

Komunikace s pacientem s akutní stresovou reakcí

Mgr. Vendula Kolářová



Co je ASR?

- Přechodná porucha, která se rozvíjí u jedince bez jakékoliv jiné zjevné duševní poruchy v reakci na výjimečný fyzický a duševní stres a která obvykle trvá několik hodin nebo dnů. Ve výskytu a závažnosti akutních stresových reakcí hrají roli individuální zranitelnost a schopnost zvládat je.

Akutní stresová reakce

- ASR nastává do 72hod od zátěžové události
- V praxi často opakované výjezdy ZZS do rodin, kde akutně zasahovali v předchozích dnech – úmrtí, kritický stav blízkého
- V nemocnici pacienti vyhledávají krizové služby/ psychiatrické nebo přivezení pro somatickou dekompenzaci – často hyperventilace apod. V anamnéze je čerstvá zátěžová událost. Dále situace sdělení závažné diagnózy, úmrtí....

Spouštěče ASR

- náhlá neštěstí, či katastrofy
- sdělení nepříznivé zprávy
- úmrtí nebo vážná traumata u dětí
- smrt, krizový stav mladého člověka
- dárcovský program
- osamělý pozůstalý
- suicidium blízkého
- opakované ztráty
- dopravní nehody



Symptomy ASR

- **pocity bezmoci**
- **ztráty kontroly**
- **ztráty bezpečí, ohrožení,**
- **tunelové zúžení vnímání**
- **Rozlišujeme dvě formy:**
 - agitace organismu x útlum organismu**

FORMY ASR

1. Forma „A“

Agitace, nadměrná aktivita, snížení koncentrace, pozornosti, panická úzkost, tachykardie, pocení, zrudnutí, silné emoční projevy – pláč, agrese, úzkost, smích, mluvení se sníženou schopností poslouchat druhé

2. Forma „B“ - mrtvý brouk

Pasivita, emoční otupění, vyřazení z okolní situace, až disociativní stupor, mírná dezorientace, zúžené vědomí, zhoršená pozornost

Základy dobré komunikace při ASR

- Využití prvků První psychické pomoci
- Respektovat ochranou reakci psychiky – napojuji se tam, kde druhého mám
- Podpora emocí a bezpečné abreakce
- Vracení do reality, zvyšování kontaktu
- Pozor na fráze, milosrdné lži, lidí v ASR unesou jednoduchou pravdu
- Oddalováním pravdy riskujeme posttraumatizaci

PŘÍSTUPY

Typ A

- Vypuštění emocí
- Nechat mluvit
- Nechat chodit
- Nechat konat
- Postupně k racionu
- Dohlédnout na bezpečí

Typ B

- Mlčení
- Dát čas
- Písemné informace
- Hledat prostředníka
- Pozor na téma viny

NEVHODNÉ FORMULACE

- Neplačte, nebudte vulgátní...
- Vím, jak vám je...
- To bude dobrý...
- Život jde dál...
- Vždyť máte další děti..
- Teď se nemůžete zhroutit...
- Všichni musí umřít...
- Vzmužte se, musíte být silný...
- Nebojte dobře to dopadne...



VHODNÉ FORMULACE

- Mrzí mne to, je mi to líto....
- Nedokážu si představit Vaši bolest...
- Je to nespravedlivé.....
- Zdá se Vám, že se život zastavil, převrátil vidíte...
- Možná teď nevidíte žádnou budoucnost...
- To je v pořádku, že pláčete...
- Teď přece můžete být slabý...
- Máte pravdu, taková ztráta se nedá nahradit...
- Už to nikdy nebude stejné
- Nevím.....

PSYCHOLOG – KRIZOVÁ INTERVENCE

- je-li ihned dostupný pro poskytnutí PPP při ASR
- pacient na lůžku - krize, např. po sdělení špatné zprávy
- pacient s předpokladem potřeby opakované KI
- pacient s potřebou odborné psychologické péče
- pacient s projevy psychopatologie – deprese, suicida,...

