

vydávání občasníku jako jedna z forem komunikace s pacientem

ŠACHLOVÁ M., KOSOVÁ M.

Klinika komplexní onkologické péče, Masarykův onkologický ústav, Brno

Nemocný člověk se zabývá mnoha otázkami, které se většinou týkají jeho nemoci, způsobu léčby, budoucnosti. Jak žít během nemoci? Jak překonávat různé formy strachu? Jaký zvolit životní styl, stravování? Pacient hledá pro tato i jiná témata partnera k dialogu. Z psychologie je známo, že problém začínáme často zvládat, když o něm dokážeme komunikovat. V opačném případě může nastat v nemocném ztráta integrity. Důležitost komunikace mezi pacientem a ošetřujícím personálem je všeobecně známá.

„I v českých podmínkách platí, že otevřeně a zároveň citlivě podaná informace o diagnóze a prognóze vede k lepšímu vyrovnání s nemocí ze strany pacienta i jeho rodiny, k posílení jeho autonomie a důvěry v lékaře a povzbuzení realistických očekávání a plánů.“ (Panelová diskuse, Onkologická péče 3/2001, s.21-22)

Na aspekt vývoje vztahu mezi lékařem a pacientem upozorňuje Dr. Slabá. „Vztah mezi lékařem a pacientem se neustále vyvíjí. S nemocným je třeba otevřeně hovořit, poznat i jeho subjektivní vztah onemocnění, což pomůže v léčbě a pacientovi přinese úlevu.“

Kocábová upozorňuje, že při terapeutickém setkání spolu komunikují dvě bytosti, z nichž každá má v něčem náskok před druhou: terapeut je v předstihu svou odbornou erudicí, pacient svou specifickou zkušeností.

Je důležité při každé komunikaci pamatovat na to, abychom pacienta nepřiváděli k pocitu zahanbení. Významnou charakteristikou zdravé komunikace je zprostředkování zájmu o druhého. Náš zájem je patrný tehdy, když pozorně nasloucháme, jsme trpěliví, máme přátelský hlas, angažujeme se v rozhovoru. Přítomnost humoru pomáhá fixovat komunikované obsahy lépe, než převládá-li pouze vážnost a informace jsou podávány suše, věcně. Čím více způsobů komunikace můžeme pacientům nabídnout, tím lépe. Jedna z možných komunikačních forem, která se osvědčila v Masarykově onkologickém ústavu (MOÚ) je vydávání občasníku pro pacienty. Smysl této komunikace spočívá v tom, že pacient má možnost porozumět nejen své nemoci, terapii, ale dostává i nabídku, jak se vyrovnat s doprovodnými obtížemi. Pacient získává prostřednictvím občasníku povzbuzení i důležité odreagování humorem. Informace nás tvarují, rozšiřují naše poznatky, které mají často nemalý vliv na změnu našich emocí. Možnost komunikovat o těžkostech snižuje pocit opuštěnosti, stesk, úzkost. Komunikací „občasníkem“ lze budovat pocit sounáležitosti na dálku.

Cíle občasníku:

- nabízí pacientům informace z medicínské, psychologické, sociální oblasti, které jsou podány srozumitelným způsobem
- podněcuje v pacientech jejich vlastní reflexe k tématům, rozšiřuje možnosti, jak o problemu, nemoci přemýšlet
- pacient není osloven osobně, může snadněji odmítnout než v přímém kontaktu, čím se sám nechce zabývat
- podporuje aktivitu pacientů tím, že v občasníku vycházejí jejich příspěvky
- hospitalizovaní pacienti se mohou ve výtvarné dílně podílet na přípravě výtisků k distribuci

Časopis, který dostal název ONKO OKNO, vychází pravidelně každé dva měsíce od června 1995. Nejprve byl vydáván ve spolupráci s občanským sdružením Podpora zdraví a onkologická prevence, pak Světlo pro život, nyní vychází pod patronátem Ligy proti rakovině v Brně. Nejprve jsme vydávali 500 výtisků, nyní již poslední roky 1500 výtisků. Časopis je zdarma a je volně dostupný v čekárnách, v Informačním centru MOÚ a na lůžkových odděleních. Časopis lze i objednat za poplatek poštovního. Této možnosti využívá asi 100 našich pacientů. Posíláme je i na několik pracovišť v České republice i na Slovensku. Pacienti mají

o časopis zájem, navzájem si čísla půjčují, xeroxují si některé články apod.

Dosud vyšlo 42 čísel časopisu. Autoři jednotlivých článků jsou lékaři a sestry MOÚ, psychologové, pacienti, pracovníci zájmových sdružení a klubů. Během let se podílela na jednotlivých číslech řada spolupracovníků. Dostáváme řadu pozitivních ohlasů od našich čtenářů, pro některé z nich se časopis stal nezbytným společníkem a průvodcem. Mnohá čísla jsou přístupná na internetových stránkách MOÚ, připravujeme kvalitnější a dostupnější elektronickou podobu časopisu.

Každé číslo obsahuje část odbornou, kde nabízíme informace o vyšetřovacích metodách, nežádoucích účincích léčby, diety, slovníčky pojmů. Zveřejňujeme články z oblasti preventivní medicíny. Dále každé číslo obsahuje slova psychologa, někdy sociální pracovníce nebo sester. Nedílnou součástí tvoří zajímavosti, aby byl časopis čtivý. Otiskujeme vlastní tvorbu našich pacientů – básně, články, autobiografické povídky, výtvarné pokusy. Uveřejňujeme informace z výtvarné dílny, výtvarné galerie MOÚ, rekondičních pobytů atd.

Pro lepší přehled vybíráme alespoň některé články:

Odborné se vztahem k základnímu onemocnění

Leukopenie

Je rakovina dědičná?

Sexuální problémy u mužů

Potřebujete kosmetickou náhradu?

Kožní a slizniční reakce u ozařovaných nemocných

Indikace lázeňské léčby u onkologických pacientů

Stomik v manželství

Slovo lékárníka

Jak uchovat léky

Pomůcky pro terapii lymfedému

Dieta

Výživa pacientů s nádorovým onemocněním

Alternativní diety a jejich nevhodnost

Prevence

Strava v prevenci nádorových onemocnění

Epidemie kouření v ČR, anketa o kouření mezi zaměstnanci MOÚ

Léto je za dveřmi (prevence nádorů kůže)

Psychosociální oblast

Co byste měli vědět o hospicové péči

Sociální dávky

Zajímavosti

Právní minimum

Kalanetika- cvičení pro pacienty

Rekvalifikační kurz

Prostřednictvím občasníku můžeme dosáhnout nejen změny u pacientů, ale i autoři článků se více zamýšlejí nad způsobem předávání svých myšlenek, nad tím, co pacienti potřebují, jak je oslovit. Lze říci, že se i touto formou komunikace mění i sami autoři.

Rádi uveřejníme i články autorů z jiných pracovišť. Vítejte Vaše názory, postřehy, zkušenosti. Odmítáme jen propagovat „zaručeně nejlepší chemoterapii“, léčitelské praktiky nebo alternativní léčbu. O alternativní léčbě v časopise informujeme, ale varujeme před jejím používáním a upozorňujeme na rizika nestandardních postupů. Cílem časopisu je poskytnout informace a dodat odvalu, proto např. nepopisujeme terminální stav a jeho průvodné jevy. Články psané rukou nebo strojem, ale nejlépe na disketě nebo e-mailem můžete poslat na adresu: dr Šachlová, Masarykův onkologický ústav, Žlutý kopec 7, Brno 656 53 nebo e-mail: sachlova@mou.cz.