

LĪDZESTĪBA

1. (*Medicīnā*) Ārsta un pacienta abpusēja sadarbība un sapratne, savstarpēja uzticība, kas nodrošina vislielāko ārstniecisko efektu.
2. (*Sociālajā darbā*) Savstarpēja sadarbība, sapratne un uzticība darbā ar klientu.

Avots: Sociālā darba terminoloģijas vārdnīca. Rīga, Sociālā darba un sociālās pedagoģijas augsskola «Attīstība», 2000.

Tikai līdzestība nodrošina saikni starp efektīvu terapiju un efektīvu slimības kontroli, sekmējot labāku pacienta dzīves kvalitāti.

Kas ir līdzestība?

Līdzestība ir produktīva pacienta un ārstniecības personu sadarbība, kas balstīta uz savstarpēju cieņu, uzticēšanos un ieinteresētību pozitīvā ārstēšanas rezultātā gan no slimnieka, gan ārstniecības personu puses.

Taču līdzestību var veicināt arī pacienta ģimenes locekļi (bet dažreiz - NEveicināt) un sadarbība ar farmaceitu.

Līdzestība ir būtiska jebkuras saslimšanas ārstēšanā.

Kas ir līdzestība?

Līdzestība ir abpusēja sadarbība starp ārstniecības personu un pacientu, ko ietekmē dažādi faktori.

No vienas puses ir ārstniecības personas sniegtā informācija pacientam un pacienta ieinteresētība par savu veselību un spēja uz klausīt.

No otras puses ir ārstniecības personas prasme veidot kontaktu, un pacienta vēlme ieklausīties un risināt savu problēmu.

Kas ir līdzestība?

Aktīva līdzestība ir viens no veiksmes sturakmeņiem; tai nepietiek ar to, ka pacienta uzvedība atbilst ārsta sniegtajām rekomendācijām.

Tai nepieciešami:

- motivācija,
- uzticēšanās,
- zināšanas,
- izpratne,
- pastāvīgs atbalsts.

Līdzestība praksē

Līdzestība ir ne vien regulāra ieteikto medikamentu lietošana un sekošana ārsta rekomendācijām, bet vēl jo vairāk ārsta ieteikumu ņemšana vērā tādos aspektos kā smēķēšanas un alkohola atmešana, veselīga un uzturvielām bagāta ēdienkarte ikdienā, fiziskās aktivitātes, liekā svara samazināšana.

Pacientu līdzestība pārejai uz veselīgu dzīvesveidu (dažkārt) ir vēl krietni mazāka, nekā līdzestība sarežģītai medikamentozai terapijai.

Līdzestība praksē

Pacienta veiksmīga izveseļošanās lielā mērā atkarīga no diviem galvenajiem komponentiem - pašam cilvēkam ir jāvēlas izveseļoties un aktīvi jāiesaistās ārstēšanas procesā.

Pirmais līdzestības solis ir savlaicīga došanās pie ārsta. Un te nu grēko ļoti daudzi.

Otrais līdzestības solis ir kopīga lēmuma pieņemšana.

Trešais solis līdzestībā ir norādījumu un rekomendāciju ievērošana pēc ārstēšanās.

