγική επιλογή για την ανθεκτικότητα, την ποιότητα και τη βιωσιμότητα της υγειονομικής φροντίδας στη χώρα μας, ενώ ο νοσηλευτής, ψυχολόγος και Α' Αντιπρόεδρος της Ενωσης Νοσηλευτών Ελλάδος (ΕΝΕ) **Λάμπρος Μπίζας** πρόσθεσε ότι «η ενίσχυση του νοσηλευτικού δυναμικού αποτελεί προϋπόθεση για την ποιότητα και την ασφάλεια των υπηρεσιών υγείας».

Στη συνδυαστική εφαρμογή οργανωτικών και ατομικών παρεμβάσεων που εξασφαλίζει όχι μόνο την προστασία των επαγγελματιών υγείας αλλά και την ασφαλή και ποιοτική φροντίδα των ασθενών, αναφέρθηκε η **Αντωνία Πασχάλη**, Καθηγήτρια Ψυχολογίας της Υγείας και Διευθύντρια του Εργαστηρίου «Ψυχική Υγεία Επαγγελματιών Υγείας» στο Τμήμα Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Αθηνών.

Για την ανάγκη μιας ολοκληρωμένης Στρατηγικής Ενίσχυσης και Ανάπτυξης μακροπρόθεσμων πολιτικών υγείας, με συνδυασμό παρεμβάσεων για στελέχωση, πρόληψη burnout και ενίσχυση ασφαλείας στις υπηρεσίες υγείας μίλησε η **Αθηνά Καλοκαιρινού-Αναγνωστοπούλου**, Καθηγήτρια Κοινωνικής Νοσηλευτικής, Διευθύντρια Εργαστηρίου Κοινωνικής Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, ενώ η **Αγγελική Κατοάμπη**, Διεθνής Επιθεωρήτρια Διαπίστευσης Υπηρεσιών Υγείας, Πρόεδρος του Διεθνούς Συμβουλίου Επιθεωρητών, τόνισε ότι «η ενδυνάμωση της νοσηλευτικής δεν μπορεί να αντιμετωπίζεται αποσπασματικά, αλλά απαιτεί ένα συνεκτικό εθνικό πλαίσιο το οποίο θα υπογραμμίζει τη σημασία της ποιότητας και ασφαλείας, και το οποίο θα διασυνδέει τη διακυβέρνηση, τη μέτρηση, την εκπαίδευση και τη συνεχή βελτίωση με την καθημερινή κλινική πράξη».

Στην ομιλία της, η **Άννα Στ. Κορομπέλη**, μέλος εργαστηριακού διδακτικού προσωπικού (ΕΔΙΠ) στο Τμήμα Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου Αθηνών και τη Μονάδα Εντατικής Θεραπείας του νοσοκομείου Άγιοι Ανάργυροι, δήλωσε ότι «η δημιουργία ενός υγιούς εργασιακού περιβάλλοντος δεν είναι πολυτέλεια, αλλά αναγκαιότητα για τη διασφάλιση τόσο της ευημερίας των επαγγελματιών υγείας όσο και της ασφαλείας των ασθενών».

Γνώμη

Ηχηρή προειδοποίηση από τη «σιωπηρή παραίτηση»



Του
Πέτρου Γαλάνη

RN, MPH, PhD,
Αναπληρωτή
Καθηγητή
Τμήματος
Νοσηλευτικής
Πανεπιστημίου
Αθηνών

Η πανδημία λόγω της COVID-19 ανέδειξε ακόμη περισσότερο τα επαγγελματικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι νοσηλευτές τόσο διεθνώς όσο και στην Ελλάδα. Προβλήματα όπως η επαγγελματική εξουθένωση, η μειωμένη εργασιακή δέσμευση, η νοσηλευτική υποστελέχωση, ο υπερβολικός φόρτος εργασίας και η μειωμένη επαγγελματική ικανοποίηση υποδυναμίζουν το νοσηλευτικό επάγγελμα και κατ' επέκταση την παρεχόμενη φροντίδα υγείας. Ενδεικτικά αναφέρουμε ότι μελέτες που πραγματοποιήθηκαν στην Ελλάδα, αμέσως μετά τη λήξη της πανδημίας, ανέδειξαν ότι το 69,3% των νοσηλευτών βιώνουν υψηλό επίπεδο επαγγελματικής εξουθένωσης, το 61% βιώνουν χαμηλό επίπεδο επαγγελματικής ικανοποίησης και το 47,2% σκέφτονται να εγκαταλείψουν την εργασία τους.

