



Letter to Editor

When Caregivers Need Care: The Hidden Challenges of Nurses in the Workplace

Mir Amirhossein Seyednazari¹ , Amir Mohammad Dorosti^{1*}

¹ Research and Technology Committee, Khoy School of Medical Sciences, Khoy, Iran

* **Corresponding author:** Amir Mohammad Dorosti, Research and Technology Committee, Khoy School of Medical Sciences, Khoy, Iran. Email: amirdorosti2006@gmail.com

DOI: [10.61882/jams.28.4.229](https://doi.org/10.61882/jams.28.4.229)

How to Cite this Article:

Seyednazari MA, Dorosti AM. When Caregivers Need Care: The Hidden Challenges of Nurses in the Workplace. *J Arak Uni Med Sci.* 2025;28(4): 229-31. DOI: [10.61882/jams.28.4.229](https://doi.org/10.61882/jams.28.4.229)

Received: 08.06.2025

Accepted: 01.09.2025

© 2024 Arak University of Medical Sciences

Keywords:

Burnout;
Nurse Mental Health;
Staff Shortage;
Workplace Violence;
Organizational Support;
Patient Safety;
Healthcare System

Letter to the Editor

Nurses, as one of the main pillars of the healthcare system, have always been at the forefront of delivering medical services. However, recent studies reveal that this professional group is facing serious challenges in terms of mental health and job satisfaction, largely due to structural and systemic failures in the workplace (1). Data from the COVID-19 pandemic underscore the severity of this issue, revealing high rates of burnout among nurses. 34.1% experienced emotional exhaustion, and 12.6% reported a loss of professional identity. These figures reflect not only a transient crisis but also chronic deficiencies within the healthcare system (2).

Key factors exacerbating nurse burnout include workforce shortages, inadequate resources, and workplace violence (3, 4). The global shortage of nurses is estimated at around 5.9 million, placing excessive pressure on the remaining staff. Additionally, lack of resources and specialized training, particularly during crises, significantly contribute to burnout risk. Workplace violence, particularly in emergency departments and psychiatric units, is on the rise, and many reports suggest that the actual number of incidents is much higher than what is officially recorded (2, 5).

The consequences of these conditions extend beyond individual nurse wellbeing, directly compromising patient care quality and safety. Meta-analyses have shown significant associations between nurse burnout and reduced patient safety, increased hospital-acquired infections, and medication errors (5). Furthermore, only 50% of nurses in 2021 felt that their organizations prioritized their health and safety (1).

The mental health crisis among nurses is also alarming. Rates of anxiety, depression, post-traumatic stress disorder (PTSD), and insomnia are considerably higher in this group compared to other professions. Predictive factors include understaffing, excessive workload, workplace violence, and lack of organizational support. In addition, the stigma surrounding mental health services acts as a major barrier for nurses seeking professional help (6).

Effective solutions include adjusting nurse-to-patient ratios, banning mandatory overtime, enforcing zero-tolerance policies against workplace violence, and strengthening managerial support. For example, California's implementation of minimum nurse-to-patient ratio laws has led to increased direct care time, better patient outcomes, and higher nurse retention. Emphasis must shift from merely increasing nurse numbers to retaining the current workforce—a crucial step in healthcare reform.

In conclusion, considering the critical importance of nurse wellbeing and its direct impact on patient care, structural and supportive reforms must be prioritized by health policymakers and administrators.

زمانی که مراقبان نیاز به مراقبت دارند: چالش‌های پنهان پرستاران در محیط کار

میر امیرحسین سیدنظری^۱ ID، امیرمحمد درستی^۱ ID

^۱ کمیته تحقیقات و فناوری و دانشجویی، دانشکده علوم پزشکی خوی، خوی، ایران

* نویسنده مسئول: امیرمحمد درستی، دانشکده علوم پزشکی خوی، خوی، ایران. ایمیل: amirdorosti2006@gmail.com

DOI: 10.61882/jams.28.4.229

واژگان کلیدی:	تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۱۸
فرسودگی شغلی؛	تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۱۰
سلامت روان پرستاران؛	
کمبود نیرو؛	تمامی حقوق نشر برای دانشگاه
خشونت شغلی؛	علوم پزشکی اراک محفوظ است.
حمایت سازمانی؛	
ایمنی بیمار؛	
نظام سلامت	

ارجاع: سید نظری میر امیرحسین، درستی امیرمحمد. زمانی که مراقبان نیاز به مراقبت دارند: چالش‌های پنهان پرستاران در محیط کار. مجله دانشگاه علوم پزشکی اراک ۲۸ (۴): ۲۲۹-۲۳۱.

نامه به سردبیر

پرستاران به عنوان یکی از ارکان اصلی نظام سلامت، همواره در خط مقدم ارائه خدمات درمانی قرار داشته‌اند. با این حال، مطالعات اخیر نشان می‌دهد که این گروه حرفه‌ای با چالش‌های جدی در زمینه سلامت روان و رضایت شغلی مواجه هستند که عمدتاً ناشی از شکست‌های ساختاری و سیستمی در محیط‌های کاری است (۱). بر اساس بررسی‌های انجام‌شده طی همه‌گیری کووید-۱۹، شیوع فرسودگی شغلی در میان پرستاران بسیار بالا گزارش شده است؛ به طوری که ۳۴/۱ درصد از پرستاران، خستگی عاطفی و ۱۲/۶ درصد، بی‌هویتی حرفه‌ای را تجربه کرده‌اند. این آمار نه تنها نشان‌دهنده بحران موقتی، بلکه بازتابی از غارسایی‌های مزمن در نظام سلامت است (۲).