Līdzestība praksē

Pacienti skaidro nelīdzestības iemeslus

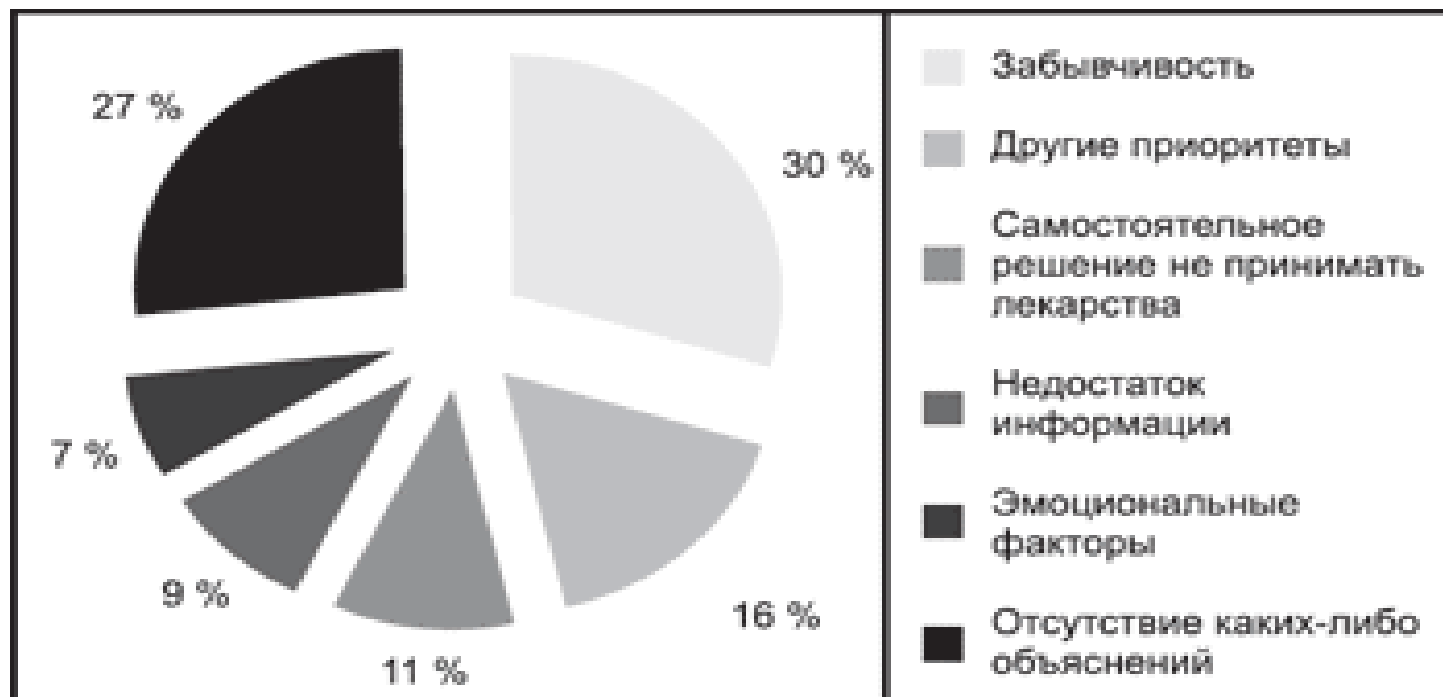


Рисунок 1. Причины несоблюдения больными предписанного режима лечения (по результатам опроса пациентов)

Līdzestība praksē

Nepietiekama pacientu līdzestība ir viens no galvenajiem iemesliem, kas ***būtiski traucē teju vai visu hronisku slimību efektīvu kontroli***. Dažādi pētījumi liecina par atšķirīgu līdzestības pakāpi: robežās no 30% līdz 70%. Līdzestības trūkumu rada dažādu iemeslu kopums – neregulāra zāļu lietošana un to nepareiza ievadīšana ir tikai daži no tiem.

NEAPZINĀTA NELĪDZESTĪBA

Neapzinātu NE-līdzestību visbiežāk rada situācija, kad komunikācija starp pacientu un ārstu nav bijusi īsti skaidra un precīza vai pacients bez apzināta nodoma neievēro ārsta norādījumus un terapijas plānu.

Neapzinātās jeb «neizglītotās» NE-līdzestības biežākie cēloņi ir nepietiekama vai kļūdaina izpratne par zāļu lietošanas režīmu un devu, nepareiza inhalatoru, pilnšļirču, injektoru lietošana, iekšķīgi ieņemamo zāļu nepareiza šķīdināšana vai uzderšana ar šķidrumu u.c...

NEAPZINĀTA NELĪDZESTĪBA

... aizmāršība, aizņemtība, disciplīnas trūkums...

Nereti pacienti pat pēc vairākkārtēja skaidrojuma, kas jebkuram speciālistam ir iegūlis galvā kā «skaitāmpantiņš», nevar precīzi atkārtot, kas un kā viņiem jādara. Uz ārsta jautājumu «vai sapratāt?» ar «jā» atbildēt tikai tad, kad patiešām viss līdz sīkākajai detaļai ir izprasts.

Gadās, ka ārsta vai farmaceita norādījumi par konkrēto zāļu lietošanu atšķiras no lietošanas instrukcijā rakstītā un pacientam rodas šaubas.

APZINĀTA NELĪDZESTĪBA

Apzināta NE-līdzestība vērojama tad, ja pacients ļoti skaidri saprot un apzinās, kas un kāpēc viņam jā dara, bet dažādu motīvu vadīts tā nerīkojas – daļēji vai pilnībā.

