

Sairaanhoitajaliiton väliraportti syksyn ajan laadullisesta koronakyselystä

Julkaistu verkkosivulla 2.2.2021

Vastausmäärä 530 ajalla 23.9.2020-18.1.2021

Toisen aallon keskellä sairaanhoitajien tunnelmista nousee voimakkaimmin esiin väsymys, vaikka edelleen kannetaan huolta samoista asioista kuin ensimmäisen pandemia-aallon yhteydessä. Nyt ei ole enää huolta niinkään suojaamien riittävydestä, vaikka jossain paikoin niitäkin edelleen säästetään. Huolta ja pelkoa kannetaan henkilöstön riittämisestä, omasta, läheisten ja kollegojen jaksamisesta ja sairastumisesta sekä potilaiden ja asiakkaiden puolesta. Toiset kokevat, että keväällä jaksettiin vielä tsemputa, mutta nyt ei enää. Osa pelkää rokotusten turvallisuutta. Toiset taas ovat toiveikkaita rokotusten tuomasta toivosta ja siitä, että tämä kaikki vielä helpottaa.

Eilen on aloitettu rokotukset Suomessa ja mekin sen saamme aikanamme, joten valoa on tunnelin päässä! Olen iloinen, että käsihygieniä ja muut aseptiikka- ja hygieniäohjeet ovat nyt paremmin hallinnassa kuin milloinkaan aiemmin.

On ollut hienoa huomata, miten yhteistuumin toisia tukien jaksamme vielä jonkin aikaa kantaa koronan tuomaa lisäkuormaa. Onneksi on jo toivon pilkahdus ja ehkä pahinta kohden ei enää mennä.

Sairaanhoitajien vastauksista välittyi henkilöstön väsymys ja riittämättömyyden tunne. Se välittyi myös esihenkilöiden vastauksista. Työt ovat muuttuneet, lisääntyneet ja käyneet raskaammiksi, mutta vahvuudet työvuoroissa eivät ole lisääntyneet vaan päinvastoin usein vähentyneet. Tehdään paljon ylitöitä ja pitkiä työrupeamia eikä lomista ole varmuutta. Esihenkilöt joutuvat päivystämään vapaa-ajallaankin. Sairauslomat ja karanteenit heikentävät miehityksiä eikä sijaisia saada. Onpa kuitenkin alueita, joilla viritellään YT-neuvotteluita samaan aikaan, kun sairaanhoitajat ja esihenkilöt tuskailevat ylitsepääsemättömän työkuorman alla.

Koko ajan on tunne jatkuvasta riittämättömyydestä ja pelko siitä, että jotain on jäänyt huomaamatta tai potilaan hyväksi tekemättä.

Teholla tarvitsemme kuitenkin hoitajia, jotka osaavat tehdä erilaisia dialyysihoitoja, toimia ELV/ MET ryhmässä ja vuorovastaavana. Välillä olet työvuorossa ainut joka omaa näitä taitoja. eli vastuu painaa. Uusi tietojärjestelmä ei ole helpottanut työntekoa vaan päinvastoin. Huomaa että monet työkaverit ovat väsyneitä ja ammattitaitoista väkeä on lähtenyt opiskelemaan tai yksityissektorille töihin.

Korona tuonut lisää sairauslomia, sijaisia ei ole, koko ajan tehdään vajaalla väellä töitä, mitään työtä ei vähennetä. Väki todella väsynttä, näköalattomuutta.

Porukka aivan loppu ja moni uupumuksen vuoksi jo sairauslomalla.

Motivaatio alentunut työtä kohtaan.

Potilasmäärät hurjia, työ pelkkää kohinaa ja kotona ei mitään jaksa tehdä. Koti ja lapset lähes heitteillä, kun äiti on mielessään edelleen töissä. Purkamaan ei oikein pääse, ääni ei kantaudu niiden korviin kuin pitäisi ja jos kantautuu niin määräaikaista sopimusta ei jatketa

Sairaanhoitajat kertovat lähes poikkeuksetta seuraavassa lauseessa ratkaisuja, joilla työpaikoilla voitaisiin helpottaa ja keventää työntekijöiden jaksamista. Ne eivät vaatisi niinkään rahaa vaan oikeaa asennetta. Sairaanhoitajat toivovat, että esihenkilöt ja johtajat kuuntelisivat ja tukisivat heitä. Usein pienillä sanoilla ja eleilläkin voidaan osoittaa sitä, että välitetään.

