

**WYPALENIE ZAWODOWE  
W ŚWIETLE ZMIAN ZWIĄZANYCH Z WPROWADZENIEM  
ICD – 11**

**ANALIZA STANU FAKTYCZNEGO  
(wrzesień 2021)**

Lek. Wiktor Buczek  
psychiatra  
Partner Transition Group

## **Wiktor Z. Buczek MD, MBA**

Lekarz psychiatra, Warszawski Uniwersytet Medyczny  
Partner, Konsultant, Transition Group

Artykuł w LinkedIn, 20.09.2021

**14 września jest Międzynarodowym Dniem Walki z Wypaleniem Zawodowym. W sieci pojawiła informacja o tym, że WHO umieściła wypalenie zawodowe w Międzynarodowej Klasyfikacji Chorób (ICD-11) oraz, że będzie możliwe uzyskanie z tego powodu zwolnienia lekarskiego. Czy na pewno?**

**Zapraszam do zapoznania się z moim podsumowaniem tematu i do komentowania meritum sprawy. Opinie prawników szczególnie mile widziane.**

**#WHO #ICD #ICD-10 #Z73.0 #ICD-11 #QD85 #Wypalenie #Burnout #Wellbeing #Freudenberger #Maslach #TR/10/017-019 #ZUS #ZLA #e-ZLA #L4 #vacatiolegis #procespracy #relacje #resillience #rezyliencja #odpornośćnastres #środowiskopracy #stres #przewlekłystres #streswmięscupracy #ubytekenergii #wyczerpanie #dystanspsychiczny #negatywizm #cynizm #brakskuteczności #brakosiągnięć**

Zaintrygowała mnie ta wiadomość. Przez lata byłem menedżerem. Wróciłem do zawodu lekarza. Jestem lekarzem specjalistą psychiatrą. Organizacje biznesowe znam od wewnątrz. Uczestniczyłem lub byłem obserwatorem prawie wszystkiego, co się dzieje w organizacjach. Przychoǳą do mnie pacjenci, którzy zwierzają się, czego doświadcniają w pracy, co powoduje w nich lęk, wywołuje depresję, doprowadza do rozpacz, niemocy, wymiotów w drodze od pracy, bólu pleców, a nawet do zaburzeń dysocjacyjnych. Dobrze ich rozumiem.

Jestem zwolennikiem humanizmu w życiu i w pracy. Uważam, że tzw. Wellbeing (szczególnie dobrostan psychiczny) jest bardzo ważny w życiu każdego człowieka, ponieważ "wszystko zaczyna się w głowie". Dlatego, jestem zwolennikiem równowagi między życiem zawodowym a osobistym, której – bywa – pracownicy nie mają, ze względu na kult wydajności. Nie żyjemy w łatwym świecie. Odpoczynek, urlop, a nawet zwolnienie lekarskie odgrywają ważną rolę w utrzymaniu homeostazy życia. Moim zadaniem jest pomóc pacjentom w najlepszy możliwy sposób. Kiedy więc zwolnienia lekarskie są uzasadnione i potrzebne – jestem za.

Zwrócił moją uwagę trend publicystyczny, który wygenerował wiele wypowiedzi. Można podążać za interpretacją łatwą, choć nie zawsze dokładną, bądź wręcz nieprawdziwą,

można podążać za prawdą, choć nie zawsze jest to łatwe (**patrz: ilustracja umieszczona w pierwszym komentarzu pod artykułem**). Wybór należy do nas.

## 1. WYPALENIE W ICD-10.

Po raz pierwszy syndrom wypalenia zawodowego opisał Herbert Freudenberger w 1974 r. [1] Niezależnie i równolegle, zagadnieniem tym zajmowała się Christina Maslach, która o wypaleniu napisała w 1976 r. [2]

W 1983 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) wprowadziła Międzynarodową Klasyfikację Chorób i Problemów Zdrowotnych, wersję 10, tzw. ICD-10. [3] W tejże klasyfikacji umieszczono pozycję Z73.0 – Wypalenie się (Stan wyczerpania życiowego). [4] [5]

Warto zauważyć, w którym miejscu klasyfikacji ICD-10 umieszczono wypalenie. Rozdział XXI „Czynniki wpływające na stan zdrowia i kontakt ze służbą zdrowia (Z00-Z99)”. [6], [str. 723](#)

Poniżej fragmenty ICD-10, objaśniające rolę tego rozdziału: „Kategorie Z00–Z99 są przeznaczone do stosowania w sytuacjach, gdy u danej osoby za „rozpoznanie” lub „problemy” uznano **okoliczności inne niż choroby** (...) W zasadzie może to mieć miejsce w następujących dwóch przypadkach: (...) b) **Gdy występują okoliczności** lub problemy **wpływające na stan zdrowia danej osoby, lecz same w sobie nie stanowiące choroby** ani urazu. (...)”

