

KWART VAN DE COASSISTENTEN ZIET COSCHAP NIET MEER ZITTEN

Veel burn-out onder geneeskundestudenten

Onderzoek van het KNMG Studentenplatform laat zien dat een kwart van de geneeskundestudenten ernstige vermoeidheidsklachten heeft en 41 procent van de coassistenten de werkdruk als zwaar tot erg zwaar ervaart. Het platform pleit voor meer preventie van burn-out door opleiders en artsen.

Eerder zijn al verschillende buitenlandse studies verschenen waarin onderzoek wordt gedaan naar de prevalentie van burn-out tijdens de opleiding geneeskunde. Zo bleek uit onderzoek van de Mayo Clinic College of Medicine (Verenigde Staten, 2010) dat meer dan de helft van de bijna drieduizend studenten die deelnamen aan het onderzoek, leed aan een burn-out.¹ Bij een onderzoek onder ruim vijfhonderd geneeskundestudenten in Brazilië werd bij bijna 40 procent een burn-out geconstateerd.² Naarmate studenten verder komen in de opleiding, lijken zij een groter risico te lopen op een burn-out.³ Onderzoek onder Nederlandse

geneeskundestudenten waarbij gebruik is gemaakt van het diagnostisch instrument MBI (zie *kader*) ontbrak nog.

Enquête

Eind 2011 startte het KNMG Studentenplatform, door middel van een digitale enquête, een onderzoek onder 2817 geneeskundestudenten van alle medische faculteiten en uit alle jaren. De resultaten, die onder meer vanwege de uitgebreide analyse, even op zich lieten wachten, zijn schokkend te noemen. Van de ondervraagde studenten waren er 1205 met hun coschappen begonnen. In de enquête werd onder meer gevraagd naar de werkdruk tijdens de studie en

het voorkomen van burn-outgerelateerde klachten.

41 procent van de coassistenten geeft in dit onderzoek aan dat ze de werkdruk tijdens de studie zwaar tot erg zwaar vinden. Van alle coassistenten ziet 26 procent de coschappen niet meer zitten. Voornaamste reden hiervoor (32%) is de angst om persoonlijk te falen, gevolgd

Faculteiten
moeten actie
ondernemen



door een te hoge werkdruk (31%). In de vragenlijst was tevens de Checklist Individuele Spankracht (CIS-20) opgenomen. Deze meet subjectieve vermoeidheid en gedragsaspecten die hieraan gerelateerd zijn. Voor de CIS-20 is een afkappunt van 76 punten vastgesteld. Boven dit afkappunt loopt de respondent een hoger risico om door ziekte – langdurig – uit te vallen. Maar liefst 23 procent van alle coassistenten blijkt een CIS-20-score van > 76 te hebben.

Het grootste deel van de coassistenten (84%) zou met burn-outverschijnselen eerst naar familieleden of vrienden gaan. Slechts 2 procent zou daarvoor in eerste instantie de daarvoor door de universi-

FEITEN OVER BURN-OUT

De meest gebruikte definitie beschrijft een burn-out als emotionele uitputting – gevoel van extreme vermoeidheid – en depersonalisatie – vervreemding ten opzichte van anderen – tezamen met gevoelens van afnemende bekwaamheid. Aan een burn-out gaat vaak een lange periode van burn-outgerelateerde klachten vooraf.⁵ Als deze klachten niet opgemerkt of serieus genomen worden en zich ontwikkelen tot een burn-out zijn de gevolgen niet mis. Burn-out is geassocieerd met langdurig verzuim, (blijvende) arbeidsongeschiktheid en verlies van werk. Daarbij hebben studenten die lijden aan een burn-out twee tot drie keer vaker suïcidale gedachten dan hun gezonde collega's. Met het genezen van de burn-out blijkt ook het risico op suïcide af te nemen.⁶

Veelal wordt de Maslach Burn-out Inventory (MBI) gebruikt als diagnostisch instrument. De MBI is de enige internationaal geteste en geaccepteerde test om objectief een burn-out vast te stellen.

teiten aangewezen vertrouwenspersonen benaderen. Ruim een kwart geeft daarnaast aan onvoldoende emotionele steun en begeleiding te ontvangen van vertrouwenspersonen, opleiders en docenten tijdens de coschappen.

Gevolgen

Naast de gevolgen voor het persoonlijk leven heeft een burn-out ook invloed op het functioneren op de werkvloer. Amerikaans onderzoek toont dat het professioneel gedrag van studenten lijdt onder een burn-out. Studenten met een burn-out vertonen significant meer onprofessioneel gedrag dan hun collega's. Zo werd vergeleken lichamelijk onderzoek aangemerkt als 'niet afwijkend' en werden laboratoriumtesten niet aangevraagd.¹ Daarbij zorgt een burn-out voor minder patiëntveiligheid en een lagere kwaliteit van zorg voor de patiënten van de coassistent in kwestie.⁴

Het feit dat één op de vier coassistenten zijn coschappen niet meer ziet zitten en een kwart van de coassistenten ernstige vermoeidheidsklachten vertoont moet een duidelijk signaal zijn naar alle betrokkenen. Het risico dat deze studenten uiteindelijk een burn-out krijgen en dat hierdoor de kwaliteit van zorg en de patiëntveiligheid in het geding komen, mag niet worden onderschat.

Het KNMG Studentenplatform roept medische faculteiten daarom op om actie te ondernemen. Het degelijk voorbereiden van coassistenten op de hoge werkdruk en stress van de coschappen zou een sleutelrol kunnen spelen. Hiervoor zou gebruik gemaakt kunnen worden van programma's die studenten leren met stress om te gaan en voldoende tijd in te plannen voor ontspanning. In Groot-Brittannië is een dergelijk programma voor iedere faculteit verplicht. Daarnaast dienen faculteiten ervoor te zorgen dat de vertrouwenspersoon bekend is bij alle studenten en voldoende kennis heeft van burn-outklachten om de student adequate ondersteuning te kunnen bieden. Het KNMG Studentenplatform pleit tevens voor gedegen onderzoek naar de prevalentie van burn-out onder coassistenten en naar de oorzaak van de klachten. Uiteraard is het van belang dat met deze informatie naar een structurele oplossing wordt gezocht om burn-out(gerelateerde klachten) onder studenten te voorkomen.

contact

studentenplatform@fed.knmg.nl
c.c.: redactie@medischcontact.nl

Geen belangenverstrengeling gemeld.

web

Eerdere MC-artikelen over dit onderwerp en de voetnoten vindt u bij dit artikel op medischcontact.nl.