

SLAUGYTOJŲ GYVYBINGUMĄ VEIKIANTYS PSICHOLOGINIAI, FIZIOLOGINIAI IR SOCIALINIAI VEIKSNIAI

Justina Vasarytė, Stanislav Sabaliauskas, Rima Rozenbergaitė
Vilniaus universiteto Medicinos fakulteto Sveikatos mokslų institutas

Raktažodžiai: slaugytojai, gyvybingumas, stresas, perdegimas, miegas, fizinis aktyvumas.

Santrauka

Slaugytojų patiriami profesinės veiklos iššūkiai ir rizikos veiksniai neigiamai veikia slaugytojų gyvybingumą ir asmeninę gerovę. Dėl aukštų darbo reikalavimų, svarbios veiklos ir asmeninių įsipareigojimų slaugytojai patiria didelį nuovargį, emocinį išsekimą ar net perdegimą. Tai gali turėti neigiamą poveikį slaugytojų profesinių funkcijų vykdymui, būti klaidų priežastimi ir neigiamai paveikti slaugos kokybę. Siekiant užtikrinti tinkamą slaugos kokybę, būtina palaikyti slaugytojų gyvybingumą, todėl svarbu tinkamai įvertinti ir šalinti esminius stresą keliančius veiksnius bei jų riziką, efektyviai įgyvendinant prevencines priemones.

Tikslas – iširti psichologinių, fiziologinių ir socialinių veiksnių įtaką slaugytojų gyvybingumui ir asmeninei gerovei, analizuojant atliktų tyrimų rezultatus.

Medžiaga ir metodai. Atlikta tiriamoji mokslinė literatūros apžvalga. Duomenų analizei atrinkti straipsniai, kuriuose aptariami psichologiniai, fiziologiniai ir socialiniai veiksniai, turintys įtakos slaugytojų gyvybingumui. Paieška buvo atlikta PubMed, Web of Science, EBSCO duomenų bazėse. Analizuoti 2018-2023 metų šaltiniai. Iš 217 atrinktų šaltinių, šiame darbe analizuojamos 26 publikacijos, atitikusios atrankos kriterijus.

Rezultatai ir išvados. Stresas, profesinis perdegimas, miego sutrikimai, nepakankamas fizinis aktyvumas ir nepalanki darbo aplinka yra svarbūs veiksniai, turintys įtakos slaugytojų gyvybingumui ir darbo efektyvumui. Neigiamai slaugytojų gyvybingumą veikiantys veiksniai susiję su dideliu darbo krūviu ir poilsio trūkumu. Fizinis ir psichinis nuovargis, didelis darbo krūvis bei patiriama emocinė įtampa gali ne tik mažinti slaugytojų gyvybingumą, bet ir turėti įtakos pacientų saugai. Pablogėjusi slaugytojų fizinės ir psichinės sveikatos būklė gali neigiamai paveikti slaugytojų pasitenkinimą darbu ir for-

muoti neigiamą požiūrį į jį. Siekiant išvengti neigiamų padarinių, svarbu užtikrinti palankias darbo sąlygas, teikti emocinę bei psichologinę paramą ir skatinti slaugytojų sveikatai palankų gyvenimo būdą.

Įvadas

Gyvybingumas dažniausiai siejamas su kasdiniame gyvenime reikalinga energija, tačiau jo samprata apima ne vien tik fizinį energingumą. Gyvybingumas padeda išlaikyti entuziazmą ir psichinius procesus. Gyvybingumas apibūdinamas kaip energijos pojūtis, kuris gali būti analizuojamas fiziniu (aukštas energijos lygis ir jausmas, kad esi stiprus ir sveikas) ir psichiniu (psichinė ir emocinė gerovė, mažesnis nuovargis, psichinis atsparumas ir atkaklumas) aspektu [1]. Gyvybingumas laikomas svarbiu pozityvaus požiūrio į sveikatą požymiu [1], kuris siejamas su žmonių patirtimi, jausmais arba nusiteikimu [2] ir yra svarbus dalyvavimui įvairiose gyvenimo srityse.

