

Latvijas Fizioterapeitu asociācijas seminārs

14.04.2018.

Kuldīga

# Funkcionālā speciālista un pacienta sadarbība fizioterapijas laikā



RĪGAS STRADIŅA  
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

Dace Stirāne,  
RSU Rehabilitācijas katedra  
Latvijas Fizioterapeitu asociācijas valdes locekle  
NRC ‘Vaivari’ vecākā fizioterapeite

# Veselības aprūpe rehabilitācijas speciālista skatījumā – koncepta maiņa

- Biomedicīniska pieeja – bio-psiho-sociāla pieeja
- SSK- 10 klasifikācija – SFK (ICF)
- aktivitātes līmenis
- pacientu izglītošana
- jauna veselības definīcija

*'Health' must be regarded as the ability to adjust en to take the lead in both physical, emotional and social challenges in life. WHO 2014*

# Fizioterapeits – veselības aprūpes speciālists

- Fizioterapeita profesija Latvijā šobrīd tiek pilnveidota.
- Izaicinājums praktizējošiem speciālistiem – **spēt definēt savu lomu un nozīmi veselības aprūpes sistēmā.**
  
- **Fizioterapijas darbības modeļa pārmaiņas:**
  - » biomedicīniskā pieeja (autoritatīvas un aizbildnieciskas terapeitiskās attiecības)
  
  - » **bio-psiho-sociāls veselības aprūpes modelis**
    - vērsts uz sadarbību
  
    - terapeita un pacienta stipro pušu apzināšan un realizēšana.

# Fizioterapijas paradigma

*(Paradigma ir noteikts uztveres un domāšanas modelis, pasaules redzējums. (T. Kūns))*

**Fizioterapijas paradigma** nosaka to, kā fizioterapeits praktizēs kā profesionālis.

**Vairākas komponentes:**

- » **interese** – vēlme noskaidrot pacienta / klienta vajadzības
- » **komptence** – zināšanas un praktiska rīcība
- » **pasaules uzskats** – izpraktne par praksi kopējā kontekstā
- » **zinātniskais uzskats** – vispusīgas zināšanas par detaļām, metodoloģiju un profesijas ideāliem
  - prasme atrast un izmantot informāciju
  - kritiska un inovatīva domāšana

# Uz personu vērsta prakse fizioterapijā

## Viena no pēdējā laika veselības aprūpes kvalitātes iezīmēm:

- klients tiek izvirzīts veselības parūpes centrā
- pacienta / klienta vēlmju un vajadzību respektēšana
- pacienta / klienta aktīva iesaistīšanās ārstniecības procesā

