



Psühholoogi roll alkoholi tarvitamise häirete ravis

Elen Kihl, kliiniline psühholoog, psühhoterapeut



Euroopa Liit
Euroopa Sotsiaalfond



Eesti
tuleviku heaks

03.12.2015

Sissejuhatus

- Ravijuhendi eesmärk on tõhustada alkoholi liigtarvitamise varajast avastamist ja anda soovitused tõenduspõhiseks alkoholitartvitamise häire diagnoosimiseks ja raviks
- Ravijuhendis peaks välja joonistuma see, et ravi erinevates etappides ja häire eri raskusastmete puhul vajab patsient erinevaid spetsialiste

Psühholoog ravimeeskonnas

- Haigla, psühhiaatriaosakond, ambulatoorne psühhiaatriline praksis
- Patsient jõuab psühholoogi juurde läbi arsti
- Enamasti töötavad raviasutustes kliinilised psühholoogid

Psühholoog väljaspool ravimeeskonda

- Kool, erapraksis, nõustamiskeskus
- Inimesed pöörduvad enamasti muude probleemidega (laste käitumisprobleemid, pereprobleemid)
- Alkoholiprobleemi märkamine
- Alkoholi tarvitamise häiret raskem käsitleda

Psühholoogi teenused

- Hindamine
 - Alkoholi tarvitamise probleemi tuvastamine
 - Häire raskuse hindamine
 - Teiste kaasnevate probleemide hindamine
 - Teiste kaasnevate häirete hindamine
- Nõustamine (lühiajaline, pikaajaline)
- Psühhoteraapia (individuaalne, pereteraapia)

Hindamine

- Sekkumisele eelneb alati hindamine
- Kliiniline intervjuu esimesel kohtumisel või esimesel võimalusel
- Enesekohased küsimustikud patsiendi nõusolekul
 - AUDIT, CAGE
- Teiste võimalike psüühikahäirete hindamine
 - BDI, EEK, STAI
- Test ei anna diagnoosi

Miks on testid vajalikud

- Hetkeolukorra hinnang
- Võimalik sama mõõdikut kasutada korduvalt muutuse hindamiseks
- Kõike ei pea küsima, põhjalikumalt saab süveneda teemadesse, kus ilmnevad kõrgemad skoorid
- Tundlikele ja delikaatsetele küsimustele kergem kirjalikult vastata

Motiveerimine

- Ära jäta vahele motivatsiooniga tegelemist ka siis, kui patsient tundub väga motiveeritud
- Kõik alkoholi tarvitamise häirega patsiendid on ambivalentseid muutuse suhtes
- Mida suuremat muutust inimeselt oodatakse, seda ambivalentsem ta on
- Ära süüdista inimest motivatsiooni puudumises

Motiveeriv intervjuerimine

- Meetod, mis loodi alkoholiprobleemide lühisekkumiseks ja mida kirjeldati esimest korda 1983.
- Soovituslik sekkumisviis paljudes sõltuvushäirete ravijuhendites
- **Patsiendi enda motivatsiooni ja ressursi esile toomine ja toetamine**
 - Väljenda empaatiat
 - Ära lasku vaidlustesse
 - Anna lootust
 - Küsi, kuula, teavita

Nõustamine

- Probleemi sõnastamine
- Patsiendi harimine häirest
- Informatsiooni andmine
- Tagasiside küsimine

Kasutatakse universaalseid tehnikaid

Psühhoteraapia

- Meetod sõltub psühholoogi väljaõppest
- Süsteemne eesmärgistatud tegevus probleemi lahendamisel või häire ravimisel
- Sisaldab ka kõiki nõustamise komponente
- Kasutatakse spetsiifilisi tehnikaid sõltuvalt probleemist ja häirest

Koostöö

- Mida raskema häirega patsient, seda enam on vajalik koostöö teiste spetsialistidega
- Otsus, keda kaasata raviprotsessi, sünnib pärast esmast hindamist
- Alati ei ole vaja kõiki spetsialiste
- Kaasamiseks vajalik patsiendi huvi ja nõusolek

Kokkuvõte

- Psühholoogi roll ravimeeskonnas on pakkuda hindamise, nõustamise ja psühhoteraapia teenust
- Patsient võib siseneda raviprotsessi erinevate spetsialistide kaudu
- Psühholoogil on oluline hinnata, millistel juhtudel on vajalik teiste spetsialistide kaasamine

Täna!

www.sensus.ee

