

Pereõe roll alkoholitarvitamise häirega patsiendi käsitluses

Signe Asi



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

- 2008. aastal kinnitas Eesti Vabariigi Valitsus “Rahvastiku tervise arengukava 2009-2020”, mis sätestab muuhulgas põhimõtteid tervisedenduse ja haiguste ennetamise osas.
- Lisaks arengukavale on koostatud eesmärkide saavutamiseks rakendusplaan, mille elluviimisel on oluline osa ka esmatasandi tervishoiul seal hulgas pereõdede tegevusel.

- Tervise edendamise ja haiguste ennetamise üheks prioriteediks on **alkoholi tarbimisest põhjustatud tervisekahjustuste ennetamine.**
- Pereõe üheks tööülesandeks on patsiendi terviseriskide avastamine ja nende mõjutamine soodsamas suunas.
- Pereõe kohustus on teadvustada patsiendile:
 - * alkoholi tarvitamise harjumust
 - * alkoholi tarvitamise tagajärgi

- Perearstikeskusi külastab erinevatel põhjustel aastas keskmiselt 70% elanikest ja pereõde teostab ka iseseisvaid vastuvõtte (vähemalt 20 tundi nädalas), seega on pereõel hea võimalus varakult sõeluda AUDIT testiga patsiente alkoholi tarvitamise häire kahtluse osas, anda tagasisidet ja probleemi esinemisel viia läbi lühinõustamine.

Kellele peaks pereõde AUDIT testi teostama?

Tuginedes rahvusvahelistele juhistele on Eestis soovitatud alkoholi tarvitamist hinnata järgnevatel patsiendirühmadel (Tähepõld jt 2012):

- Kui patsiendil on mure oma alkoholi tarvitamise ja sellest tulenevate võimalike tervisekahjude pärast
- Aktiivselt tervisekontrolliks pöörduval patsiendil koos teiste terviseriskide hindamisega ja tervise-uuringute osana

- Autojuhi ja relvaloa taotleja terviseuuring
- Patsiendil esinevad vaevused, sümptomid ja sellised uuringutulemused, mis võivad olla seotud alkoholi tarvitamisega
- Arteriaalne hüpertensioon (esmasleid ilma eelneva vererõhahaiguse diagnoosita, määratud ravi ei mõju)
- Südame rütmihäired

- Depressioon, ärevushäire
- Düspepsia
- Teadmata põhjusega epileplised hood
- Sage traumatism
- Varasem alkoholist tingitud tervisekahjustus.

Audit testi läbiviimine

- Patsient täidab testi isesisvalt (võimaldab vähendada teema delikaatsusest tingitud kohmetust).
- Pereõde esitab küsimusi ja dokumenteerib (võimaldab küsimusi paremini lahti seletada).
- Mõlemal juhul peab patsiendile selgitama alkoholiannuse (alkoholiühiku) tähendust.
- Testi tulemuste dokumenteerimine (tulevikus “Perearst 2” programmi) võimaldab jälgida patsiendi alkoholi tarvitamist ja hoiab ära küsitlusi liiga lühikese ajaperioodi järel.

AUDIT testi interpretatsioon ja pereõe tegevused

AUDIT testi skoor <8 (madala riskiga tarvitamine)

- Pereõde annab tagasiside testi tulemuse kohta.
- Selgitatakse, et tõenäosus sama alkoholi tarvitamise juures tervisekahjustuste tekkeks on väike.
- Soovitatakse mitte suurendada alkoholi tarvitamist.
- Antakse patsiendile soovi korral infomaterjale.

AUDIT testi skoor 8-15 (tervist ohustav tarvitamine, tervist kahjustav tarvitamine)

- Pereõde annab tagasiside testi tulemuse kohta.
- Selgitatakse, et sellise alkoholi tarvitamise juures on suurenenud risk tervisehäirete tekkeks.
- Soovitatakse alkoholi tarvitamist vähendada.
- Pereõde viib läbi lühinõustamise ja antakse patsiendile eneseabimaterjale, soovitatakse pidada alkoholi tarvitamise päevikut.

AUDIT testi skoor 16-19 (võimalik kuritarvitamine) AUDIT skoor 20 või enam (võimalik alkoholi sõltuvus)

- Pereõde annab tagasiside testi tulemuse kohta.
- Selgitatakse, et selline alkoholi tarvitamise tase kahjustab vaimset ja füüsilist tervist.
- Soovitatakse alkoholi tarvitamist vähendada.
- Patsiendile antakse infomaterjale, soovitatakse pidada alkoholi tarvitamise päevikut.
- Patsiendile teostatakse pereõe/perearsti poolt laiendatud nõustamine või suunatakse vaimse tervise õe vastuvõtule.

- Koostöös perearsti ja vaimse tervise õega osaleb sotsiaal-ja rehabilitatsiooniteenuste vajaduste kaardistamisel.
- Täiendavate uuringute läbiviimiseks, raviplaani koostamiseks suunab perearsti vastuvõtule.
- Koostöös perearstiga hindab patsiendi motivatsiooni ning jälgib võimaliku tagasilangusete osas, vajadusel kaasates lähedasi.

Pereõe ettevalmistus alkoholarvitamise häirega patsiendi käsitus

- Õe põhiõppe õppekaval (3,5 aastat) käsitletakse sõltuvushäireid üldiselt.
- Võimalik 1 aastane spetsialiseerumine peale 3,5 aastast põhiõpet, kas terviseõenduse (pereõendus), vaimse tervise õenduse või intensiivõenduse erialadel. Võimalus suurendada tulevaste pereõdede ja vaimse tervise õdede alkoholarvitamise häire alast teadlikkust.
- Täiendkoolitused töötavatele pereõdedele alkoholarvitamise varajaseks avastamiseks ja nõustamiseks.

Kokkuvõtteks

- Alkoholit tarvitamise häire kahtlusega patsientide sõelumist AUDIT testiga, patsientidele tagasiside andmise, dokumenteerimise ja sobilike nõustamisvõtetega saab pereõde koostöös teiste eriala spetsialistidega aidata kaasa patsienti muutma tema alkoholi tarvitamisega seotud käitumist!

Tänan!