Työnjohdon näkemys ei aina huomaa pienten, mutta merkityksellisesti tärkeiden asioiden vaikutusta vastuun kanton meistä kaikista.

Esimiehenä olen kokenut jääneeni yksin selvittämään aivan uusia käytäntöjä ja ohjeistuksia. Yksikköni toiminta on alueellamme aika ainutlaatuinen eli ei ollut mahdollista "lyödä viisaita päitä yhteen" ja miettiä yhdessä toimintamalleja. Oma esimies ei ole myöskään missään vaiheessa edes kysynyt, miten yksikössä selvitään ja pärjätään.

Mieltä olisi kyllä lämmittänyt, jos edes meidän kentällä olleiden nimet olisi lausuttua ääneen emmekä olisi olleet vain numeroita exelissä... Tai ehkä vaikka edes pullakahvit tai yksi ruusu olisi ollut kiva saada ja tunne siitä, että meitä arvostetaan myös yksilötasolla, vaikkakin oman panoksemme toki talkoisiin halusimme tuoda. Nämä ovat periaatekysymyksiä ja tärkeitä sellaisia, joilla on suuri vaikutus ja merkitys työntekijälle pelkästään jo motivaattorina saatikka arvostuksena tärkeälle työlle.

Haastavaa, mutta toisaalta voimaannuttavaa, kun näkee miten työyhteisö puhaltaa yhteen hiileen. Kaikki ovat sitoutuneet huolehtimaan asukkaidemme ja toistemme turvallisesta ympäristöstä.

Autoritaarinen johtaminen ei nykypäivänä toimi enää, mutta silti sitäkin edelleen sairaanhoitajien kertomusten mukaan hartaasti harjoitetaan. Lähes kaikki vastaajat, jotka kirjoittavat alanvaihdosta, viittaavat saamansa kohteluun ja arvostuksen puutteeseen. Vaikka sairaanhoitajat tarvitsevat kohtuullisen korvauksen vaarallisesta työstään ja ylimääräisestä panostuksestaan, voidaan avoimella keskustelulla ja tiedottamisella, neuvotteluilla, yhteistyöllä ja keskinäisellä arvostuksella ja kunnioituksella vaikuttaa sairaanhoitajien jaksamiseen todella paljon.

Jos esimiehelle kertoo väsymyksestä, esimies ei kuuntele ja kertoo syyksi, ettei ole aikaa nyt keskustella.

Ohjeistus johdon taholta on ollut kyllä riittävää ja asianmukaista.

Perjantaina kolme hoitajaa oli sairauslomalla. Työtehtäviä jouduttiin jakamaan, päivän mittaan huomasimme, että kaikkia töitä ei ehditä tekemään työajan puitteissa, kysyimme esimieheltä tähän neuvoa. Esimiehen viesti oli, että työt tehdään loppuun. Ylityökorvauksista

ei ole tietoaakaan. Työntekijät ovat joustaneet koko viimevuoden (tosin myös jo ennen koronaa), mutta esimieheltä ei apua heru. Turhauttavaa ja väsyttävää.

Tätä työtä jaksaisi kyllä paljon paremmin, jos ylempi esimiestaso ymmärtäisi edes vähän sitä, millä työntekijöiden jaksamista oikeasti tuettaisi. Kaikessa, missä vaan voi työnantajan oikeutta työntekijöiden käskyttämiseen käyttää, niin sitä sitten käytetään. Kun perusteluja täysin järjenvastaisille määräyksille kysyy, niin vastaukseksi saa "minä olen päättänyt".

Esimies on tähän asti jaksanut tukea ja kannustaa, mutta hänkin alkaa uupua, koska suurin osa aikaa menee sijaisten hankintaan.

Valmiuslaki olisi ollut monelle se viimeinen niitti. Sairaanhoitajat kokevat sen rangaistuksena, sen sijaan, että kannustettaisiin. Vastauksissa nousee esiin vahvasti aliresurssoitu terveydenhuolto, minkä tähden kriisitilanteessa ollaan pulassa.

Aivan järkyttävää, miten kevyesti taas heräteltiin valmiuslaki henkiin. Samaan aikaan kun valmiuslakia toivotaan, tavalliset ihmiset elää kuin mitään koronaa ei olisikaan. Todella epäreilua, että hoitajien oikeuksilla ei ole mitään väliä!

Kuka meitä suojaa tai puolustaa kun ennen koronaa vallinneeseen resurssipulaankin tarjotaan valmiuslakia ja lisää keppiä?