Slaugytojai yra sveikatos priežiūros komandos pagrindas, užtikrinantis sveikatos priežiūros sistemos veikimo efektyvumą, todėl jų energingumas ir gyvybingumas yra reikšmingi, siekiant užtikrinti efektyvų slaugos modelį. Tyrimų rezultatai parodė, kad slaugytojai profesinėje veikloje susiduria su stresą keliančiomis ekstremaliomis ir sudėtingomis situacijomis, dideliu darbo krūviu ir dažnu nuovargiu, sudėtingais santykiais darbe, turinčiais įtakos jų profesinės veiklos kokybei [3].

Slaugytojų darbas apibrėžiamas kaip įtemptas ir reikalaujantis didelių pastangų, o slaugytojus veikiantys psichosocialiniai veiksniai yra vieni pagrindinių stresą ir psichologines ligas darbuotojams sukeliančių veiksnių. Dėl aukštų darbo reikalavimų ir vaidmens svarbos visuomenėje suvokimo bei asmeninių įsipareigojimų slaugytojai patiria didelį emocinį išsekimą ir net perdegimą. Slaugytojų nuovargis ir pervargimas gali būti neišvengiamų slaugymo klaidų priežastimi. Pervargę specialistai gali nesugebėti tinkamai suteikti reikiamos medicininės pagalbos pacientui. Nuovargio ir streso sukeltas profesinis perdegimas yra vienas esminių gyvybin-

gumą ir asmeninę gerovę neigiamai veikiančių veiksmų.

Slaugytojai, dirbdami intensyviu, daug atsakomybės ir pastangų reikalaujantį darbą, po darbo jaučiasi išsekę arba nepakankamai gyvybingi [4]. Profesinėje veikloje jie susiduria su įvairiomis rizikos formomis, pavyzdžiui, agresijos panaudojimas darbo metu arba konfliktai su paciento šeimos nariais, emocinis nuovargis ir stresas. Šios rizikos formos siejamos su blogėjančia fizine ir psichine slaugytojų sveikata bei prastesne priežiūros kokybe, neigiamai veikia slaugytojų asmeninį gyvenimą, santykius šeimoje, sunkina galimybę užtikrinti profesinio ir asmeninio gyvenimo pusiausvyrą.

Vienu iš reikšmingų stresą keliančių veiksmų laikoma griežta sveikatos paslaugų teikimo organizacinė struktūra ir darbo organizavimas. Didelis darbo tempas, savarankiškumo trūkumas, darbas pamainomis, mažas atlyginimas – dažniausi ligoninėje dirbančių slaugytojų iššūkiai. Nors taikomos prevencinės priemonės nukreiptos į streso mažinimą bei atsparumo ugdymą, kai kurios intervencijos, skirtos tik bendros psichinės sveikatos gerinimui, riboja veiksmingą slaugytojų perdegimo problemos, siejamos su darbu, kuriame neišvengiamas emocinis išsekimas, nuasmeninimas bei sumažėjęs noras tobulėti, sprendimą [5].

Įvairių psichosocialinės rizikos formų atsiradimas ir negalėjimas jų pašalinti gali paskatinti slaugytojus atsakyti šio darbo, keisti darbovietę arba profesiją [4]. Siekiant užtikrinti veiksmingą prevencinių priemonių taikymą, tikslinga laiku atpažinti esminius iššūkius ir riziką, turinčią įtakos slaugytojų asmeninei gerovei ir gyvybingumui.

Tyrimo tikslas – literatūros analizės pagrindu iširti psichologinių, fiziologinių ir socialinių veiksmų įtaką slaugytojų gyvybingumui.

Tyrimo medžiaga ir metodai

Atlikta tiriamoji mokslinės literatūros apžvalga. Duomenų analizei atrinkti straipsniai, kuriuose aptariami slaugytojų gyvybingumą veikiančios veiksniai. Paieška atlikta PubMed, Web of Science, EBSCO duomenų bazėse pagal paieškos žodžius: slaugytojų gyvybingumas (angl. vitality of nurses), asmeninė gerovė (angl. personal well-being), slaugytojas (angl. nurse), psichologiniai veiksniai (angl. psychological factors). Publikacijos buvo atrinktos pagal šiuos kriterijus: 1) įtraukimo kriterijai: ne senesnės nei 5 metų nemokamos mokslo publikacijos anglų kalba, prieinamas visas tekstas; 2) atmetimo kriterijai: disertacijos, straipsniai, neturintys nemokamos viso teksto prieigos, magistro baigiamieji darbai.