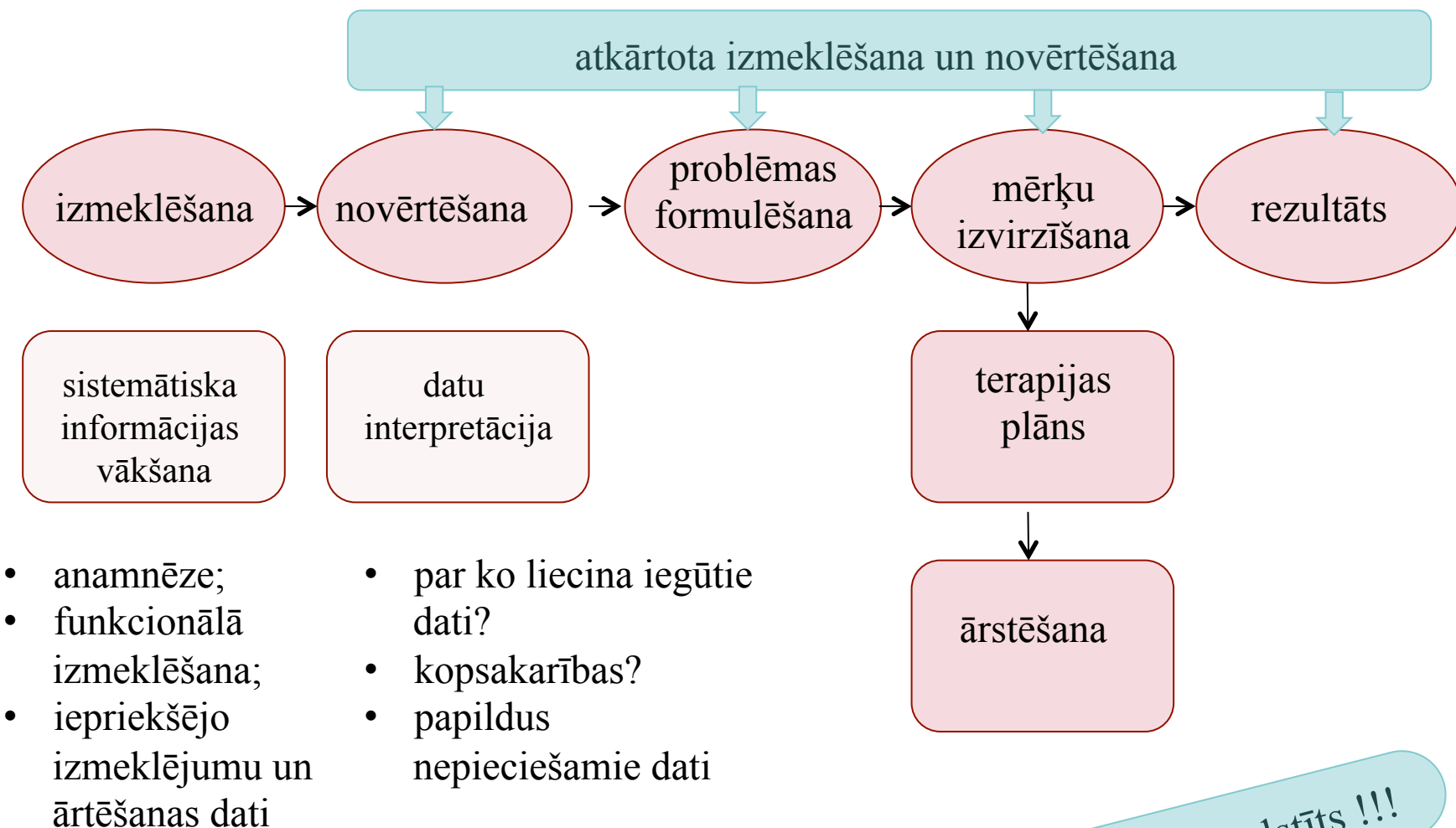
## Veiksmīgas sadarbības pamatā:

- fizioterapeita profesionalitāte
- pacienta / klienta vēlmes un iespējas
- fizioterapeita un pacienta sadarbība personiskā līmenī

# Uz personu vērsta prakse fizioterapijā

- Pacienta perspektīvas noskaidrošana un ņemšana vērā:
  - » idejas, vajadzības, jūtas, bažas, funkcionēšanas prasības
- Pacienta unikālo psihosociālo apstākļu izprašana
  - “*kā es varu palīdzēt šai personai?*” vs “*kas ir šī persona, un kas viņai ir nepieciešams?*”
- Problēmas izpratnes veicināšana un ārstēšana saskaņā ar pacienta vērtībām
- Pacientu iesaistīšana **terapijas procesā** atbilstoši viņu vēlmēm un iespējām:
  - » informēšana, iedrošināšana, iesaistīšana lēmumu pieņemšanā

# Rehabilitācijas process



uz pierādījumiem balstīts !!!