Hoitovelka painaa myös sairaanhoitajien harteita. Sairaanhoitajat kantavat kaiken tämän keskellä huolta asiakkaistaan ja potilastaan. Työn arjessa näkyy pitkäaikaissairaiden lisäongelmat, muistisairaiden levottomuus, ikäihmisten yksinäisyys ja päihde- ja mielenterveysongelmaisten ahdinko. Leikkausjonot ovat odottaneet tekijöitä, puhumattakaan leikkausjonoissa odottavista potilaista. Sairaanhoitajat ovat huolissaan potilasturvallisuudesta. Potilaiden hoitoa on urakoitu, missä on niin voitu tehdä.

Lisäksi keväällä peruttiin suurin osa elektiivisistä leikkauksista, ja näitä leikkausjonoja nyt puretaan. 26 potilaspaikan osastolla on parhaimmillaan ollut jopa 5 juuri leikattua potilasta ilman virallista potilaspaikkaa, eli puuttunut hoitajakutsukellot, happipistokkeet. Potilasturvallisuus on mielestäni vaarantunut, ja hoitajat ovat kuormittuneita tästä tilanteesta. Pitkiä sairaslomia on ollut paljon, sijaisia ei yksinkertaisesti saa, omalla väellä yritetään paikata puutteita, ja "pärvätään".

Pandemian alun hiljaiselon jälkeen terveyskeskuksessa ollut entistä suurempi kuormitus: päivystysluontoisia asioita hoidetaan mahdollisimman pitkälle terveyskeskuksessa. Keväällä jäi hoitamatta sellaisiakin vaivoja, mitkä olisivat vaatineet hoitoa silloin. Määräaikaistarkastuksia halutaan nyt tehtäväksi ja yleensä on tullut jo muutakin vaivaa lisäksi.

Kotisairaalityössä työn määrä on lisääntynyt huomattavasti, koska mm. päivystykset eivät ota potilaita niin herkästi vastaan. Ts. he pyytävät kotisairaalaan käymään arvioimassa tilanteen ja ottamassa näytteet. Tämä kaikki tapahtuu kotisairaalan ns. omien potilaiden ja jo varattujen käyntien ohella ilman ylimääräistä resurssointia. Olemme olleet todella tiukoilla keväästä lähtien. Jopa niin tiukoilla että osa työntekijöistä on joutunut uupumuksen vuoksi sairauslomalle ja töihin jäljelle jääneet ovat tehneet runsaasti ylimääräisiä vuoroja. Tämä on väsyttänyt kotisairaalan henkilökunnan lähes loppuun

Töitä teen mielenterveys- ja päihdepalvelussa. Ihmisten ahdinko näkyy jo meillä. Suurin aalto on vielä tulossa.

Pitkäaikaissairaiden hoito on jäänyt taka-alalle maaliskuusta alkaen, pahimmillaan potilaiden pitkäaikaiset sairaudet pahenevat aiheuttaen huonontumista hoitotasapainossa.

Minua huolettaa lähes vuoden kestänyt tapaamisten rajoittaminen. Tuntuu epäinhimilliseltä, ettei yksikössämme saa tavata asukkaita heidän huoneissaan, vaikka thl sen sallii

Lisäksi on se hoitajaa henkisesti kuluttava, valtava empatia ja murhe kaikkien ikäihmisten puolesta, jotka ovat joutuneet olemaan eristyksissä läheisistään, (joita suurimmalla osalla on muutenkin vähän), koskien erilaisissa yksiköissä ja etenkin kotona asuvia ikäihmisiä. Viime keväänä epidemian alkaessa eristyksissä olo ei tuntunut monestakaan pahalta ja vaikealta, mutta tilanteen jatkuttua hyvin monet ikäihmiset surevat sosiaalisten kontaktien puutetta.

Työskentely on vaativaa. Potilaat ovat huolissaan, psyykkinen vointi on huonontunut. Ikäihmiset ovat yksinäisiä ja turvattomia. Potilaiden huoli sekä omasta että läheisten voinnista on päivittäin keskustelussa.

Päihteiden käyttö ja sen tuomat ongelmat ovat lisääntyneet. Yhteydenotot esim. lastensuojeluun ovat lisääntyneet.

Sairaanhoitajat haluavat myös tuoda esiin, että korona ei ainoastaan kuormita koronapotilaita hoitavia. Korona vaikuttaa myös kaikkien töihin ja tekee työstä normaalia haasteellisempaa eri tavoin.