## 2. WYPALENIE W ICD-11.

ICD-11 była opracowywana od ponad 10 lat [7]. 25 maja 2019 r. została przedstawiona na 72 Światowym Zgromadzeniu Zdrowia [7], a WHO nadała temu rozgłos [8]. Ruszyły media [9], [10], [11], [12] Wikipedia [13] opisuje tamto zjawisko następująco: „W maju 2019 r. **wiele mediów błędnie podało**, że wypalenie zawodowe zostało *de novo* dodane do ICD-11. W rzeczywistości wypalenie zawodowe znajduje się również w ICD-10 (Z73.0), aczkolwiek tylko z krótką, jednozdaniową definicją. W ICD-11 znajduje się dłuższe podsumowanie i wyraźnie zaznaczono, że kategoria ta powinna być stosowana tylko w kontekście zawodowym.” (*tłumaczenie własne*).

***W ICD-11 nowe jest podejście do wypalenia, które polega na tym, że powiązано wypalenie wprost z czynnikami ze środowiska pracy: „Wypalenie zawodowe odnosi się w szczególności do zjawisk zachodzących w kontekście zawodowym i nie powinno być stosowane do opisu doświadczeń w innych dziedzinach życia.” [14] (tłumaczenie własne)***

Opisano wypalenie szerzej, niż w ICD-10, wykorzystując kryteria opracowane przez Maslach [15], [16]: (1) uczucie ubytku energii lub wyczerpania, (2) zwiększony dystans psychiczny wobec własnej pracy lub poczucie negatywizmu lub cynizmu związanego z pracą, (3) poczucie braku skuteczności i braku osiągnięć. (*tłumaczenie własne*).

W ICD-11 wypalenie umieszczone jest w:

- **rozdziale "24. Czynniki wpływające na stan zdrowia lub kontakt ze służbą zdrowia"**
- grupie "**Czynniki wpływające na stan zdrowia**"
- sekcji "**Problemy związane z zatrudnieniem lub bezrobociem**". (*tłumaczenie własne*)

**Wypalenie** oznaczono kodem QD85 i opisano jako "zespół, którego koncepcja zakłada, że **jest ono wynikiem przewlekłego stresu w miejscu pracy**, z którym nie udało się skutecznie poradzić." [14] (*tłumaczenie własne*)

Tłumaczenie własne, ponieważ nie opublikowano jeszcze oficjalnej, polskiej wersji ICD-11.

### 3. KIEDY ICD-11 W POLSCE?

W marcu 2021 zapadła decyzja [18] o dofinansowaniu projektu „Poprawa jakości informacji medycznej dzięki wzrostowi kompetencji, wiedzy oraz umiejętności pracowników podmiotów leczniczych w zakresie prawidłowego posługiwania się klasyfikacją ICD-11 (I etap prac).”.

Jednym z celów tego projektu jest przetłumaczenie ICD-11 na język polski i opracowanie jej zgodnie ze standardami informatycznymi obowiązującymi w polskiej ochronie zdrowia.

W opisie projektu wskazuje się, że a jego **realizacja zakończy się w 30 czerwca 2023 r.** [18]

ICD-11 zacznie obowiązywać od dnia 1 stycznia 2022 r., natomiast Polska, podobnie jak pozostałe państwa, ma **5-letni okres przejściowy na jej wdrożenie** [17].

Do czasu wdrożenia ICD-11, będzie obowiązywała w Polsce ICD-10, w wersji 2008, na mocy umowy wiążącej Polskę z WHO, o sygnaturze TR/10/017-019. [17]

#### 4. ICD-11, A ZWOLNIENIA LEKARSKIE Z ROZPOZNANIEM WYPALENIA ZAWODOWEGO.

Uważna lektura Press Release WHO [8], z dnia 28 maja 2019 r., prowadzi nas do zapisów:

**„Nie jest klasyfikowane jako stan chorobowy.” oraz „(...) który obejmuje powody, dla których ludzie kontaktują się ze służbą zdrowia, ale które nie są klasyfikowane jako choroby lub warunki zdrowotne.”** (tłumaczenie własne).