# Funkcionālās izmeklēšanas un novērtēšanas saturs

- Apskate (miera stāvoklī, kustībā),
- kustību izmeklēšana (aktīvi un pasīvi, artrokinemātiskas kustības, kustību apjoms un kvalitāte),
- muskuļu funkciju (garums, spēks) testēšana,
- posturālās stabilitātes un pozu maiņas izmeklēšana,
- locītavu pasīvās un aktīvās stabilitātes izvērtējums,
- palpācija (muskuļu saspringuma izmeklēšana),
- sensoro funkciju izmeklēšana,
- sirds un asinsvadu sistēmas izmeklēšana,
- elpošanas sistēmas izmeklēšana,
- specifiski funkciju testi.



# Izmeklēšanas mērķtiecība

- Kurus testus izvēlēties?
- Ievācot anamnēzi veidojas “darba hipotēze”, kuras pārbaudīšanai izvēlas testus. Testu rezultātu interpretācija dod pamatu apstiprināt vai noraidīt hipotēzi, veidot jaunas hipotēzes (hipotētiski deduktīvā klīniskā spriešana).
- Nevar balstīties uz klīnisko diagnozi -
  - » nav divu vienādu “muguras sāpju”
- Nepazaudēt pacienta perspektīvu.
- Svarīgi izvērtēt visus funkcionēšanas aspektus.
- **Uz pacientu vērsta pieeja.**

# Standartizēti novērtēšanas protokoli

## Novērtēšanas protokoli:

- atvieglo ikdienas darbu
- standartizēti
- validēti un aprobēti
- uz pierādījumiem balstīti
  - » muguras sāpju novērtēšanas protokols (LFA)
  - » grūtnieču novērtēšanas protokols (LFA)
  - » senioru novērtēšanas protokols (LFA)
  - » parkinsonisma pacientu novērtēšanas protokols
  - » pacientu ar muguras smadzeņu bojājumu novērtēšanas protokols, u.c.

**Novērtēšanas instrumenti – *FIM, DASH, Berg Balance Scale, u.c.***

# Problēmas formulēšana

**Vērsta uz funkcionēšanas ierobežojumu** (nevis klīnisko diagnozi)

- pacienta formulēta galvenā problēma
- fizioterapeita formulēta galvenā problēma

**Uz pacientu / klientu vērsta pieeja problēmas formulēšanā (vai iespējams?)**

- » pacientu problēmas un mērķi bieži ir saistīti ar pašaprūpi, ikdienas aktivitātēm, darba vidi.
- » fizioterapeitam būtu jāspēj identificēt pacienta / klienta vajadzības un jārīkojas saskaņā ar tām.

# Terapijas mērķi

## Kāpēc jāuzstāda mērķis?

- lai noteiktu terapijas prioritātes;
- lai atvieglotu intervences plānošanu;
- lai mērītu terapijas efektivitāti;
- lai optimizētu komunikāciju ar:
  - » pacientu;
  - » citiem veselības aprūpes speciālistiem;
  - » uzraugošām (maksājošām) institūcijām; (uzņēmuma kvalitātes kritēriji!!!)

# Terapijas mērķi

## **Ilgtermiņa mērķis**

- gandrīz vienmēr funkcionāls (aktivitāte / dalība)

## **Īstermiņa mērķis / mērķi**

- soļi, lai sasniegtu ilgtermiņa mērķi (struktūra / funkcija aktivitāte / izglītošana)

# Terapijas mērķa formulēšana

## SMART

**S**pecific

**M**easurable

**A**chievable

**R**elavant

**T**imed

## Terapijas mērķa struktūras ABCD

**A**udience – persona, kas sasniegs mērķi

**B**ehavior – ko persona spēs darīt (aktivitāte)

**C**ondition – nosacījumi aktivitātes veikšanai

**D**egree – veikšanas apjoms, laika limits

# Terapijas mērķa struktūras ABCD

## ■ *Audience* / persona

Pacients

*... spēs patstāvīgi pārsēsties no gultas uz riteņkrēslu*

Aprūpētājs

## ■ *Behavior* / aktivitāte

Ko spēs izdarīt

*... spēs veikt ikdienas aktivitātes, kurās nepieciešama plecu elevācija*

*... spēs patstāvīgi apģērbties*

# Terapijas mērķa struktūras ABCD

## ■ *Conditions / nosacījumi*

Aktivitātes veikšanas nosacījumi vai nosacījumi, lai aktivitāti varētu veikt

... spēs bez sāpēm veikt ikdienas aktivitātes, kurās nepieciešama plecu elevācija

