



RAVI KÄTTESAADAVUS MEIE TERVISHOIOUSÜSTEEMIS VAIMSE TERVISE MURE KORRAL

Madis Laos

Mida teha kui arstile kohe aega ei saa ?

Kui patsiendil on järsult tervis halvenenud ei pruugi kohe aega saada.

Keskmiselt järjekorrad kolm kuud.

Kallim võimalus on võtta eraarst. Kuid isegi siis ei pruugi kohe saada aega ja võib üks kuu minna aega.

Kiiremaks abiks võib uurida ka teisi terapeute(nt psühholoog, tugiisik, kogemusnõustaja).

On olemas toetavad keskkonnad ja rehabilitatsioonikeskused(nt Tallinna Vaimse Tervise Keskus ja Haabersti Klubimaja). Aitab väga hästi toetatada stabiilsust pärast haigestumist.

Psühhiaatriahaigla järjekorrad ja kord

Psühhiaatriahaigla järjekorrad pikad ja tihti oli keeruline sisse saada.

Võimalik, et peab ootama ja kohe haiglasse ei saa.

Kui tahtsid kohe ravile saada, siis pidi leppima 5nda osakonnaga ehk kus olid raskemad haiged.

Kord aga on üsna tugev psühhiaatriahaiglas. Kindel unerütm, söögiaeg ja ravimi manustamiseaeg. See mõjub väga positiivselt haigele.

Raskemaks võis teha ebasobiv palatikaaslane. Õige palatikaaslane väga oluline.

Kui tervis halb, siis ei pruugi välja jalutama saada.

Eraarst, kui kiirem lahendus?

Eraarstile tavaliselt pääseb kiiremini

Väga kallis. Enamus psüühikahäiretega patsiendid ei saa lubada.

Kui riigiarstile järjekorrad liiga pikad, siis ühekordselt minnakse.

Riigiarst on seotud rohkem psühhiaatriaigla ja kergem suunata.

Tervishoiutöötaja ja patsiendi omavaheline läbisaamine

Suhtlemine, toetus ja mõistmine väga oluline patsiendi seisukohast.

Toetav suhtlemine annab patsiendile usku ja jõudu.

Hea või halb toon vestluses võib mõjutada patsienti pikalt.

Tervishoiutöötaja võib olla ainuke abi patsiendile ,kel pole lähedasi ega tuge.

Sa mõjutad otseselt ravikulgu patsiendil(ravimite võtmine,haiguskriitika tekkimine, meelestatus oma tervisesse)

Kui patsient on ärritunud ja impulsiivne , siis Sina püüa säilitada rahu ja kuula mure ära.

Empaatiavõime on üks oluliseimaid oskusi mõistmaks patsienti.

Sobiv arst ja ravi

Väga palju loeb hea kontakt arsti ja patsiendi vahel.

Kõik arstid ei pruugi sobida kõikidele patsientidele.

Tervisele väga palju loeb pikk koostöö arstiga.

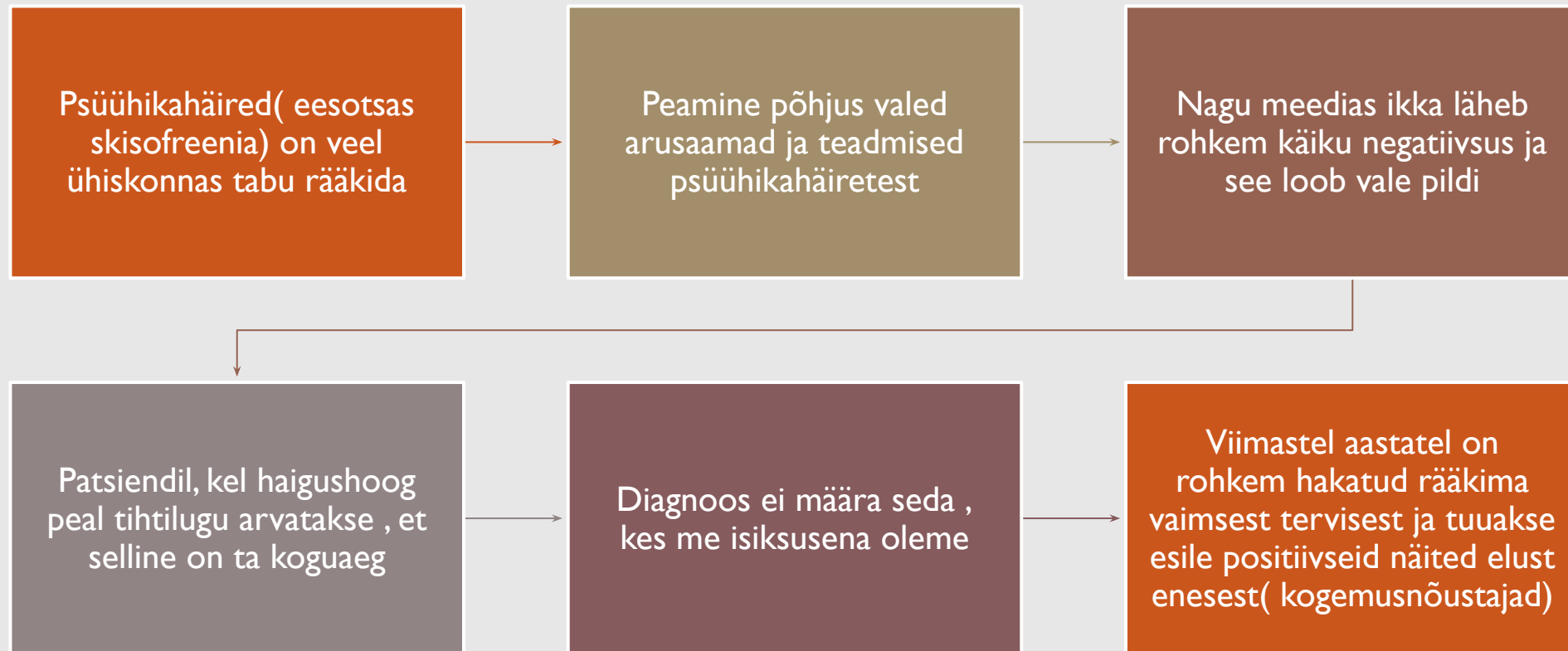
Tuleb leida kindel arst.

Ka õige ravi väga oluline. Kõik ravimid ei sobi kõigile.

Just sobiv ravi loob eelduse pikaajaliseks ravimi tarvitamiseks

Ebasobiv ravi patsiendile või liiga tugevad kõrvaltoimed loovad olukorra, kus patsient loobub ravist või vähendab ise oma peaga koguseid.

Stigma ühiskonnas ja psüühikahäired



Teadlikkuse tõstmine patsiendil ja lähedastel

Teadmine oma haigusest ja haiguskriitika kujunemine väga oluline !

Teadlikkuse kasvatamine patsiendil määrab ära kui hästi ka ravi kulgeb.

Tuleks kaasata ka patsientide lähedasi. Vähemalt alguses.

Koolituste korraldamine vaimsest tervisest on hea võimalus tõsta teadlikkust patsientidel, lähedastel ja ka tööandjatel.



AITÄH KUULAMAST!