Darbe apžvelgti 2018-2023 metų šaltiniai: iš 217 atrinktų šaltinių analizuojamos 26 publikacijos, atitikusios atrankos kriterijus. Tyrimo rezultatų dalyje pristatomi slaugytojų gyvybingumą veikiančios psichologiniai, fiziologiniai ir socialiniai veiksniai.

Tyrimo rezultatai ir jų aptarimas

Streso įtaka slaugytojų gyvybingumui. Praėjusio amžiaus aštuntajame dešimtmetyje plėtotos hipotezės apie padidėjusį spaudimą ir sveikatos priežiūros specialistai (gydytojai, slaugytojai ar slaugytojų padėjėjai) paskatino atkreipti dėmesį į jų patiriamą stresą [6]. Slaugytojų darbe patiriamas stresas neigiamai veikia jų fizinę ir psichinę sveikatą bei darbo produktyvumą. Laikui einant darbe patiriama įtampa ir stresas tapo problema, su kuria susiduria didelė dalis populiacijos [7].

Slaugytojai gali atlikti reikšmingą vaidmenį gerinant pacientų gyvenimo kokybę, tačiau jų profesinė veikla apibūdinama kaip įtemptas, daug pastangų ir sudėtingų sprendimų reikalingas darbas. Dideli lūkesčiai ir atsakomybė įvardijami kaip dažniausi streso sukėlėjai [8]. Stresą sukelti ir slaugytojų gerovę neigiamai paveikti gali viršvalandžiai ar darbuotojų trūkumas [9]. Be to, slaugytojai yra dažnai atsakingi už daugelį papildomų užduočių, kurios nesusijusios su pagrindinėmis pareigomis, bet gali didinti darbo krūvį [2]. Dirbdami intensyviu, daug atsakomybės bei pastangų reikalaujantį darbą, slaugytojai jaučiasi išsekę. Didelis nuovargis gali sukelti pervargimą, psichinės būsenos disbalansą, didinti traumų, fizinių bei psichinių ligų riziką, todėl stresas laikomas vienu iš veiksmų, turinčių įtakos slaugos personalo darbo efektyvumui ir slaugos kokybei.

Perdegimo įtaka slaugytojų gyvybingumui. Slaugytojai laikomi didžiausia grupe, teikiančia pacientų priežiūros paslaugas ir užtikrinančia fizinę ir psichinę pacientų priežiūrą. Šių pacientams svarbių funkcijų atlikimas nesilaikant saugos, komforto ir gerovės principų, gali turėti reikšmingos įtakos slaugytojų fizinei ir psichinei sveikatai. Perdegimas, kaip ir stresas, gali pažeisti fizines, emocines ir psichologines asmens būsenas, sukelti emocinį išsekimą bei sumažinti asmeninius pasiekimus [10].

Slaugytojų gyvybingumas suteikia pozityvumo, o psichologinė gerovė padeda įveikti kylančias stresines situacijas [4]. Kita vertus, profesinė įtampa, darbas pamainomis, profesinio ir asmeninio gyvenimo pusiausvyros nebuvimas, poilsio, miego ir atostogų trūkumas, sumažėjęs aktyvumas ir dalyvavimas socialiniame ir šeimos gyvenime išryškina platesnio masto slaugytojų socialinės paramos poreikį [11]. 2022 m. tyrimo duomenimis, slaugytojų pasitenkinimas darbo sąlygomis mažėjo. Tai turi įtakos neigiamam slaugytojų savo darbo vertinimui ir gali turėti įtakos pacientų slaugos kokybei. Svarbu ir tai, kad slaugytojų pasitenkinimas darbu sietinas su kylančia slaugytojų profesinio perdegimo problema.