Haluaisin tuoda myös esille, että koronalla on suuri vaikutus kuormittamana tekijänä varmaan jokaisen sairaanhoitajan työssä, ei vain niillä, jotka eturintamassa työskentelevät ja konkreettisesti itse koronapotilaita hoitavat.

Muistisairaiden kanssa työskennellessä maski on vaikeuttanut kommunikaatiota heidän kanssaan ja lisännyt jopa iäkkäiden aggressioita, jolloin he ovat jopa lyöneet, raapineet meitä hoitajia, koska ovat tulkinneet hoitotilanteet niin, että aiomme tehdä heille pahaa. Hoitajan kasvojen näkemisellä on suuri merkitys kommunikaatiossa, jos esim. ikäihmisen kuulo on huono. Väkivallan kohtaaminen tuntuu aina yhtä pahalta, vaikka onkin jo kokenut hoitaja ja monenlaista nähnyt vuosien varrella.

Teen mielenterveystyötä perheiden parissa. Korona on nostanut ihmisten ahdistusta vielä entisestään. Apua tarvittaisiin ja toisaalta taas julkisella puolella ja kolmannella sektorilla palvelut ovat rajatumpia. Koulujen etäopetus, harrastustoiminnan supistaminen/lakkauttaminen, polikliinisten käyntien muuttaminen etävastaanotoksi ym. on vähentänyt perheitä tukevien arkisten struktuurien olemassaoloa siten, että palvelussa olevat perheet ovat entisestään moniongelmaisempia, haastavampia ja perheen vanhemmat ovat psyykkisesti huonovointisempia kuin koskaan. Työn kuormittavuus on lisääntynyt tästä johtuen, samaan aikaan ei ole mitään paikkaa, johon ihmisiä voisi ohjata saamaan tukea ja apua tilanteeseen.

Tavallinen kiire osastotyössä on korostunut koronan myötä. Omaiset soittavat enemmän, potilaat tarvitsevat läsnäoloa enemmän, kun omaisia ei käy samaan tapaan. Toisaalta potilaiden kускаaminen tyhjiin huoneisiin kuormittaa. Maskit pitää olla päällä joka hetki, ruokailua lukuun ottamatta.

Sairaanhoitajat peräänkuuluttavat toiminnan etukäteissuunnittelua ja kokonaisvastuun kantoa. Moni kokee, että ensimmäisestä aallosta ei opittu tarpeeksi ja toiseen aaltoon ei varauduttu kuitenkaan riittävästi. Sairaanhoitaja kertoo koronaosaston kylmiltään pystyyn pistämisestä syksyllä, vaikka mahdollisuus suunnitteluun olisi ollut keväästä asti. Silti osasto laitettiin pyörimään kylmiltään senkin uhalla, että ei edes tarvittavia hoitotarvikkeita ollut.

Myös saturaatiomittareita osastollemme tuotiin aluksi huimat kaksi kappaletta. Joka potilaalta piti saturaatio mitata aamulla ja illalla, joten kiirettä piti. Saimme niitä lisää neljännessä viikolla. Osastolla ollut enimmillään 15 potilasta kerrallaan.

Lisäksi heti ensimmäisenä päivänä hygieniahoitaja sanoi, että emme saa käyttää verenpainemittarissa kuin kertakäyttömansetteja. Tällaisia meille oli tilattu, mutta meiltä puuttui liittimet, joilla nuo kertakäyttömansetit sai kiinni mittareihin. Niitä ei ole tullut vielääkään viiden viikon jälkeen, vaikka asiasta on mainittu kaikille mahdollisille tahoille. Verenpaineita ei pariin ensimmäiseen viikkoon mitattu siis lainkaan, sen jälkeen aloimme irrotella liittimiä kangasmanseteista, jotka jatkossa todennäköisesti ovat käyttökelvottomia, mutta pakko kai jotenkin verenpaineitakin on seurata.

On hoidettu koronapotilaita huoneissa, jotka eivät ole eristys huoneita, vaan tavallisia 4:n hengen potilashuoneita. Sulkutiloja ei ole siis ollut, eikä käsien pesu mahdollisuutta huoneesta poistuessa.

Sairaanhoitajien viesteissä nousi jatkuvasti esiin perehdytyksen ja osaamisen kehittämisen tärkeys. Eivät sairaanhoitajatkaan pysty toimimaan potilasturvallisesti täysin erilaisella osastoilla ilman perehdytystä. Sairaanhoitajat nostavat toistuvasti esiin osaamisen arvostamisen ja mahdollisuuden itsensä kehittämiseen, koska se on suoraan yhteydessä hoidon laatuun.

