Letter to editor
Journal of Medical Council of Iran, Volume 43, Issue 3 , 2025
https://doi.org/10.22034/43.3.95

Frontline of Humanity; Supporting Mental Health of Healthcare Workers During Wartime Crises

Abstract

During wartime crises, healthcare providers in the country assume critical responsibilities under the most challenging conditions. However, the psychological stress caused by high workload, concern for family safety, and persistent crisis-related anxiety can seriously affect their mental well-being. The psychological health of physicians, nurses, and other caregivers is not only a human right but also a determinant of public healthcare quality. This letter highlights the psychological challenges faced by medical staff during war and proposes simple, low-cost, and practical support strategies. These include establishing confidential consultation lines, creating rest spaces, promoting peer communication, offering stress management education, and fostering public appreciation of healthcare workers. Supporting the mental well-being of this devoted group is a key factor in sustaining healthcare system functionality and enhancing national resilience during emergencies.

Keywords: Mental health, Physicians and nurses, Wartime crisis, Psychological support, Medical ethics

Mahmoud Khodabandeh[1]*, Mohamad-Taghi Majnoon[2]

[1] Associate Professor, Pediatric Infectious Diseases Subspecialist, Children's Medical Center, Tehran University of Medical Sciences, Pediatric Center of Excellence, Tehran, Iran
[2] Assistant Professor, Pediatric Cardiology Subspecialist, Children's Medical Center, Tehran University of Medical Sciences, Pediatric Center of Excellence, Tehran, Iran

*** Corresponding Author**
Iranian Children's Medical Center, Faculty of Medicine, University of Tehran, Tehran, Iran
Email:khodabandeh@farabi.tums.ac.ir

Received: Jul 30 2025
Accepted: Aug 31 2025

Citation to this article
Khodabandeh M, Majnoon MT. Frontline of Humanity; Supporting Mental Health of Healthcare Workers During Wartime Crises. *J Med Counc Iran.* 2025;43(3):95-97.

[Downloaded from jmciri.ir on 2026-11-29]

[DOI: https://doi.org/10.22034/43.3.95]

Copyright 2025, Journal of Medical Council of Iran.
This work is licensed under a Creative Commons Attribution–NonCommercial 4.0 International License.

نامه به سردبیر
Journal of Medical Council of Iran, Volume 43, Issue 3, 2025
https://doi.org/10.22034/43.3.95

پزشکان در خط مقدم انسانیت؛ توجه به سلامت روان کادر درمان در بحران‌های جنگی

محمود خدابنده[1*]، محمدتقی مجنون[2]

[1] دانشیار، فوق تخصص بیماری‌های عفونی کودکان، مرکز طبی کودکان، دانشگاه علوم پزشکی تهران، قطب علمی کودکان کشور، تهران، ایران
[2] استادیار، فوق تخصص قلب کودکان، مرکز طبی کودکان، دانشگاه علوم پزشکی تهران، قطب علمی کودکان کشور، تهران، ایران

*** نشانی نویسنده مسئول:**
مرکز طبی کودکان ایران، دانشکده پزشکی دانشگاه تهران، تهران، ایران
نشانی الکترونیک:
khodabandeh@farabi.tums.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۴۰۴/۰۵/۰۸
تاریخ پذیرش: ۱۴۰۴/۰۶/۰۹

در طول تاریخ، جنگ‌ها همواره با آسیب‌های جسمی و روانی گسترده‌ای همراه بوده‌اند؛ آسیب‌هایی که تنها متوجه میدان‌های نبرد نبوده، بلکه به عمق خانه‌ها، بیمارستان‌ها و جوامع نیز نفوذ کرده‌اند. در چنین شرایطی، پزشکان، پرستاران و نیروهای درمانی در صف نخست مواجهه با بحران قرار می‌گیرند و بی‌وقفه در کنار مردم می‌مانند.

در حالی که فضای عمومی جامعه دستخوش نگرانی، فشار روانی و محدودیت‌های عملیاتی است، کادر درمان همچنان در مراکز درمانی حضور دارند و نقشی فراتر از وظیفه حرفه‌ای خود ایفا می‌کنند. اما باید پذیرفت که این نقش حیاتی، با فشارهای روحی قابل توجهی همراه است. پزشک و پرستاری که بار جسمی و روانی مراقبت از بیماران را بر دوش می‌کشد، هم‌زمان ممکن است درگیر نگرانی درباره خانواده خود، فشار کاری مضاعف، احساس ناتوانی در برخی شرایط و کمبود منابع نیز باشد.