Miego įtaka slaugytojų gyvybingumui. Darbas naktinėje pamainoje, sutrikęs cirkadinis ritmas gali sąlygoti psichologines ir fiziologines problemas. Dėl pervargimo ar didelio darbo krūvio didėja sveikatos priežiūros specialistų

miego sutrikimų rizika [12]. Pavyzdžiui, pamaininis darbas ir ilgos darbo valandos turi neigiamos įtakos slaugytojų miego kokybei, o rotacinis pamaininis darbas yra pagrindinė sąlyga slaugytojų miego kokybės stebėjimui [13]. Miego ritmo sutrikimai gali būti pagrindinis veiksnys, didinantis insulto, koronarinės širdies ligos, širdies ir kraujagyslių ligų ar kitų sveikatos problemų riziką. Miego sutrikimo problema gali būti tiesiogiai siejama su mirtingumu, nutukimu, širdies priepuoliais ar hipertenzija [14]. Gyvenimo būdas (pvz., fizinio aktyvumo trūkumas) ir sveikatos būklė (pvz., suprastėjusi sveikata, įskaitant nutukimą ar patiriamus skausmus) taip pat gali sukelti miego sutrikimus [13].

Darbas naktinėmis pamainomis gali turėti neigiamos įtakos slaugytojų sveikatos būklei ir sukelti nelaimingų atsitikimų ar traumų darbo metu [15]. Pamaininis darbas reikalauja geros slaugytojų psichinės ir emocinės sveikatos rūpinantis pacientais, o naktinis darbas gali neigiamai paveikti slaugytojų kognityvinius gebėjimus – atmintį, dėmesio koncentraciją ir suvokimą, reikšmingus kokybiškam darbo atlikimui. Dėl miego trūkumo kylančios klaidos gali sutrikdyti paciento sveikatą.

Miego sutrikimai neigiamai veikia personalo nuotaikas ir emocijas, mažina pasitenkinimą darbu, o tai gali paskatinti pakeisti darbo vietą. Suprastėjusi slaugos darbuotojų sveikata gali formuoti neigiamą požiūrį į darbą ir sunkinti kompetentingo slaugos personalo išlaikymą darbe [16], todėl svarbu nustatyti slaugytojų profesinės ir asmeninės gerovės rizikos veiksnius, kad būtų galima jų išvengti [17].

Fizinio aktyvumo įtaka slaugytojų gyvybingumui. Fizinio aktyvumo, arba judėjimo, trūkumas ir nesveika mityba gali neigiamai paveikti slaugytojų gyvenimo būdą ir asmeninę gerovę. Slaugytojų nepakankamo fizinio aktyvumo problema gali turėti įtakos slaugytojų sveikatai ir pacientų sveikatos priežiūros kokybei. Nors slaugytojai vaidina reikšmingą vaidmenį atliekant pirminių sveikatos priežiūros paslaugų teikimą, slaugytojų asmeninei sveikatai neskiriama tiek daug dėmesio [18]. Pažymėtina, kad daugelis slaugytojų, nepaisant aktyvaus jų darbo pobūdžio, patys nepakankamai užsiima fizine veikla [19].

Darbo aplinkos įtaka slaugytojų gyvybingumui. Slaugytojų išitraukimui į darbą būdingas energingumas, tobulėjimas, lojalumas bei prisitaikymas. Asmens savybės, padedančios išnaudoti stipriąsias slaugytojų ypatybes atliekant profesines užduotis, priskiriamos slaugytojų išitraukimą skatinančioms savybėms [20]. Optimalus darbo krūvis mažina slaugytojų fizinį ir emocinį nuovargį, padeda išvengti klaidų darbe. Sveikos darbo aplinkos formavimas ir palaikymas yra svarbus emocinio nuovargio mažinimui, slaugytojų pasitenkinimui darbu, turi įtakos pacientų saugai ir priežiūros kokybei [21].