Naapuri osastolla leviää korona potilaisiin ja henkilökuntaan. Meitä siirretään sinne. Karanteeniin ei joudu, jos maskilla hoidettu potilasta joka seuraavana päivänä paljastuu koronaksi. Tämän vuoksi epäilemme koronan revähtäneen siellä. Pelätään, että korona leviää muille osastoille, kun henkilökuntaa heitellään ilman kunnon perehdytystä.

Perehdytyksen kehittäminen on noussut entistä tärkeämpänä esille, kun tehtäväsiirtoja joudutaan tekemään yhä enemmän. Olemmeko juuttuneet liian tiukasti omiin silloihimme, mihin on kadonnut laaja-alainen osaaminen. Työmme muuttuu, mutta olemmeko me siihen valmiita ja haluammeko olla mukana olla kehittämässä työtämme.

Epävarmuus missä on jatkossa töissä, saako perehdytystä. Täällä käytäntö, että työt menevät perehdytyksen edelle! Ei voi käsittää tuota ajatusta.

Sairaanhoitajien ja esihenkilöiden tunnelmissa näkyy korkea moraalinen vastuullisuus, mutta silti he joutuvat kokemaan usein, että vastuu jää viime kädessä heille.

Oma moraali ja velvollisuudentunne on kuitenkin korkealla, kiitos suomalaisen sairaanhoitokoulutuksen. Tulen töihin ja aloitan työt, vaikka yksin.

Koen, että minulle/meille on annettu tehtävä - vastuu kannettavaksi. Tiedän, että tästä suoriudumme, vaikkakin hampaat irvessä ja verenmaku suussa.

Vastuu työntekijöiden turvallisuudesta on painanut ja olen ollut kuormittuneempi kuin koskaan, vaikka työurani aikana olen monissa liemissä keitetty. Potilastyön mahdollistaminen poikkeuksellisessa ajassa on vaatinut uusia toimintatapoja ja paljon muutosjohtamista ilman

mahdollisuutta tehdä asioita vähitellen....Tämä kokemus, erityisesti se, miten yksin organisaatiossamme esimiehet jää, on vahvistanut ajatusta siitä, että pois on hoitoalalta päästävä.

Sairaanhoitajat haluavat kehittää osaamistaan, jotta potilaat saavat hyvää hoitoa. Vastauksista kuitenkin paistaa epätoivo siitä, että osaamista ei aina arvosteta eikä osaamisen säilymisestä ja jatkuvuudesta kanneta vastuuta. Tästä kertoo se, että osaajia on vara vaihtaa aloittelijoihin ja aloittaa taas alusta perehtyminen. Tunnelmiaan kuvanneet sairaanhoitajat ja esihenkilöt tuskastelevat sitä, että he ovat näiden asioiden kanssa yksin. Työyksiköissä tulisi olla myös mahdollisuus keskittyä perustyöhön. Laadukas perehdyttäminen vie paljon työaika ja energiaa. On viisautta pitää kiinni osaavista työntekijöistä, sillä jatkuva henkilöstön vaihto ja perehdyttäminen on ajan ja resurssien tuhlaamista ja sillä rasitetaan henkilöstöä turhaan. Nykyisin erikoisalojen syväosaamista ei hankita lyhyessä ajassa.

Vaikuttaa nykyisin siltä, että ei häiritse, vaikka hoitajat vaihtuvat (osaaminen menee niiden mukana), koska uusia on tulossa, kuka perehdyttää?

Erikoissairaanhoidossa on enemmän huomioitava potilashoidon erikoisosaamisvaatimukset ja kouluttautumisen tarve, jotta osaa hoitaa potilaan. Jokaisessa yksikössä nämä ovat erilaisia, eikä koulutus anna valmiuksia tähän. Tarvitaan osaston potilaiden hoitoon hyvä perehtyneisyys ja uusi työntekijä tarvitsee osaavan ohjaajan rinnalleen.

Sijaisina käytetään opiskelijoita ilman asianmukaista perehdytystä, asioista sanotaan vasta jälkepäin, kun joku huomaa, mitä on jäänyt tekemättä ja osaamatta

Sairaanhoitajien ja esihenkilöiden tunnelmissa nousee esiin voimakkaana tosiasia, että henkilökuntaa ei ole monin paikoin riittävästi, mikä koettelee kaikkien jaksamista ja samalla vaarantaa työ- ja potilasturvallisuutta.