تجربه جهانی و مطالعات بین‌المللی حاکی از آن است که کارکنان سلامت در بحران‌های جنگی در معرض اختلالات روانی همچون اضطراب، بی‌خوابی، فرسودگی هیجانی و در مواردی آسیب اخلاقی قرار می‌گیرند (۱،۲). این آسیب‌ها ممکن است به صورت خاموش و تدریجی بروز کنند و در صورت بی‌توجهی، منجر به افت کیفیت خدمات درمانی یا حتی کناره‌گیری شغلی شوند.

در کشور ما نیز، در مواجهه با شرایط بحرانی، جامعه پزشکی با صلابت و تعهد ایستادگی کرده و همواره در خط مقدم حفظ سلامت جامعه بوده است. با این حال، سلامت روان این مدافعان بی‌ادعای نظام سلامت، نیازمند توجه و پشتیبانی عملی و معنادار است.

این حمایت‌ها، برخلاف تصور عمومی، نباید صرفاً به شکل برنامه‌های پیچیده یا پرهزینه تعریف شوند. گاه، تنها یک رفتار انسانی ساده می‌تواند تفاوتی بزرگ ایجاد کند. گفت‌وگوی صمیمانه مدیر بخش با پرسنل، پیام تشکر ساده از زبان مسئول یک مرکز، فرصت استراحت واقعی در شیفت‌های سنگین، یا مشاوره محرمانه تلفنی، همگی اقداماتی ساده اما اثرگذارند. به عنوان نمونه، در برخی کشورها، راه‌اندازی اپلیکیشن‌های مشاوره شبانه‌روزی برای کادر درمان، تأثیر قابل توجهی در کاهش استرس و افزایش رضایت شغلی گزارش کرده است.

پیشنهادهای قابل اجرا در زمان بحران جنگ:

۱. راه‌اندازی خط مشاوره تلفنی محرمانه ویژه کادر درمان، با پاسخگویی روان‌شناس یا پزشک آموزش‌دیده.
۲. ایجاد فضای گفتگوی درون بخشی و جلسات منظم شنیدن نگرانی‌ها، با حمایت مدیریت بیمارستان.
۳. فراهم کردن امکان استراحت کوتاه اما مؤثر در شیفت‌های فشرده، مانند اختصاص یک اتاق آرامش با نور ملایم و فضای آرام.
۴. برگزاری کارگاه‌های کوتاه مهارت‌های مقابله با استرس، حتی در فضای آنلاین یا از طریق بروشورهای

[Downloaded from jmciri.ir on 2026-11-29]
[DOI: https://doi.org/10.22034/43.3.95]

Copyright 2025, Journal of Medical Council of Iran.
This work is licensed under a Creative Commons Attribution–NonCommercial 4.0 International License.

آموزشی کاربردی.

۵. ترویج عمومی قدردانی از کادر درمان در رسانه‌های جمعی و محلی، با هدف افزایش امید و تاب‌آوری روانی آنان.

در روزهایی که سلامت عمومی در معرض تهدید است، پزشکان و پرستاران بیش از همیشه ستون‌های پایداری جامعه‌اند. وظیفه ما، به‌عنوان جامعه‌ای اخلاق‌محور و قدردان، آن است که نه‌تنها از تلاش بی‌وقفه آن‌ها یاد کنیم، بلکه زمینه‌ای فراهم آوریم تا آنان نیز از حمایت لازم، به‌ویژه در بعد روانی، برخوردار باشند.

شاید تمام آنچه یک پزشک در بحران نیاز دارد، نه ابزار جدید، که شنیده شدن، درک شدن و همراهی صادقانه باشد. اکنون زمان آن است که با رویکردی انسانی، واقع‌گرایانه و مسئولانه، به سلامت روان مدافعان سلامت توجه کنیم؛ چرا که سلامت آن‌ها، ضامن تداوم کیفیت خدمات درمانی برای همگان است.

منابع

1. World Health Organization. Mental health in emergencies [Internet]. Geneva: WHO; 2022 [cited 2025 Jul 29]. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-in-emergencies

2. Salem A, Rosen A, Alharazi I, Gamallat Y, et al. Healthcare accessibility in yemen's conflict zones: comprehensive review focused on strategies and solutions. Conflict and Health 2025;19(42):2-13.

[Downloaded from jmciri.ir on 2026-11-29]

[DOI: https://doi.org/10.22034/43.3.95]