

Co potřebují onkologicky nemocní?

Doporučení vyplývající z výzkumu potřeb onkologicky nemocných v ČR

Amelie, z.s. uskutečnila na podzim 2016 výzkum potřeb onkologicky nemocných v ČR. Aby nezůstalo jen u teoretických zjištění, dovolujeme si vám předložit několik poznatků, které z výzkumu vplynuly, ve formě doporučení pro nemocné, pro jejich blízké i pro zdravotnické profesionály.

Tipy pro profesionály – lékaře a zdravotní sestry

Vyzkoušejme:

- **Dělat pro sebe něco hezkého.** Abych mohl/a dávat, musím nejprve sám/sama mít. Jakkoli se to může zdát paradoxní, tím nejlepším, co mohu pro druhé dělat, je pečovat v první řadě sám/sama o sebe. Jen tak budu mít dostatek energie, kterou mohu věnovat pacientům. Je velmi důležité se udržet v psychické kondici potřebné pro vykonávání takto náročného zaměstnání; jen tak jej budu moci vykonávat kvalitně a po dlouhou dobu. Proto bych si měl/a pravidelně plánovat aktivity, které mi přinášejí do života energii a posilují jeho smysl.
- **Uvědomovat si svou roli ve vztahu k nemocnému.** Přes 70 % nemocných má potřebu mít s lékařem partnerský vztah. K tomu je nutná otevřenost, čas, oboustranná důvěra a zájem. Jako zdravotník pracuji pod velkým časovým a často i emocionálním tlakem, což mi komplikuje budování partnerského vztahu s pacienty. Podle výzkumů se nevyplácí ani příliš pečující ani příliš odmítavá komunikace – tedy ani role spasitele, ani odosobněného „technického profesionála“. Je dobré hledat střední cestu. Když budu mít sám/sama na sebe a svou roli realistický pohled, bude možné se lépe dorozumět a být v komunikaci s nemocnými uvolněnější, navzdory všem vnějším tlakům.
- **Odkázat pacienty na další pomoc.** Vnímat pozitivní hranice svých kompetencí a nebát se odkázat nemocné na další odborníky a služby je uvolňující. Mé doporučení nemocní vnímají jako součást léčby a vzhledem

k vysoké důvěře v lékaře a zdravotníky jsou lidé nakloněni tomu, aby doporučené služby využívali. Je dobré mít k dispozici několik kontaktů, které mohu předávat pacientům. K dispozici jsou patientská sdružení, psychologové, sociální pracovníci v nemocnici i mimo ni, sociální služby, ale i různé informační portály a brožury.

- **Znát situaci nemocného.** Zájem o pacienty je součástí péče, a zároveň je nezbytný k budování důvěry. Rozhovor o životní situaci nemocného umožní vytipovat zranitelné jedince, kteří budou s vyšší pravděpodobností potřebovat větší podporu v oblastech mimo léčbu. Tato podpora přitom zároveň léčbu podporuje, vede k delší době přežití. Otázky mohou být úplně jednoduché, typu: „Máte někoho, o koho pečujete?“, „Máte někoho, kdo vám pomůže?“, „Víte, kam se obrátit pro další informace?“. Již krátký rozhovor s nemocným má zásadní podpůrný dopad.
- **Supervize a komunikační dovednosti.** Pro každého, kdo pracuje s lidmi v náročné situaci (a tou vážná nemoc dozajista je) je užitečné budovat si psychickou odolnost a učit se efektivní komunikaci. Supervize je efektivní nástroj, který pomáhá udržovat zátěž v únosné míře a předcházet vyhoření. Vhodné komunikační nástroje napomáhají efektivní komunikaci, která usnadňuje kontakt s nemocnými i jejich blízkými. Ani supervize, ani komunikace nevyřeší obtíže systémů, pomohou ale vydržet a zvládat zátěž, která je kladena na profesionály v onkologii.

Co nabízí Amelie? Pro pacienty jste velmi důležití! K nejzákladnějším potřebám onkologických pacientů patří „mít důvěru v lékaře“. Slova lékaře v pacientech přetrvávají dlouhou dobu a ovlivňují jejich přístup k nemoci a léčbě. Amelie je tu i pro vás! Můžete na nás odkázat pacienty, kteří za vámi přicházejí s nadějí na pomoc v oblastech mimo medicínu, ať už se jedná o emocionální, vztahové nebo sociálně finanční problémy. Odkážete na nás své pacienty a dopřejte jim tak profesionální péči nejen ve zdravotní, ale i v psychosociální oblasti.



pomáháme žít
život s rakovinou



Liga proti rakovině Praha