Työaika kuluu siihen, että yrität saada puuttuvien työntekijöiden tilalle sijaiset. Päteviä hoitajia ei ole saatavilla. Pakko on ollut ottaa vuoroihin alan opiskelijoita, jotta vuorot saadaan jotenkin vietyä läpi, niin että potilasturvallisuus ei kärsi. Hoitajien sairauslomat ovat lisääntyneet ja osalla jaksaminen on koetuksella. Työvuorossa olevat hoitajat joutuvat venymään ja tekemään tuplavuoroja.

Sijaisia tällä hetkellä mahdoton saada. Jos koronaa esiintyy osastolla ja osa henkilökunnasta joutuu karanteeniin, joudutaan osastoa pyörittämään jäljelle jäävällä henkilökunnalla, joka tarkoittaa paljon joustoa ja lisätöitä kaikille.

Potilasturvallisuus ei toteudu, hoidon laatu ei ole hyvää ja hoitajan vastuu painaa liikaa, mikä lisää lähtijöiden määrää.

Tämä on vaikuttanut potilasturvallisuuden niin että mm. teho- osastoilta on tullut liian aikaisin kevyempään valvontahoitoon edelleen tehotasoista hoitoa vaativia potilaita.

Sijaispula on suurin huoleni. Alkuvuonna minulla oli käytettävissä muutama eläköitynyt hoitaja, mutta koronan alettua heidän eivät enää tule keikalle. Nyt on tilanne se, ettei minulla ole sijaisia lainkaan. Oma henkilökunta venyy ja tekee tuplavuoroa. En tiedä kuinka kauan he jaksavat. Olen kyllä todella kiitollinen hyvistä työntekijöistäni!

Moniin yksiköihin on jäänyt vähemmän työntekijöitä, kun koronapotilaita hoitamaan on siirretty työntekijöitä tai tilalle on tullut sijaisia, joille työ ei ole tuttua. Vastuu painaa erityisesti näitä jäljelle jääneitä sairaanhoitajia, jotka kantavat vastuuta toiminnan pyörittämisestä ja potilaiden ja asiakkaiden hoidosta vaihtuvien sijaisten kanssa.

Hygieniäkäytännöissä on edelleenkin parantamisen varaa kuvaavat sairaanhoitajat. Kaikki eivät ole aseptiikan ja hygienian kanssa yhtä tarkkoja. Myös pula henkilökunnasta antaa kiusauksen luistaa sovitusta ohjeista.

Käsissä on kelloja, kynsilakkaa, maskeja ei käytetä hygieenisesti.

Ohjeet eivät päde lääkäriin, vaan hän tulee jo parin päivän päästä potilaita hoitamaan ja kiittää, että kun se nyt on vain tavallista flunssaa. Kotikäyntimatkat on tehty pienellä henkilöautolla, jossa ei turvaväliin ole mahdollisuutta.

Henkilökuntaa sairaslomalla paljon, keikkalaisia paljon. Keikkahoitajat työskentelevät eri osastoilla ja se on riski koronaviruksen leviämislle.

Kummastusta herättää myös ohjeistus, että mikäli vähäoireisena odotat Koronatesti-tuloksia, niin voit olla normaalisti töissä, kunhan vaan käyttää maskia.

Suojaimien kanssa työskentely on monella tavalla haastavaa. Hengityssuojaimien ja suunenäsuojusten kanssa työskentely koetaan raskaaksi. Ne aiheuttavat potilaiden ja asiakkaiden kanssa kommunikaatio-ongelmia, eikä esimerkiksi empatian osoittaminen fyysisten etäisyysvaatimusten takia ole normaalia. Suojaimet myös aiheuttavat osalle kantajistaan oireita. Näitä sairaanhoitajat kuvailivat todella usein.

Maskin kanssa työskentely on tosi raskasta. Potilaat eivät kuule mitä puhun tai eivät saa muuten selvää. Koko ajan joutuu käyttämään ääntä kovemmin. Maskin kanssa kuuma ja tuntuu ettei saa happea. Onneksi ei ainakaan vielä ole tullut iho-ongelmia maskeista kuten osalle työkavereista. Työnteko on myös hyvin yksinäistä, kun pidetään välimatkaa työkavereihin.

