

Etikkbrev fra KEKK

Månedens tema: Moralsk stress



Vi står overfor en utfordrende tid i helsevesenet, hvor moralsk stress har blitt en stadig mer fremtredende problemstilling. Moralsk stress oppstår når vi som helsepersonell føler at vi ikke kan handle i tråd med våre etiske verdier og profesjonelle standarder på grunn av eksterne begrensninger. Dette kan føre til følelser av hjelpeløshet, frustrasjon og utbrenthet.

Vanlige årsaker til moralsk stress inkluderer ressursmangel, hvor begrensede ressurser som tid, personell og utstyr kan hindre oss i å gi den omsorgen vi vet pasientene fortjener og har rett på.

Etiske dilemmaer oppstår i situasjoner hvor vi må ta vanskelige beslutninger som påvirker pasientenes liv og helse, og dette kan være en stor kilde til stress. Organisatoriske krav fra ledelsen som ikke alltid samsvarer med våre etiske prinsipper kan også skape konflikt og stress.

Konsekvenser av moralsk stress kan påvirke vår psykiske helse, og langvarig moralsk stress kan føre til angst, depresjon og utbrenthet. Når vi er stresset, kan det gå utover kvaliteten på omsorgen vi gir til pasienter og brukere. Et arbeidsmiljø preget av moralsk stress kan føre til dårligere samarbeid og høyere turnover.

For å redusere moralsk stress, er det viktig å ha åpen kommunikasjon og skape en kultur hvor det er trygt å diskutere etiske dilemmaer og utfordringer. Regelmessig etisk veiledning og støtte fra kolleger og ledelse kan også være nyttig. Bedre fordeling og bruk av ressurser er nødvendig for å sikre at vi kan gi best mulig omsorg. Til slutt, oppmuntre til selvomsorg og balanse mellom arbeid og fritid for å forebygge utbrenthet.

Mail	Viva Engage	Melde inn sak	Kompetansebroen
kekk@syke.oslo.kommune.no	<u>VI/SAM/Klinisk etikkk komité</u>	<u>https://forms.office.com/e/UH4fdPL52Z</u> <u>Eller scan QR-kode</u> 	<u>Klinisk etikkk komité Oslo Kommune</u>