Slauga glaudžiai susijusi su slaugytojų atsivadavimu ir emocijomis sveikata. Pasitelkdamis savo emocijas, slaugytojai gali užmegzti artimą ryšį su pacientu. Emocionaliai bendraudami su pacientais, slaugytojai padeda jiems jaustis labiau užtikrintiems dėl gydymo bei slaugos proceso [22]. Slaugytojų psichologinę būklę pagerinti gali dvasinė lyderystė, apimanti emocinį palaikymą [23]. Siekiant sveikos darbo aplinkos ir kokybiškos pacientų priežiūros, svarbus slaugytojų įgalinimo, išitraukimo ir tarpasmeninių santykių darbe skatinimas. Sveika darbo aplinka lemia didesnę slaugytojų pasitenkinimą darbu, o kartu ir geresnius darbo rezultatus, aukštesnę pacientų priežiūros kokybę, kuri ateityje užtikrina sveikatos priežiūros organizacijų finansinį gyvybingumą. Todėl sveikos darbo aplinkos puoselėjimas turi būti nuolatinis organizacijos rūpestis.

Motyvacijos ir pasitenkinimo darbu sąsajos. Išorinė ir vidinė motyvacija turi įtakos pasitenkinimui darbu. Vidinė motyvacija apima tokius veiksnius kaip asmeninių pasiekimų ir pripažinimo suvokimas, atsakomybė, suvokiamas asmeninis augimas bei pažanga. Išorinė motyvacija apima veiksnius, susijusius su darbuvieta politika ir administravimu, tarpusavyje santykiais kolektyve, darbo sąlygomis, atlyginimu, statusu ir kt. Visuotinai pripažįstama vidinės motyvacijos svarba sėkmingai veiklai. Vidiniai motyvai skatina asmens išitraukimą ir geresnių rezultatų siekimą. Išoriniai motyvai neužtikrina ilgalaikio išitraukimo ir pasitenkinimo darbu, netgi priešingai, gali formuoti nepasitenkinimą darbu [24].

PSO įdomią ir draugišką darbo aplinką apibrėžia kaip galinčią sudominti asmenis sveikatos priežiūros profesijomis, skatinti juos produktyviai dirbti sveikatos priežiūros srityje. Darbo našumas gali priklausyti nuo slaugytojų išitraukimo atlikti įvairias užduotis, vadovų palaikymo, komandinio darbo, į kokybišką paciento priežiūrą orientuotų sąlygų [25]. Pažymėtina, kad energingos, bendraujančios slaugytojos yra pagrindinė pacientų ir medicinos darbuotojų jungtis, gerinanti teikiamų paslaugų kokybę ir stiprinanti slaugytojų ir pacientų tarpusavyje ryšius, tačiau tarpusavyje santykių kokybei neigiamos įtakos turi didelis darbo krūvis, aplinkos spaudimas, galintis sukelti slaugytojų nerimą ar net depresijos pasireiškimą, todėl vienas reikšmingų slaugytojų emocinės būsenos gerinimo būdų susijęs su slaugos vadovų dėmesiu tinkamos aplinkos kūrimui [26].

Išvados

1. Stresas, profesinis perdegimas, miego sutrikimai, nepakankamas fizinis aktyvumas ir nepalanki darbo aplinka yra svarbūs veiksniai, turintys įtakos slaugytojų gyvybingumui ir darbo efektyvumui.

2. Neigiamai slaugytojų gyvybingumą veikiančios veiksniai susiję su dideliu darbo krūviu ir poilsio trūkumu. Didelis

darbo krūvis, fizinis ir psichinis nuovargis, emocinė įtampa gali sumažinti slaugytojų gyvybingumą ir turėti įtakos pacientų saugai.

3. Pablogėjusi slaugytojų fizinės ir psichinės sveikatos būklė gali neigiamai paveikti slaugytojų pasitenkinimą darbu ir formuoti neigiamą požiūrį į darbą.

4. Siekiant išvengti neigiamų padarinių, svarbu užtikrinti tinkamas darbo sąlygas, teikti emocinę bei psichologinę paramą ir skatinti slaugytojų sveikatai palankų gyvenimo būdą.