Maskit päällä työskentely tuntuu välillä ahdistavalta myös henkisesti. Ei saa koskettaa eikä surra omaisten kanssa. Pelko taudin leviämisestä niin että ihmisiä kuolee.

Maskien takana koko työvuoro (paitsi syödessä); kasvot kutiavat, nenä vuotaa, korvat kipeät. Ovatko maskit huonompaa laatua kuin ennen vai johtuuko siitä, että niitä pidetään niin paljon?

Jatkuva maskin käyttö on raskasta ajoittain. Erityisesti asiakkaan suihkuttaminen maskin kanssa. Väsy helpommin.

Jatkuva maskin käyttö kuivattaa hengitystie elimiä. Maski saa hengityksen raskaaksi, kun esim. kiipeää portaita. Toiset maskit aiheuttavat enemmän iho-ongelmia.

Omaa työskentelyäni ja elämäni on vaikeuttanut mm. kasvomaskin käyttö, joka on tehnyt hengittämisestä raskasta ja lisännyt väsymystä. Työpäivien päätteeksi on ollut tunne, että ei jaksakaan enempää ja sairaslomia on ollut useita mm. sydän- ja tulesvaivojen vuoksi

Maskien ja visiirien käyttöönotto on aiheuttanut suurelle osalle hoitajista erilaisia oireita, mm. huimaus, hapen puutteen tunne, jano, oksettavaa olo, väsymystä töiden jälkeenkin. Hoitajat puhuvat enemmän siirtymisestä muualle, jopa pois tästä ammatista. Tunne vastuusta tuntuu välillä liian suurelta.

Maskin käyttö koko työpäivän ajan aiheuttaa monenlaisia oireita: iho kukkii, päänsärkyä, maskeissa epämiellyttävä haju, josta tulee huono olo ja outo maku suuhun.

Työkaverien kanssa sosiaalinen kanssakäyminen jää vähiin. Sosiaalinen kanssakäyminen on työssä jaksamisen kannalta tärkeää, mutta se kärsii, kun tauoilla ei voi kokoontua yhteen rupattelemaan.

Työkavereiden kanssa ei voi keskustella ja rentoutua tauoilla, koska ilman maskia ei voi oleilla työkavereiden lähellä.

Kaikki työyhteisön kiva yhteinen on kielletty, kahvejakaan ei voi yhdessä juoda - yksi kerrallaan pitää ruokatauon.

Samalla on viety pois mahdollisuudet taukoihin työkavereiden kanssa - turvallisuussyistä.

Harmittaa, kun työyhteisön sosiaalinen kontakti kärsii ja kahvihuoneen voimaannuttavat hetket menevät siihen, että onko meitä täällä jo liikaa? Mihiis käytävälle menisi syömään? Olisipa ihana istua koko poppoolla kahvipöytään ja keskustella ja naureskella niitä näitä! Koulutukset ovat olleet jäissä lähes kokonaan.

Myös tauot rajoitettu max.15min pituisiksi yritä siinä sitten syödä. Samalla pohditaan, vaikka pitkässä vuorossa että miten jaksetaan.. no, ei sitä kukaan kysele ainakaan ylempältä taholta

Positiivisista asioista nousee ykköseksi oma työyhteisö ja kollegat, joiden tuella jaksetaan eteenpäin. Yhteishenki ja hyvä työilmapiiri ovat voimaa antavia.

Onneksi on hyvä työyhteisö, yhteinen viestiryhmä on todella tärkeä!

Hyvä työyhteisö yksikössä ollut valtava voimavara jaksamiseen.

Yhteishenki on kuitenkin pysynyt hyvänä, tsemppaamme toisiamme, tarvittaessa vuoron vaihdot onnistuvat. Tarve osastonhoitajien ja tiimienvetäjien tuelle on suurempi. Olemme onneksi saaneet työnohjausta nyt helpommin.

Toistaiseksi on kaikki sujunut ohjeistuksien mukaan, vaikka väsymystä ohjeiden vastaanottamiseen, käytännön toteutukseen varmasti on. Silti jaksetaan, tsemptaan toisiamme.

Hyviä puolia on ne loistavat kollegat, jotka tukee ja auttaa tämän kaiken keskellä

Työyhteisössäni on pidetty järki päässä eikä ole hötkyilty/kauhisteltu.

Sairaanhoitajat ja esihenkilöt kuvaavat myös työn koronan vastaisessa taistelussa ollaan saatu voittoja ja tunnetta siitä, että tilannetta voidaan hallita kovalla työllä. Huomattava helpotus on ollut myös se, että suojaimia on ollut yleensä käytettävissä.

