

**ПРОФЕСІЯ «ВИКЛАДАЧ». СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ
В.Б. Попович, С.Є. Дейнека, А.О. Міхєєв, Л.І. Сидорчук., О.І. Гаврилюк***Кафедра мікробіології та вірусології**Вищий державний навчальний заклад України**«Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці*

При робочому процесі людина відчуває відповідальність не лише за себе, а ще й за осіб, за яких вона відповідає. Насамперед, це працівники системи професій «людина-людина»: соціальні працівники, менеджери, консультанти, лікарі, вчителі та ін. Візьмемо до прикладу професію викладача (педагога, вчителя). Людина з такою освітою і характером роботи ніколи не перестав вчитись, завжди прагне вдосконалюватись, бути кращим. Учителем є та людина, яка за весь період своєї праці вдосконалюється, живе тим, що навчає своїх учнів. У такій професії людина знаходить більшу частину свого свідомого життя. Якщо викладач університету, навчаючи студентів, має практичні заняття, читає лекції - проводить 8 годин на робочому місці, то решта «вільного» часу він думками завжди також у роботі. Написання наукових робіт, підготовка до занять як практичної так і теоретичної частини, виконання науково-дослідної роботи, керівництво науковим гуртком, підготовка студентів до олімпіад, участь у різного рівня наукових конференціях та багато інших задач, поставлених перед викладачем, займають багато часу. У процесі роботи викладач завжди знаходиться в колективі співробітників, де він проводить увесь свій робочий час. У кожному колективі є рангові посади (професор, доцент, старший викладач, викладач, аспірант, лаборант), і нелегко доводиться викладачу проходити етап адаптації, розумітися з кожним співробітником у колективі чи підпорядковуватись тим або іншим поставленим задачам. Життя часом стає і безжалісною школою для людини. У колективах часто виникають суперечки, чвари та непорозуміння. Викладач на цьому фоні, як наслідок, отримує стрес. Стрес - це неспецифічна реакція організму у відповідь на несподівану та напружену ситуацію; це фізіологічна реакція, що мобілізує резерви організму і готує його до фізичної активності типу супротиву, боротьби. Виникаючі на нашому шляху труднощі (від дрібної проблеми до трагічної ситуації) викликають у нас емоційні реакції негативного типу, що супроводжуються цілою гамою фізіологічних і психологічних зрушень, які характеризуються сигналами тривоги, опору та виснаження/вигорання (Burnout syndrome). Синдром вигорання вивчається вже багато років та досліджується поміж вищезгаданими працівниками. Уперше термін «вигорання» був введений американським психіатром Х.Фреднбергером в 1974 році. Він зазначив, що синдром вигорання – це фізичне, емоційне або мотиваційне виснаження, що характеризується порушенням продуктивності в роботі і втому, безсонням, підвищеною схильністю до соматичних захворювань та ін. Стрес - реакція на виробничі й емоційні вимоги, що походять від зайвої відданості людини своїй роботі. Компонентами синдрому вигорання є емоційна виснаженість, цинізм, знецінення власних професійних досягнень. У час, коли викладач відчуває за собою якісь ознаки професійного вигорання, доречним було б забезпечити

психологічну підтримку не лише від сім'ї, а й створення психологічного комфорту в колективі. Здавалося б, ця проблема не є серйозна, але підведення щорічної статистики саме між педагогами в світі - вражає. Профілактикою професійного вигорання служать повсякденні і невід'ємні позиції: добре здоров'я, раціональне харчування, самостійність, впевненість у собі, своїх здібностях та можливостях, здатність підтримувати в собі позитив, оптимізм, висока мобільність, конструктивність дій при стресових ситуацій у колективі, вміння приймати допомогу та ін. Викладачу в період своєї праці потрібно насамперед турбуватись про себе, не шукати у роботі щастя або порятунку, високо оцінювати свої досягнення та можливості, знаходити час для спілкування з приємними для себе співробітниками, приділяти час собі, вчитись тверезо осмислювати події кожного дня, не «запивати» або «заїдати» негативні емоції. Потрібно бути щирими і створювати для себе комфортне робоче місце, адже саме відчуття особистості, потреби у своїй праці піднімає дух до прагнення ставати кращими та давати не лише теорію, практику і знання студентам, а й вчити і готувати їх до самостійного зовсім нелегкого дорослого життя.

РЕАЛЬНІ ПОСТВАКЦИНАЛЬНІ УСКЛАДНЕННЯ

Д.В. Ротар, І.Й. Сидорчук, О.І. Гаврилюк, І.П. Бурденюк

Кафедра мікробіології та вірусології

Вищий державний навчальний заклад України

«Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці

Реальні поствакцинальні ускладнення – це ускладнення після проведеного щеплення; можуть бути пов'язані як з різним впливом вакцинного препарату на організм щепленого, так і пов'язані зі станом здоров'я вакцинованого, особливо з його імунним статусом в період вакцинації.

Розвиток поствакцинальних ускладнень може обумовити:

- токсичний (фармакологічний) ефект інактивованих корпускулярних вакцин;
- інфекційний вакцинальний процес живих атенуованих вакцин;
- сенсibiliзація організму щодо генетично чужорідних білків (вакцин);
- автосенсибилізація власного організму;
- реверсія вірулентних штамів живих вакцин або токсигенних властивостей анатоксину;
- вплив на генетичний апарат клітин організму вакцини.

У практичній охороні здоров'я досить часто проходять ускладнення з поєднанням перерахованих механізмів. Поєднання перших чотирьох механізмів може спровокувати прояв латентної інфекції або стати причиною прояву захворювання неінфекційної природи.

Розвиток сенсibiliзації може бути обумовлений додатковим компонентом вакцини – білками субстрату культивування, антибіотиками,