Literatūra

- van Steenberg E, van Dongen JM, Wendel-Vos GCW, Hildebrandt VH, Strijk JE. Insights into the concept of vitality: associations with participation and societal costs. *European Journal of Public Health* 2016;26(2):354-359. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckv194>
- Lavrusheva O. The concept of vitality. Review of the vitality-related research domain. *New Ideas in Psychology* 2020;56:100752. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2019.100752>
- Babamohamadi H, Davari H, Safari A A, Alaei S, Pordanjani SR. The association between workload and quality of work life of nurses taking care of patients with COVID-19. *BMC Nursing* 2023;22(1):234. <https://doi.org/10.1186/s12912-023-01395-6>
- Blanco-Donoso LM, Moreno-Jiménez J, Hernández-Hurtado M, Cifri-Gavela JL, Jacobs S, Garrosa E. Daily work-family conflict and burnout to explain the leaving intentions and vitality levels of healthcare workers: Interactive effects using an experience-sampling method. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021;18(4):1932. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041932>
- Harris S, Tao H. The impact of US nurses' personal religious and spiritual beliefs on their mental well-being and burnout: A path analysis. *Journal of Religion and Health* 2022;61(3):1772-1791. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01203-y>
- Pousa PCP, Lucca SRD. Psychosocial factors in nursing work and occupational risks: a systematic review. *Revista Brasileira de Enfermagem* 2021;74. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2020-0198>
- De Oliveira SM, de Alcantara Sousa LV, Gadelha MDSV, do Nascimento VB. Prevention actions of burnout syndrome in nurses: an integrating literature review. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health* 2019;15:64. <https://doi.org/10.2174/1745017901915010064>
- Almazan JU, Albougami AS, Alamri MS. Exploring nurses' work-related stress in an acute care hospital in KSA. *Journal of Taibah University Medical Sciences* 2019;14(4):376-382. <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2019.04.006>
- Moloney W, Fieldes J, Jacobs S. An integrative review of how healthcare organizations can support hospital nurses to thrive at work. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020;17(23):8757. <https://doi.org/10.3390/ijerph17238757>
- Babapour AR, Gahassab-Mozaffari N, Fathnezhad-Kazemi A. Nurses' job stress and its impact on quality of life and caring behaviors: A cross-sectional study. *BMC Nursing* 2022;21(1):1-10. <https://doi.org/10.1186/s12912-022-00852-y>
- Kim EY, Chang S O. Exploring nurse perceptions and experiences of resilience: a meta-synthesis study. *BMC Nursing* 2022;21(1):1-14. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00803-z>
- Zhao F, Ahmed F, Faraz N A. Caring for the caregiver during COVID-19 outbreak: Does inclusive leadership improve psychological safety and curb psychological distress? A cross-sectional study. *International Journal of Nursing Studies* 2022;110:103725. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103725>
- Dong H, Zhang Q, Zhu C, Lv Q. Sleep quality of nurses in the emergency department of public hospitals in China and its influencing factors: a cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes* 2020;18(1):1-9. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01374-4>
- Zhao X, Zhang T, Li B, Yu X, Ma Z, Cao L, Gu L, Dong C, Jin Y, Fan J, He G. Job-related factors associated with changes in sleep quality among healthcare workers screening for 2019 novel coronavirus infection: a longitudinal study. *Sleep Medicine* 2020;75:21-26. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.07.027>
- Li X, Jiang T, Sun J, Shi L, Liu J. The relationship between occupational stress, job burnout and quality of life among surgical nurses in Xinjiang, China. *BMC Nursing* 2021;20:1-11. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00703-2>
- Özyürek P, Çevik C, Kılıç İ, Aslan A. Effects of day and night shifts on stress, anxiety, quality of life, and oxidative stress parameters in nurses. *Florence Nightingale Journal Nursing* 2021;29(1):81. <https://doi.org/10.5152/FNJNI.2021.19141>
- Vassbø TK, Kirkevold M, Edvardsson D, Sjøgren K, Lood Q, Bergland Å. The meaning of working in a person-centred way in nursing homes: a phenomenological-hermeneutical study. *BMC Nursing* 2019;18(1):1-8. <https://doi.org/10.1186/s12912-019-0372-9>
- Kim-Godwin YS, Lee MH, Logan JG, Liu X. Factors influencing sleep quality among female staff nurses during the early COVID-19 pandemic in the United States. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2021;18(9):4827. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094827>
- Owusu-Sekyere F. Assessing the effect of physical activity and exercise on nurses' well-being. *Nursing Standard* 2020;35(4):45-50.