Positiivista on ollut se, että maskeja on ollut käytössä koko ajan sekä muita suojatarvikkeita ja ohjeita on saatu.

X:ssä, jossa työskentelen, koronan jäljitystyön tulokset ovat olleet hyvät. Tämä on tuonut omaankin työhön turvaa, kun taudin alkuperä on saatu lähes aina selville.

Hoitajani ovat maaliskuusta asti pitäneet ensin visiiriä sitten maskia kasvoillaan ja suojautuneet essuilla, hanskoilla ja käyttävät ahkerasti käsidesiä. Kotihoidossa he joka käynnin jälkeen puhdistavat autonsa ym. Toivoisin, että tämä Korona olisi pian ohi ja pääsisimme ns. normaaliin eloon.

Meillä on ollut koko epidemian ajan asiakaspalvelun henkilö, joka selvittää onko asiakkaalla koronaoireita tullessa lääkäriasemalle. Tämä on ollut erittäin hyvä tapa tunnistaa koronaoireiset jo ennen vastaanottoille tuloa. Se on antanut mielenrauhaa ja vapautta tehdä omaa työtään, vaikka maski kasvoillaan tässä mennään, ehkä vielä pitkäänkin.

Turvallisuutta on luonut päättäjien ja asiantuntijoiden rauhallinen esiintyminen tiedotusvälineissä, asiallinen tiedottaminen ja toiminta, joihin meitä suomalaisia on ohjattu.

Positiivista, että maskien käytön ja hyvän käsihygienian vuoksi normaali flunssaa on ollut vähemmän. Mahdollisesti maskia käytetään tulevaisuudessa herkemmin, kun sairastuu normaaliin hengitystieinfektioon.

Toisten auttaminen tarkoittaa myös välillä epäitsekkyyttä ja omien tehtävien siirtämistä.

Jos jotain positiivista, niin ainakin koko yksikkömme hoitohenkilökunta on lähentynyt ja toisten työtä arvostetaan. Toisaalta avun antaminen toiseen yksikköön kuormittaa omaa työtä tulevaan - avun antamispäivinä on joutunut tyhjentämään omat tapaamiset ja sopimaan ne tulevaan - joten työt on tehtävä ennemmin tai myöhemmin.

Hoitotyö pandemian keskellä on myös koettu palkitsevana.

Työnkuvaani kuuluu koronan osalta hoidon tarpeen arvio puhelimesta sekä koronanäytteenotto. Mielestäni tämä työ on ollut mielenkiintoista ja palkitsevaa. On saanut tuntea kuuluvansa joukkoon, joka tekee todella tärkeää työtä. Ammatissani ei ole myöskään tarvinnut pelätä työttömyyttä tai lomautuksen uhkaa niin kuin usealla muulla alalla toimivalla.

Olen uusimpia työntekijöitä yksikössä ja minulle on kerrottu, että jos korona tilanne pahenee radikaalisti, minut siirretään ekojen joukossa siltä osastolta muihin tehtäviin. Olen hyväksynyt tämän asian, mutta toivon ettei siirtoa tule, sillä nyt tekemäni työ on sitä mitä haluan tehdä.

Asenne myös ratkaisee paljon, vaikka kaikki eivät jaksakaan olla näin positiivisia. Omalla asenteella voi kuitenkin helpottaa omaa ja työkaverien oloa.

Me hoitajat olemme aina eturintamassa tällaisten terveyteen vaikuttavissa asioissa, ja tämä covid 19 on vielä jokseenkin pientä, miten esimerkiksi isomman katastrofin kohdatessa meitä, toimimme? Eli tehdään työmme ammatillisesti ja ollaan ylpeitä sairaanhoitaja



ammattistamme. Ollaan kohteliaita ja suvaitsevaisia kaikkia kohtaan, hymyillään ja tervehditään toisiamme.

Nyt toisen aallon aikaan ei löydy tsemppimieltä, yhteishenkeä kollegoiden kesken kyllä! Jonkinlaista arvostusta/muistamista olisi kaivannut ja varsinkin nyt kun muualta kuulee, miten heitä on muistettu. Kiitos Sairaanhoitajaliitolle ja Tehylle, että olette pitäneet melua ja meidän puolia.

Lisätietoja

nina.hahtela@sairaanhoitajat.fi
liisa.karhe@sairaanhoitajat.fi
anna-suutarla@sairaanhoitajat.fi