Σ' αυτό το πλαίσιο αναδύθηκε και ένα νέο φαινόμενο, της «σιωπηρής αποχώρησης» ή, διαφορετικά, της «σιωπηρής παραίτησης» (quiet quitting) από την εργασία που αναφέρεται στο γεγονός ότι οι νοσηλευτές δεν παραιτούνται από την εργασία τους, αλλά καλύπτουν τις ελάχιστες απαιτήσεις της εργασίας τους, έτσι ώστε να μην απολυθούν, χωρίς να προσφέρουν κάτι πρόσθετο, καθώς πλέον νιώθουν εξουθενωμένοι, απογοητευμένοι και αποξενωμένοι από την εργασία τους. Ουσιαστικά, η «σιωπηρή αποχώρηση» είναι μια αντίδραση των νοσηλευτών στο πιεστικό και μη δημιουργικό εργασιακό περιβάλλον που διαμορφώνεται σε αρκετές περιπτώσεις. Με τον τρόπο αυτόν, οι νοσηλευτές προσπαθούν να ανταποκριθούν στο ολόένα και πιο απαιτητικό εργασιακό περιβάλλον βρίσκοντας την κατάλληλη ισορροπία με την προσωπική και την επαγγελματική τους υγεία. Ο επιπολασμός της «σιωπηρής αποχώρησης» στους νοσηλευτές στην Ελλάδα είναι εξαιρετικά υψηλός, φθάνοντας το 67,4%, ενώ διεθνώς κυμαίνεται μεταξύ 60%-74%. Ο αυξημένος φόρτος εργασίας, οι κακές εργασιακές συνθήκες και η έλλειψη καινοτομίας στον εργασιακό χώρο αυξάνουν σημαντικά το φαινόμενο της «σιωπηρής αποχώρησης» μεταξύ των νοσηλευτών. Η «σιωπηρή αποχώρηση» χρήζει ιδιαίτερης προσοχής, καθώς αποτελεί το τελευταίο βήμα πριν οι νοσηλευτές εγκαταλείψουν οριστικά την εργασία τους, γεγονός που επιβεβαιώνεται και από πρόσφατη μελέτη στην Ελλάδα.

Ιδιαίτερη αναφορά, εξάλλου, πρέπει να γίνει και στα ζητήματα ψυχικής υγείας που αντιμετωπίζουν οι νοσηλευτές και τα οποία έγιναν ακόμη πιο έντονα λόγω της πανδημίας. Η βιβλιογραφία φανερώνει ότι το άγχος, η κατάθλιψη και οι διαταραχές ύπνου αυξήθηκαν στους νοσηλευτές κατά τη διάρκεια της πανδημίας και παραμένουν σε υψηλά επίπεδα. Πιο συγκεκριμένα, ο επιπολασμός της κατάθλιψης στους νοσηλευτές παγκοσμίως είναι 45%, ο επιπολασμός του άγχους είναι 43% και ο επιπολασμός των διαταραχών ύπνου είναι 42%. Σε γενικές γραμμές, τα προβλήματα ψυχικής υγείας είναι τρεις φορές συχνότερα στους νοσηλευτές σε σχέση με τον γενικό πληθυσμό. Μελέτες και στην Ελλάδα δείχνουν το 38% των νοσηλευτών να έχουν συμπτωματολογία έντονου άγχους και το 36% να έχουν συμπτωματολογία κατάθλιψης αναδεικνύοντας την ανάγκη ψυχικής ενδυνάμωσης των νοσηλευτών.

Η βιβλιογραφία φανερώνει ότι το άγχος, η κατάθλιψη και οι διαταραχές ύπνου αυξήθηκαν στους νοσηλευτές κατά τη διάρκεια της πανδημίας και παραμένουν σε υψηλά επίπεδα