Apzinātās jeb «gudrās» NE-līdzestības pamatā ir pārdomāts pacienta noliegums gan attiecībā pret pašu diagnozi, gan terapiju. Pētījumi liecina, ka to var veicināt kļūdaini pacienta priekšstati vai pieņēmumi kā par pašu slimību (tās smaguma pakāpi, ilgumu, cēloņiem un sekām), tā par terapijas ieguvumu un risku attiecību.

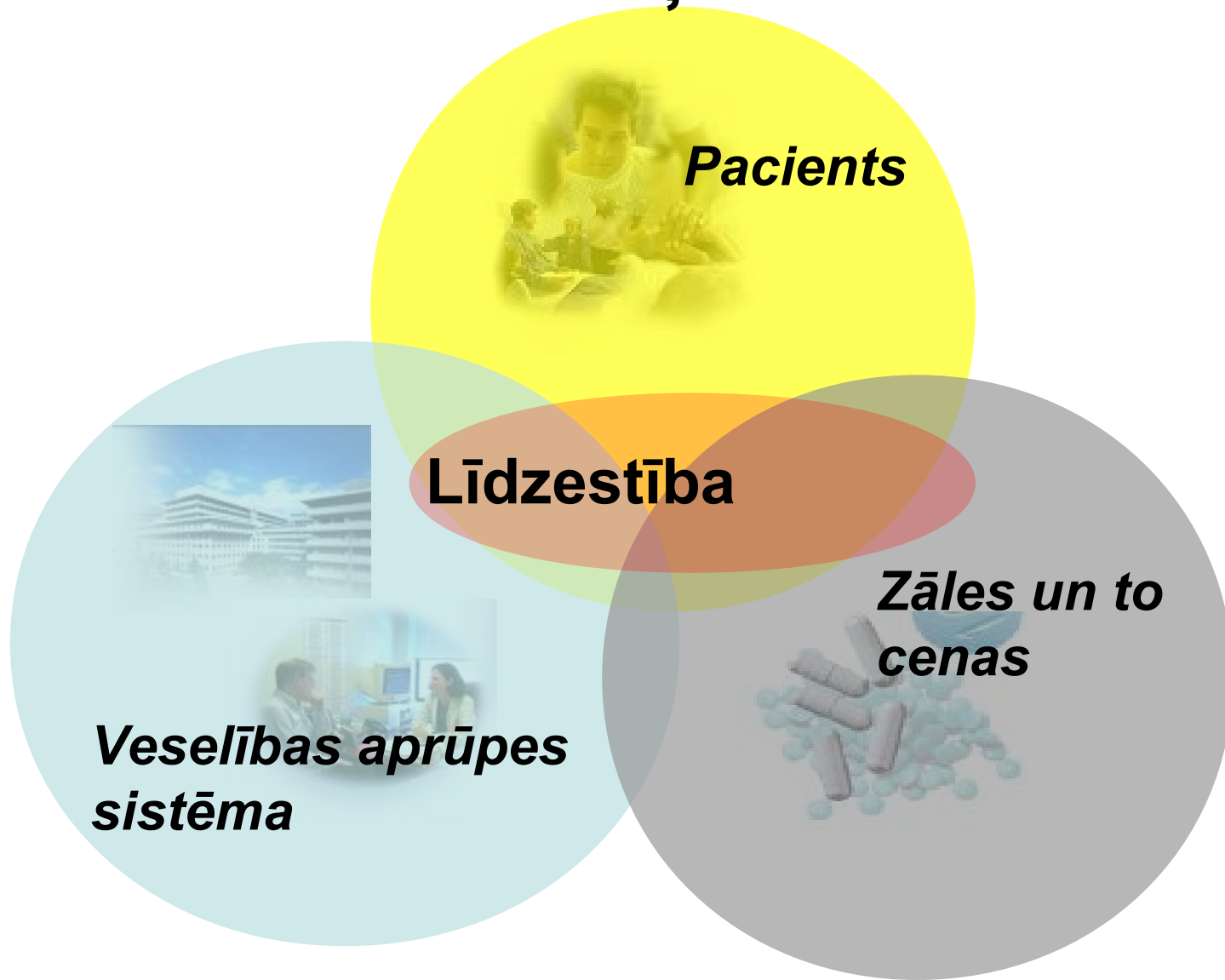
APZINĀTA NELĪDZESTĪBA

Šo NE-līdzestības veidu raksturo pacienta tieksme samazināt vai nu medikamentu lietošanas biežumu, vai to devas un skaitu līdz, viņaprāt, atbilstošam vai nepieciešamam apmēram. Daži pacienti, protams, mēdz arī pārtraukt terapiju vispār, uzskatot to par maz iedarbīgu, nevajadzīgu vai pat kaitīgu. Šāda attieksme noved pie tā, ka, saskaņā ar dažādiem pētījumiem, tikai aptuveni 50% gadījumu hronisko slimību pacientu lietotās medikamentu devas nodrošina terapeitisko efektivitāti.