ZDRAVOTNICKÝ INTERVENT

- při ASR často komunikace vyžaduje delší čas – vhodné využití psychologů či zdravotnických interventů
- boj s nedostatkem psychologů může překlenout cílené využívání zdravotnických interventů
- pracovníci ze zdravotnictví, kteří mají Certifikovaný kurz MZ v První psychické pomoci.
- intervent provází situací, pracuje s ventilací emocí, doprovází k zemřelému, zprostředkovává a poskytuje informace, strukturuje další kroky zasaženého
- snižujeme další zátěž zdravotnického personálu
- tým se může plně věnovat své další odborné práci

Využití interventů u ZZS



Využití interventů v nemocnicích

- KNL
- Česká Lípa
- Jablonec



Kazuistika – intervenční péče

- Nehoda – letiště Hradčany střet motocyklu s osobním vozem
- úmrtí jedné osoby, další osoba s těžkým zraněním KNL, 2 osoby s lehčím zraněním nemocnice ČL, další bez zranění
- Koordinace ZZS v oblasti PPP - SIGNÁL
 - Zdravotnický intervent ZZS na místo pro partnerku zraněného, pozůstalí bratr, matka
 - Zdravotnický intervent nemocnice ČL
 - Zdravotnický intervent KNL.

CELOSTÁTNÍ KRIZOVÁ LINKA

Vážné onemocnění nebo ztráta blízkého člověka je velmi náročnou životní situací.
Nemusíte s ní zůstat sami.

KRIZOVÁ LINKA POMOCI PRO BLÍZKÉ PACIENTŮ

227 272 225



LINKA JE URČENA TĚM, KTERÍ:

- obdržel nepřiznivou zprávu o zdravotním stavu svého blízkého,
- přišel náhle a nečekaně o milovanou osobu,
- neměli možnost rozloučit se s blízkým, který zemřel,
- cítí se ztracení a potřebují více informací,
- jsou se svou bolestí a obavami sami,
- mají sami výrazný strach z nemoci,
- potřebují hovořit o tom, co dál,
- chtějí sdílet své emoce.



*Linka je tu pro Vás.
Můžete sdílet těžké chvíle, i prožívání zármutku.*



PEERLIN – Linka pro zdravotníky

LINKA KOLEGIÁLNÍ PODPORY pro pracovníky ve zdravotnictví



☎ **530 331 122**
☎ **530 331 131**

Linka je k dispozici nepřetržitě a je určena vám, pracovníkům ve zdravotnictví, v různém pracovním zařazení a pozicích. Můžete ji využít, když na vás dopadá aktuální krizová situace a:

- vnímáte vyšší profesní zátěž, než obvykle
- prožíváte duševně nadlimitní události při své práci
- jste v přímém styku s pacienty, jejich nemocí, umíráním nebo smrtí
- neposkytujete přímou péči (farmaceuti, operátoři ZZS, vedoucí pracovníci)
- jste vystaveni zátěžovému pracovnímu režimu, obavě z nákazy
- máte také obavy o zdraví své a svých blízkých
- cítíte potřebu psychické podpory

Linka nabízí bezpečný prostor pro podpůrný rozhovor, podporu při zvládnání stresové zátěže, obav, frustrace či třeba emocí. Kolegiální telefonická podpora vám tak dává prostor v klidu hovořit s profesním kolegou, který ví, co práce ve zdravotnictví obnáší. Podporu zajišťují zdravotníčtí peeri a psychologové SPIS. Linka je anonymní a hovory nejsou monitorovány.

V těžké situaci nemusíte zůstat sami... jsme tu pro vás.



LEPČS
INSTITUT PRO ZDRAVOTNICTVÍ
ČESKÉ REPUBLIKY



Děkuji vám za pozornost

- Systém psychosociální intervenční služby: www.spis.cz
- <https://www.nemlib.cz/stredisko-podpurne-pece/>