

Zpráva z XII. ročníku Mezioborového setkání diabetologických týmů s psychology a psychiatry

Setkání proběhlo již tradičně v hotelu Belvedere, Praha 7, ve dnech 8. - 9. 3. 2019. Účast přes stovku velmi aktivních posluchačů potvrdila, že téma bylo opět dobře zvolené.

V letošním ročníku jsme se snažili najít řešení pro naše nemocné, kteří splňují kritéria „**nepřijetí nemoci**“, „**diabetického distres syndromu**“ a „**deprese**“. Tyto kategorie se mohou překrývat, ovlivňovat se, mohou v sebe přecházet, ale také se vyskytovat zcela izolovaně. Pro nás, diabetology, je zásadní, že jejich přítomnost je mezi našimi nemocnými s diabetem četná (20-30%) a může stát za trvalou dekompenzací diabetu. Nejvíce zhoršuje kompenzaci nepřijetí nemoci, které má bohužel trvání několik měsíců, ale i let. Svůj příspěvek na toto téma přednesla paní **magistra Petr Mocová**. Jak poznat nemocné s výše uvedenými diagnózami? Na prvním místě je stále náš klinický úsudek, založený na důkladném odběru anamnézy, pohovoru s nemocným. Změn v chování si mohou dobře všimnout i sestry, které jsou důležitým článkem týmu. Na nepřijetí nemoci i na přítomnost deprese existuje i řada psychologických dotazníků, které slouží spíše k orientaci, ale nám, somatikům mohou pomoci před odesláním nemocného k dalším specialistům (např.: www.depressedohloubky.cz; the Acceptance and Action Diabetes Questionnaire).

Pro určení přítomnosti i míry distres syndromu máme nyní jedinečnou možnost použít český validizovaný dotazník, který pro potřeby diabetologů upravil **Mgr. Karel D. Riegel**. Bylo by přínosné, kdyby i Česká republika měla konečně svá vlastní data a pro informace o stavu nemocných jsme se nemuseli stále opírat o zahraniční studie. **Obracím se proto na všechny příznivce Psychologické sekce a vůbec na všechny členy České diabetologické společnosti, aby on-linový dotazník rozšířili mezi svými pacienty.** Každý nemocný může vyplnit dotazník, v klidu, doma. Vyplnění zabere cca 60 minut, neboť nelze samostatně vyhodnotit jen dotazník na distres daný diabetem. K správnému závěru potřebuje mít hodnotící psycholog k dispozici i osobnostní dotazník, který je samozřejmě delší. Dotazník je anonymní, ale každý nemocný, který bude mít zájem o výsledky, může na konci uvést svou mailovou adresu. **Dotazníky vám rád rozešle sám autor (kareldobroslav.riegel@vfn.cz).** Pro svou orientaci můžete dotazník na diabetický distres používat i sami. Jeho vyplnění nemocným nezabere více než 5 minut, a proto ho stihnout vyplnit v čekárně vaší ambulance. Jednoduchým skórováním můžete poznat, v které ze 4 sledovaných oblastí má nemocný největší problém (1. emoční zátěž, 2. lékař, 3. režim, 4. interpersonální zátěž).

Na část problémů, hlavně v 2. a 3. oblasti dotazníku najde řešení sám diabetický tým (podrobnější, jinak zvolená edukace,..). Část problému vyřeší lépe specialista (psycholog, psychoterapeut, nebo psychiatr). **PhDr. T. Hrachovinová** nám ve svém workshopu ukázala, jak můžeme snížit distres nemocných. Zvolila metodu Bandury, a vysvětlila nám, jak můžeme u nemocných zvýšit vnímání osobní účinnosti (self-efficacy).

Sami víme, jak je těžké odeslat nemocného do ambulance psychiatra nebo psychologa. Workshop na toto téma vedl pan **magistr Pavel Brenkus**. Shodli jsme se, že i když sami cítíme indikovanost situace, je lépe když nenařizujeme, nepřesvědčujeme, ale spíše navrhuje návštěvu. Osobní příklad nebo projevení zájmu může ledy mezi námi a pacientem prolomit.

Dr. Sylva Racková a dr. Jana Komorousová prezentovaly již diagnózu deprese. První z nich spíše v rovině teoretické, ale velmi poutavě. Například podle seznamu životních událostí, lze zjistit, jak je ten který jedinec ohrožen rozvojem depresivní poruchy. Překvapivě stačí, když se jedinec vdá, povine

potomka a přijdou vánoce ...a nedej bože se ještě přestěhuje a už „nasbírá“ body, které mohou poruchy nálady u disponovaných jedinců spustit. Paní doktorka Komorousová nás provedla nástrahami léčby antidepresív. Řadu z nich můžeme podávat sami. Ale nesmíme zapomínat na interakce a jejich vedlejších účinky. Při nejistotě je vždy lepší odeslat nemocného k psychiatrovi. Nejlépe, k dobrému kolegovi, ještě lépe ke kamarádovi, který zná i problematiku diabetu.

K nastartování té potřebné atmosféry posloužily kazuistiky z plzeňského Diabetologického centra. **Doktorka D. Čechurová i dr. J. Kašpárek** vybrali svých sedm nemocných, v kterých ale posluchači viděli také své, problematické pacienty. Mezioborové setkání bylo ukončeno promítnutím těchto úvodních kazuistik a přednášející se snažili svými radami, názory a celkovou diskusí navrhnout, jak by u těch konkrétních nemocných postupovali. Tato forma semináře byla velmi pozitivně přijatá.

10.3. 2019

Doc. MUDR. Silvie Lacigová, PhD.

Diabetologické centrum, FN Plzeň a Psychologická sekce ČDS