Z tych zapisów wynika, że **wypalenie zawodowe NIE JEST CHOROBA**. To, że określono wypalenie słowem „syndrome”, czyli „zespół”, wobec powyższego ma znaczenie drugorzędne i nieistotne. **WHO sama, wprost, rozstrzyga, czy wypalenie jest, czy nie jest chorobą. NIE JEST!**

Zatem, słowo „zespół” oznacza w tym przypadku zespół psychopatologiczny (kliniczny), który „jest zbiorem powiązanych objawów występujących w naturalnych warunkach wspólnie.” [19].

#### 5. PRACA LEKARZA.

Lekarz wykonuje swój zawód zgodnie z Ustawą z dnia 5 grudnia 1996 r. o zawodach lekarza i lekarza dentysty.[20]

Art. 2.1. przedmiotowej ustawy brzmi:

„Wykonywanie zawodu lekarza polega na udzielaniu przez osobę posiadającą wymagane kwalifikacje, potwierdzone odpowiednimi dokumentami, świadczeń zdrowotnych, w szczególności: badaniu stanu zdrowia, **ROZPOZNAWANIU CHOROÓB** i zapobieganiu im, leczeniu i rehabilitacji chorych, udzielaniu porad lekarskich, a także wydawaniu opinii i orzeczeń lekarskich.”

Tzw. zwolnienie lekarskie to „orzeczenie lekarskie o tymczasowej niezdolności do pracy”. Lekarz poświadczając swoje orzeczenie wypełniając formularz ZUS, wzór e-ZLA. W formularzu e-ZLA znajduje się pole 18. – miejsce na wpisanie zakodowanego rozpoznania. Pole 18. opisane jest następująco: „Numer statystyczny **CHOROBY**”. [21]

Przy okazji – tzw. L4, to formularze, których już nie używamy od lat, nazwa przetrwała jedynie w języku potocznym.

## PODSUMOWANIE

- Zwolnienia lekarskie wystawia się z powodu choroby, a wypalenie nie jest chorobą
- 5-letnie *vacatio legis*, od 1 stycznia 2022 r.
- Trwają prace nad polską wersją ICD-11 – prognozowane do 30 czerwca 2023 r.

## WNIOSKI

- Po wprowadzeniu ICD-11 do powszechnego stosowania, wystawianie zwolnień lekarskich z powodu wypalenia nie będzie możliwe. Powszechne, odmienne przekonanie w tej sprawie, jest błędne.
- Do czasu przyjęcia polskiej wersji ICD-11, będziemy używali klasyfikacji ICD-10 [17]
- Prognozowana data zakończenia prac nad polską wersją – 30 czerwca 2023 r. [18]
- Niewykluczone, że prace adaptacyjne nad ICD-11 się wydłużą
- *Vacatio legis* do 01 stycznia 2027 r. [17]

## POSŁOWIE

Ta dyskusja ma ogromne znaczenie z punktu widzenia szerzenia wiedzy na temat wypalenia zawodowego i jego konsekwencji. Zjawisko wypalenia zawodowego jest niestety coraz częstszym problemem pracownika.

Obowiązkiem pracodawcy jest działanie profilaktyczne, a więc zaprojektowanie procesu pracy, środowiska pracy i jego kontrola na poziomie organizacyjnym. Ma to zapobiegać wypaleniu zawodowemu. Niezwykle ważne są właściwe relacje przełożonych i podwładnych, jak i wzajemne relacje kolegów.

Kluczowe jest odpowiedzialne kształtowanie przez pracodawcę warunków realizacji pracy przez pracowników.

Przeciążenie pracą, złe traktowanie, wadliwie zaprojektowany proces pracy, brak autonomii, dyskryminacja, nieuczciwe wynagradzanie i wiele innych przyczyn powodują znaczące zwiększenie ryzyka wystąpienia tego zjawiska, poprzez generowanie przewlekłego stresu.

Rozmaite dolegliwości zdrowotne – psychiczne, ale też fizyczne będą szczególnie dotkliwe, jeśli pracownik nie ma wystarczających umiejętności kompensacyjnych w radzeniu sobie ze stresem. Wobec tego – psychoedukacja na poziomie indywidualnym jest bardzo ważna.