LĪDZESTĪGS PACIENTS:

- izprot savu saslimšanu un efektīvi to kontrolē;
- pareizi lieto zāles un veic izmeklējumus, nodod analīzes;
- sekmīgi sadarbojas ar ārstiem;
- nepieciešamības gadījumā izmanto ģimenes locekļu vai draugu atbalstu;
- izvairās no kaitīgiem faktoriem, t.sk., alergēniem;
- ir labi apmācīts uztura, fiziskās slodzes u.c. jautājumos;
- jūtas droši kritiskās situācijās;
- pieredz mazāku slimības uzliesmojumu skaitu un biežumu;
- dzīvo (maksimāli iespējami) kvalitatīvu un sociāli, fiziski utt. pilnvērtīgu dzīvi.

Barjeras pacienta līdzestības ārstēšanai ceļā



PACIENTA VESELĪBA

Garīgā:

aktīva narkotiku un/vai alkohola lietošana, redzami psihiskie traucējumi un depresija, kognitīvā disfunkcija, kas izpaužas kā lēnīgums darbībās un saprašanā, kā arī atmiņas traucējumi un nespēja saprast un izpildīt lūgumus vai rīkojumus.

Vispārējā:

spēku zudums, fiziskā rīcības nespēja, apgrūtināta rīšana, nelabums un/vai vemšana.

PACIENTA EMOCIJAS UN UZSKATI

Attiecībā uz veselību:

zāles kā atgādinājums par slimību, iluzoras cerības, bailes no blakusefektiem, «kāpēc ārstēties, ja man nekas nesāp?»

Kulturoloģiskie un reliģiozie:

ārstēšana ir vienlīdzīga rīcības nespējai, Dievs izārstē cilvēku.

Pārliecība par saviem spēkiem:

pašvērtējums, noturīgi paradumi un uzvedības tips, iepriekšējā slimības vēsture.

SOCIĀLĀS UN EKONOMISKAS

Diskriminācija (arī pašdiskriminācija);

Stigmatizācija (arī pašstigmatizācija);

Vardarbība mājās vai darbā;

Izglītības, zināšanu trūkums;

Nabadzība (nepienākas trūcīga statuss) kā naudas trūkums transportam, ārstu apmeklējumiem, analīzēm, zālēm, rehabilitācijai;

Dzīvesvietas trūkums, bezdarbs.

ZĀLES

- Pārāk daudz zāļu, pārāk lielas devas, pārāk lielas vai rūgtas tabletes, mikstūras;
- Stingrs katras devas lietošanas režīms;
- Blakusparādības;
- Glabāšana, pārvietošana (mājās, izbraukumā, darbā), nespēja iekļaut terapiju savā ikdienas dzīvē;
- Ēšanas ierobežojumi;
- Terapijas ilglaicīgums;
- Zāļu izmaksas;
- Ierobežota zāļu izvēle konkrētam pacientam.

VESELĪBAS APRŪPES SISTĒMA

- Vispārējā veselības aprūpes sistēmas organizācija: primārās un specializētās medicīniskās palīdzības pieejamība;
- Diagnostikas un ārstēšanas un izmaksas (bez zālēm);
- Zāļu izmaksas;
- Nevalstisko un/vai pacientu organizāciju eksistence un darbība valstī.

TU NEESI SLIMĪBA

Tu cīnies ar savu slimību.

Tu neesi slimība.

Slimība neidentificē un nekontrolē Tevi.

Padari ārstēšanos par savas ikdienas dzīves daļu.

Savlaicīgi koriģē savas dzīves grafiku, pieskaņojot to ārstēšanas procesam.

Izturies pret zālēm kā pret pozitīvu dzīves aspektu.

Atceries par labā un sliktā līdzsvaru, stāsti savam ārstam par visām zāļu blakusparādībām.