ZOTAVENÍ Z HLEDISKA PROFESÍ

MUDr. Zuzana Foitová

Konference sociální psychiatrie, Tábor 2016

APA 2009

- Řada longitudinálních výzkumných studií ukazuje, že většina lidí s vážným duševním onemocněním může v průběhu doby zlepšit svůj funkční stav a naplnit ceněné sociální role

- Procento zotavených nebo výrazně zlepšených sch pacientů v dlouhodobém sledování – nad 50%

Studie prokazující reálnost zotavení

- Bez symptomů
- Bez medikace
- Samostatné bydlení v komunitě
- Pracující
- Sociální vztahy na uspokojivé úrovni
- Bez sociálně narušujícího chování

Za zotavení byla považována přítomnost 5 znaků ze šesti. *(Pěč, 2009, cituje Hardingovou, 2003)*

Dlouhodobé sledovací studie

Autor	Místo	Rok	Počet	Doba sledování (v letech)	Zotavených/ významně zlepšených
Hueber	Bonn	1975	502	22	57
Ciompi	Lusanne	1976	289	37	53
Bleuler	Zurich	1978	208	23	53-68
Tsuang	Iowa	1979	186	35	46
Harding	Vermont	1987	269	32	62-68
Ogawa	Japan	1987	140	23	57
Marneros	Cologne	1989	249	25	58
DeSisto	Miane	1995	269	35	49
Harrison	18 míst	2001	776	25	56

Zotavení jako součást veřejných strategií péče o duševní zdraví

1999 USA – zpráva „Surgeon General“:

„Všechny služby pro osoby s duševním onemocněním by měly být uživatelsky orientované a zaměřené na zvyšování zotavení. To znamená, že cíle služeb nesmějí být omezeny na redukci symptomů, ale měly by usilovat o obnovení smysluplného a produktivního života.“

2001 UK – dokument Ministerstva zdravotnictví:

„Potřebujeme vytvořit optimistický, pozitivní přístup ke všem lidem, kteří využívají služby duševního zdraví, velká většina z nich má reálný výhled na zotavení – pokud budou podpořeni odpovídajícími službami, tedy službami, které budou zastávat správné hodnoty a přístupy.“

Zotavení (recovery)

Klinické zotavení

- oslabení symptomů, obnova sociálního fungování

Osobní zotavení

- Hluboce osobní, jedinečný proces změny přístupů, hodnot, pocitů, cílů, dovedností a/nebo rolí. Je to způsob prožívání uspokojujícího, nadějeplného a přínosného života i s omezeními způsobenými nemocí. *(Anthony, 1993)*

Osobní zotavení

Základní atributy osobního zotavení:

Naděje - důvěra, že bude lépe, je třeba se na něco těšit, mít vizi

Zplnomocnění (zmocnění) – zvládnu to sám, rozhodnu se sám

Zodpovědnost – nesení rizik, učení se z chyb, mám život ve svých rukou

Smyslupná životní role - normální životní role nesouvisející s nemocí

Zotavení

… znamená žít spokojeně se symptomy nemoci nebo bez nich

Fáze zotavení *(Gagne, Spaniol 2002)*

1.fáze OCHROMENÍ NEMOCÍ	2.fáze ZÁPASENÍ S NEMOCÍ	3.fáze ŽIVOT S NEMOCÍ	4.fáze ŽIVOT PŘEKONÁVAJÍCÍ NEMOC
Zmatený, zahlcen symptomy. Beznaděj, zoufalství, pocit bezmoci. Pocit vyloučení.	Objevují se otázky – jak se vyrovnat s nemocí a symptomy, jak obnovit sebedůvěru.	Roste sebedůvěra, mizí strach z nemoci. Kl. objevuje své silné stránky i slabiny. Obnovuje vztahy, vrací se ke svým rolím, přijímá role nové.	nemoc v pozadí, kl. upevňuje své blízké vztahy, naplňuje svá přání a specifické role, rozvíjí svá nadání a možnosti v různých obl., má nové životní cíle.
Co dělat poskytovat naději	**Co dělat** mluvit o nemoci, o léčbě a jejím účelu. Podpor. vzdělávání se o nemoci a zotavení. Odkrývat přednosti a silné stránky z minulosti.	**Co dělat** **t**vořit podpůrnou síť. Hledat zaměstnání, podporovat nezávislost. Sestavit WRAP.	**Co dělat** podpořit nové činnosti (práce, škola, dobrovolnictví) Prohloubit zotavení, upevnit nové role. Doladit WRAP. Oslavovat úspěchy.