Bardzo ważne jest podejście oparte na faktach, aby psychoedukacja była prowadzona w sposób rzetelny. Ma to znaczenie zarówno dla pracownika, jak i pracodawcy. Również lekarz, którego rolą jest opieka nad pacjentem, może dzięki temu lepiej realizować swoją misję.

Ta dyskusja, niezależnie od kontekstu prawnego, czy lekarskiego, ma również pokazać, że pracownik powinien mieć możliwość, żeby funkcjonować w środowisku uczciwym i transparentnym.

### Referencje:

1. Freudenberger H.J., Staff burn-out. Journal of Social Issues 1974, 30, 159-165. <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
2. Maslach C., Burned-out. Human Behavior 1976, 5, 16-22. [https://www.researchgate.net/publication/263847499\\_Burned-Out](https://www.researchgate.net/publication/263847499_Burned-Out)
3. Wikipedia; <https://en.wikipedia.org/wiki/ICD-10>; dostęp 2021.10.01
4. WHO; ICD-10; <https://icd.who.int/browse10/2019/en#/Z70-Z76>; dostęp 2021.10.01
5. Główny Urząd Statystyczny; ICD-10, Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych, Rewizja dziesiąta. <https://stat.gov.pl/Klasyfikacje/doc/icd10/pdf/ICD10TomI.pdf>; dostęp 2021.10.01
6. Główny Urząd Statystyczny; ICD-10, Międzynarodowa Statystyczna Klasyfikacja Chorób i Problemów Zdrowotnych, Rewizja dziesiąta. <https://stat.gov.pl/Klasyfikacje/doc/icd10/pdf/ICD10TomI.pdf>, str. 723; dostęp 2021.10.01
7. Lancet; Editorial, The Lancet 2019, 353, 10188, 2275. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)31205-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)31205-X)
8. WHO; <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>; dostęp 2021.10.01
9. Prior R (28 May 2019). "Burnout is an official medical diagnosis, World Health Organization says". CNN. Archived from the original on 29 March 2020. <https://edition.cnn.com/2019/05/27/health/who-burnout-disease-trnd/index.html>
10. Degges-White S (28 May 2019). "Burnout is Officially Classified as ICD-11 Syndrome". Psychology Today. Archived from the original on 11 January 2020. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/lifetime-connections/201905/burnout-is-officially-classified-icd-11-syndrome>
11. "WHO adds burnout to ICD-11". Healio. 28 May 2019. Archived from the original on 28 May 2019. <https://www.healio.com/news/psychiatry/20190528/who-adds-burnout-to-icd11>

12. Berg S (23 July 2019). "WHO adds burnout to ICD-11. What it means for physicians". ama-assn.org. American Medical Association. Archived from the original on 28 July 2019. <https://www.ama-assn.org/practice-management/physician-health/who-adds-burnout-icd-11-what-it-means-physicians>
13. Wikipedia; <https://en.wikipedia.org/wiki/ICD-11#Burn-out>; dostęp 2021.10.04
14. WHO; ICD-11; <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>; dostęp 2021.10.01
15. Pines A, Maslach C., Characteristics of Staff Burnout in Mental Health Settings, Hospital & community psychiatry [Hosp Community Psychiatry] 1978 Apr; Vol. 29 (4), pp. 233-7. <https://ps.psychiatryonline.org/doi/abs/10.1176/ps.29.4.233>
16. Maslach C., Leiter M., Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry, World Psychiatry 2016 Jun; 15(2):103-111 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4911781/>
17. Ministerstwo Zdrowia; <https://www.gov.pl/attachment/377b8638-2123-4428-a6a5-25bc4bef3f7a>; dostęp 2021.10.04
18. GOV.PL; <https://www.zdrowie.gov.pl/aktualnosc-3879-ruszaja-prace-nad-opracowaniem-polskiej.html>; dostęp 2021.10.04
19. Rybakowski J., Pużyński S., Wciórka J., Psychiatria, Tom 1 (Podstawy psychiatrii), Elsevier, Urban&Partner, 2010, str. 310, ISBN 978-83-7609-102-0
20. Ustawa z dnia 5 grudnia 1996 r. o zawodach lekarza i lekarza dentystry, Dz. U. 1997 Nr 28 poz. 152; <https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/download.xsp/WDU19970280152/U/D19970152Lj.pdf>; dostęp 2021.10.01
21. OBYWATEL.GOV.PL; <https://obywatel.gov.pl/documents/10181/0/e-ZLA-ZUS.pdf/47ce029c-ced0-4669-bab3-5c6e4d6a25a7>