از جمله عوامل کلیدی که موجب تشدید فرسودگی شغلی پرستاران می‌شود، کمبود نیروی انسانی، ناکافی بودن منابع و مواجهه با خشونت در محیط کار است (۳، ۴). کمبود پرستار در سطح جهانی به حدود ۵/۹ میلیون نفر تخمین زده می‌شود و این کمبود، فشار مضاعفی بر پرستاران باقی‌مانده وارد می‌کند. همچنین، کمبود منابع و آموزش‌های تخصصی به ویژه در دوران بحران، به عنوان عامل خطر مهم در افزایش فرسودگی شغلی محسوب می‌شود. خشونت در محیط کار نیز، به ویژه در بخش‌های اورژانس و روان‌پزشکی، به شدت در حال افزایش است و اغلب گزارش‌ها نشان می‌دهد که تعداد واقعی این وقایع بسیار بیشتر از موارد ثبت‌شده است (۲، ۵).

پیامدهای این شرایط تنها به سلامت فردی پرستاران محدود نمی‌شود، بلکه کیفیت و ایمنی مراقبت از بیماران را نیز به خطر می‌اندازد. مطالعات متاآنالیز نشان داده‌اند که بین فرسودگی شغلی پرستاران و کاهش ایمنی بیماران، افزایش عفونت‌های بیمارستانی و خطاهای دارویی رابطه معناداری وجود دارد (۵). همچنین، تنها ۵۰ درصد از پرستاران در سال ۲۰۲۱ احساس می‌کردند که سازمان‌هایشان به سلامت و ایمنی آن‌ها اهمیت می‌دهند (۱).

بحران سلامت روان در میان پرستاران نیز قابل توجه است؛ به طوری که شیوع اضطراب، افسردگی، اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) و بی‌خوابی در این گروه به مراتب بیشتر از سایر مشاغل است. عوامل پیش‌بینی‌کننده این وضعیت شامل کمبود نیرو، حجم کاری غیرقابل تحمل، خشونت در محل کار و فقدان حمایت سازمانی است. علاوه بر این، انگ ناشی از پیگیری خدمات سلامت روان، مانعی جدی برای مراجعه پرستاران به خدمات تخصصی محسوب می‌شود (۶).

راهکارهای مؤثر در این زمینه شامل اصلاح نسبت پرستار به بیمار، ممنوعیت اضافه کاری اجباری، پیاده‌سازی سیاست‌های عدم تحمل خشونت و تقویت حملات‌های مدیریتی است. تجربه لیلالت کالیفرنیا در تعیین حداقل نسبت پرستار به بیمار، منجر به افزایش زمان مراقبت مستقیم پرستاران و بهبود نتایج بیماران و حفظ پرستاران شده است. تأکید بر سیاست‌های حفظ نیرو به جای صرفاً افزایش تعداد پرستاران، ضرورتی انکارناپذیر در بهبود نظام سلامت است.

سهم نویسندگان

تمامی نویسندگان در طراحی این مقاله، ارائه مطالب علمی، تهیه نسخه خطی و تجدیدنظر نسخه نهایی به صورت مساوی مشارکت داشته‌اند.

تضاد منافع

بنابر اظهار نویسندگان، این مقاله تعارض منافع ندارد.

در پایان، پیشنهاد می‌شود با توجه به اهمیت سلامت پرستاران و تأثیر مستقیم آن بر کیفیت مراقبت از بیمار، سیاست‌گذاران و مدیران نظام سلامت، اصلاحات ساختاری و حمایتی را در اولویت قرار دهند.

تشکر و قدردانی

نویسندگان از دانشکده علوم پزشکی خوی کمال تشکر را دارند.

References

1. Wells SK. The Impact of Nurses' Work Environment on Mental Health and Suicide. *Critical Care Nurse*. 2024;44(3):6-8. [pmid: 38821524](#) [doi: 10.4037/ccn2024726](#).
2. Galanis P, Vraika I, Fragkou D, Bilali A, Kaitelidou D. Nurses' burnout and associated risk factors during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis. *J Adv Nurs*. 2021;77(8):3286-302. [pmid: 33764561](#) [doi: 10.1111/jan.14839](#)
3. Jones CB, Sousane Z, Mossburg S. Addressing workplace violence and creating a safer workplace. *Addressing Workplace Violence and Creating a Safer Workplace*. 2023.
4. Wang S, Luo G, Ding X, Ma X, Yang F, Zhang M, et al. Factors associated with burnout among frontline nurses in the post-COVID-19 epidemic era: a multicenter cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2024;24(1):688. [pmid: 38438971](#) [doi: 10.1186/s12889-024-18223-4](#)
5. Li LZ, Yang P, Singer SJ, Pfeffer J, Mathur MB, Shanafelt T. Nurse burnout and patient safety, satisfaction, and quality of care: a systematic review and meta-analysis. *JAMA Netw Open*. 2024;7(11):e2443059. [pmid: 39499515](#) [doi: 10.1001/jamanetworkopen.2024.43059](#)
6. State of the world's nursing 2025: investing in education, jobs, leadership and service delivery. World Health Organization; 2025.