



Очень часто от нашего эмоционального состояния зависит исход многих ситуаций. В хорошем настроении мы всегда исполняем возложенные на нас обязательства просто отлично, но в плохом настроении всё может кардинально измениться.

Синдром эмоционального выгорания (СПВ) тесно связан с выполнением в течение длительного времени ежедневной работы с постоянной психоэмоциональной перегрузкой, которая приводит к накоплению последствий хронического стресса и истощения запасов жизненной энергии человека. Клинически СПВ проявляется нервно-психическими и психосоматическими расстройствами в виде астеничного, астено-невротичного или астено-депрессивного синдрома. Больных беспокоит постоянная усталость, общая слабость, недомогание, повышена физическая и умственная утомляемость. Чрезмерная озабоченность по поводу выполнения любой работы, страх "не вписаться" в назначенный срок, бессонница, диффузная головная боль, снижение эмоционального тонуса - это также признаки отмеченного синдрома, которые со временем переходят в апатию и безразличное отношение к работе.

В то же время с усилением проявлений СПВ у человека существенно снижается иммунитет и естественная антиинфекционная резистентность. Это предопределяет частые ОРВИ, повторные ангины, а также формирует хроническую патологию бронхиальной системы и ЛОР-органов, в первую очередь хронического тонзиллита. Болезненным состоянием сопровождается даже нежелание больного просыпаться утром, вставать, одеваться и ехать на "противную" работу. Во время обзора таких пациентов невозможно не заметить их общий уставший, подавленный вид, в общении они раздражительны, недовольны, их легко выводят из себя "проблемные" лица из окружения, например, неуспешные ученики - учителей, придирчивые больные - врачей.

Чаще всего синдром эмоционального выгорания действительно возникает у учителей, врачей, медицинских сестер, менеджеров, торговых агентов, социальных работников и представителей других профессий, связанных с постоянным общением со значительным количеством людей, особенно, если от качества такого общения зависит материальный результат профессиональной деятельности, если этот результат является крайне неудовлетворительным (для примера - заработная плата врачей, которая неадекватна затраченному времени и усилиям).

Синдром эмоционального выгорания - список профессий риска

Автор: Administrator
16.01.2013 18:17 -

Психологические методы лечения СПВ эффективны лишь на ранних стадиях, но подавляющее большинство больных обращаются к врачу, когда появляются четко выраженные психосоматические нарушения с астено-невротичной или астено-депрессивной симптоматикой на фоне вторичного иммунодефицита II и даже III степени. Поэтому такие пациенты требуют лечебных и реабилитационных мероприятий, направленных на улучшение функционального состояния центральной нервной системы.