- <https://doi.org/10.7748/ns.2020.e11533>
20. Wu WL, Lee YC. How spiritual leadership boosts nurses' work engagement: The mediating roles of calling and psychological capital. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020;17(17):6364.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17176364>
 21. Chung HC, Chen YC, Chang SC, Hsu WL, Hsieh TC. Nurses' well-being, health-promoting lifestyle and work environment satisfaction correlation: A psychometric study for development of nursing health and job satisfaction model and scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020;17(10):3582.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17103582>
 22. Ugwu FO, Onyishi IE. The moderating role of person-environment fit on the relationship between perceived workload and work engagement among hospital nurses. *International Journal of Africa Nursing Sciences* 2020;13:100225.
<https://doi.org/10.1016/j.ijans.2020.100225>
 23. Wei H, Sewell K A, Woody G, Rose MA. The state of the science of nurse work environments in the United States: A systematic review. *International Journal of Nursing Sciences* 2018;5(3):287-300.
<https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2018.04.010>
 24. Peng C, Chen Y, Zeng T, Wu M, Yuan M, Zhang K. Relationship between perceived organizational support and professional values of nurses: mediating effect of emotional labor. *BMC Nursing* 2022;21(1):142.
<https://doi.org/10.1186/s12912-022-00927-w>
 25. Ayalew F, Kibwana S, Shawula S, Misganaw E, Abosse Z, Van Roosmalen J, ... Mariam D W. Understanding job satisfaction and motivation among nurses in public health facilities of Ethiopia: a cross-sectional study. *BMC Nursing* 2019;18(1):1-13.
<https://doi.org/10.1186/s12912-019-0373-8>
 26. Zeleníková R, Jarošová D, Plevová I, Janíková E. Nurses' perceptions of professional practice environment and its relation to missed nursing care and nurse satisfaction. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020;17(11):3805.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17113805>

PSYCHOLOGICAL, PHYSIOLOGICAL AND SOCIAL FACTORS AFFECTING NURSES' VITALITY

J. Vasarytė, S. Sabaliauskas, R. Rozenbergaitė

Keywords: nurses, vitality, stress, burnout, sleep, physical activity.

Summary

The professional challenges and risk factors faced by nurses negatively impact their vitality and well-being. The high demands of the job, the perceived importance of the role and the personal commitment of nurses lead to high levels of fatigue, emotional exhaustion and even burnout. This can have a negative impact on the performance of nurses' professional functions, lead to errors, and negatively affect the quality of nursing care. Maintaining the vitality of nurses is essential to ensure adequate quality of care, and it is therefore important to properly assess and address the underlying stressors and risks to implement preventive measures effectively.

Aim: To investigate the influence of psychological, physiological and social factors on nurses' vitality and personal well-being, analyzing the results of the study.

Research material and methods: An exploratory review of the scientific literature was performed. Articles that discuss psychological, physiological and social factors positively or negatively influencing nurses' vitality were selected for data analysis. The search was performed in PubMed, Web of Science, EBSCO databases. Sources for 2018-2023 were analyzed. The article analyzes 26 eligible publications from 217 selected sources.

Research results and conclusions: Stress, occupational burnout, sleep disturbances, insufficient physical activity, and an unfavorable working environment are important factors that affect the vitality and performance of nurses. Factors that negatively affect the vitality of nurses are a high workload and lack of rest. Physical and mental fatigue, high workload, and emotional strain can not only reduce the vitality of nurses, but also affect patient safety. The deterioration of nurses' physical and mental health can adversely affect their job satisfaction and create negative attitudes towards work. To avoid negative consequences, it is important to ensure favorable working conditions, provide emotional and psychological support, and promote healthy lifestyles.

Correspondence to: justinavasaryte@gmail.com

Gauta 2024-02-22