Multiprofesní tým (CDZ)

- Zdravotní/psychiatrická sestra
- Sociální pracovník
- Psychiatr
- Psycholog (psychoterapeut, rodinný terapeut)
- Peer specialista
- IPS specialista
- Adiktolog
- …

Práce na zotavení?

Tým

Společný cíl?

Rozdíl mezi lůžkovým zařízením a terénem?

Zaměření pozornosti

- Zdravotníci: orientace na poruchy, deficity
- Psychoterapeuti
- Sociální pracovníci

- Peer specialisté

Fáze zotavení *(Gagne, Spaniol 2002)*

1.fáze OCHROMENÍ NEMOCÍ	2.fáze ZÁPASENÍ S NEMOCÍ	3.fáze ŽIVOT S NEMOCÍ	4.fáze ŽIVOT PŘEKONÁVAJÍCÍ NEMOC
Zmatený, zahlcen symptomy. Beznaděj, zoufalství, pocit bezmoci. Pocit vyloučení.	Objevují se otázky – jak se vyrovnat s nemocí a symptomy, jak obnovit sebedůvěru.	Roste sebedůvěra, mizí strach z nemoci. Kl. objevuje své silné stránky i slabiny. Obnovuje vztahy, vrací se ke svým rolím, přijímá role nové.	nemoc v pozadí, kl. upevňuje své blízké vztahy, naplňuje svá přání a specifické role, rozvíjí svá nadání a možnosti v různých obl., má nové životní cíle.
Co dělat poskytovat naději	**Co dělat** mluvit o nemoci, o léčbě a jejím účelu. Podporovat vzdělávání se o nemoci a zotavení. Odkrývat přednosti a silné stránky z minulosti	**Co dělat** tvořit podpůrnou síť. Hledat zaměstnání, podporovat nezávislost. Sestavit WRAP.	**Co dělat** podpořit nové činnosti (práce, škola). Prohloubit zotavení, upevnit nové role. Doladit WRAP. Oslavovat úspěchy.
Kdo Peer Psychiatr + všichni	**Kdo** Psychiatr Psychiatrická sestra Psycholog Soc. pracovník (CM) Peer	**Kdo** Sociální pracovník (CM) + všichni	**Kdo** Sociální pracovník (CM) + všichni

Služby zaměřené na zotavení

3 hlavní znaky *(M. Regins, 2012)*:

Na člověka orientované: nejen léčba nemoci, ale znovuvybudování celého života

Postup řízený klientem: vy jste postižen onemocněním – vy musíte hrát silnou roli v tom, co se bude dít ve vašem zotavení a ve vaší léčbě – budeme rozhodovat společně

Přístup založený na přednostech a odolnosti: jaké jsou vaše silné stránky, kde je vaše sebevědomí, v čem si věříte, kde máte podporu

Vzdělávání?

Zotavení – postoje

- znalosti
- dovednosti

Lékaři

Zdravotní /psychiatrické sestry

Psychologové, psychoterapeuti

Sociální pracovníci

IPS

Adiktologové

Peer specialisté

Publikace

Hollander D, Wilken J-P: ***Úvod do metodiky CARE.*** PN Bohnice 2016

Slade M: ***100 Ways to Support Recovery.*** Rethink Mental Illness, 2. vydání 2013, volně ke stažení

https://www.rethink.org/media/704895/100_ways_to_support_recovery_2nd_edition.pdf

https://www.centreformentalhealth.org.uk/making-recovery-a-reality

https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/22559825

- Děkuji za pozornost

Strenght Model *(Charles Rapp)*

Zaměření na silné stránky

Výhoda: interview na toto téma je již samo o sobě intervencí – posiluje sebedůvěru a sebeúctu.

Kategorie silných stránek dle Rappa:

- ***Osobní atributy***
- ***Nadání a dovednosti***
- ***Silné stránky v okolí***
- ***Zájmy a aspirace***

Psychoterapie

Lambert (1992) identifikoval v psychoterapii jako klíčové faktory pozitivní změny:

Atributy klienta – silné stránky	*40%*
Vztah mezi terapeutem a klientem	*30%*
Naděje (realistické očekávání klienta)	*15%*
Vliv konkrétního modelu (terapeutické školy)	*15%*