... izmantojot elkoņa atbalsta kružus spēs pārvietoties pa līdzenu virsmu

## ■ *Degree / apjoma vai laika vienība*

Plānotais laiks mērķa sasniegšanai un norādes par apgūstamās aktivitātes daļu, ņemot vērā paredzamo sadarbības laiku un funkcionālās vajadzības

.... *divu mēnešu laikā bez apstāšanās un aizdusas spēs noiet 500 m*

... *izmantojot elkoņa atbalsta kružus trīs dienu laikā apgūs spēju veikt 30m pa līdzenu virsmu*



# Terapijas mērķi – ilgtermiņa mērķis

## Laika periods ilgtermiņa mērķim

- dažas dienas, nedēļa, mēnesis, gads...

## Ilgtermiņa mērķa uzstādīšanas laika periods ir atkarīgs no:

- pacienta diagnozes un funkcionālā stāvokļa
- plānotā ārstēšanas / sadarbības laika

Nepieciešamības gadījumā ilgtermiņa mērķis un uzstādītais laika periods ir jāpārskata un jāuzstāda no jauna.

# Terapijas mērķi – ilgtermiņa mērķis

**Ilgtermiņa mērķis ir jāpārskata, ja:**

- mainās (**pasliktinās**) pacienta veselības stāvoklis, kā rezultātā **nav iespējams, sasniegt** iepriekš plānotos funkcionālos uzlabojumus
- mainās (**uzlabojas**) pacienta veselības stāvoklis, kā rezultātā ir **iespējami lielāki funkcionāli uzlabojumi**, nekā iepriekš plānots
- mainās iepriekš paredzētais **ārstēšanas / sadarbības laika periods**

# Terapijas mērķi – īstermiņa mērķi / mērķis

## Laika periods īstermiņa mērķiem

- dažas dienas, nedēļa, 2-3 nedēļas, 1-3 mēneši

## Īstermiņa mērķis ir jāpārskata, ja:

- mērķa sasniegšanai plānotajā laika periodā to nav izdevies sasniegt
- mērķis ir sasniegts ātrāk nekā ieplānots
- ir mainījušies īstermiņa mērķi

# Terapijas plāns un ārstēšana

1. Balstoties uz SFK konceptu identificē ar **fizioterapijas metodēm ietekmējamus faktorus:**
  - » funkciju, struktūru bojājumus,
  - » aktivitāšu un dalības ierobežojumus,
  - » veicinošos un kavējošos faktoros.
2. Izveido mērķtiecīgu terapijas plānu, kas:
  - » vērsts uz terapeita un pacienta izvirzīto īstermiņa un ilgtermiņa mērķu sasniegšanu
  - » terapijas plāns saistībā ar funkcionēšanas perspektīvu

# Terapijas plāns un norise

- 1. Fizioterapeita zināšanas, prasmes un kompetences:**
  - » uz pierādījumiem balstītas
  - » praksē balstītas
  - » kritiskā domāšana !!!
- 2. Pacienta un terapeita sadarbība. Terapeitiskais rāmis.**
- 3. Pacienta personīgo faktoru nozīme atveseļošanās procesā**
  - demogrāfiskie faktori
  - kontrole
  - kompetence
  - *coping strategies*
  - emocijas

**Ilgtermiņa mērķa sasniegšanā būtiska ir emocionālā un sociālā atbalsta izjūta.**

# Atkārtota izvērtēšana un terapijas pārskatīšana

- SFK koncepta pielietošana, lai atkārtotu izvērtēšanu un terapijas pārskatīšanu – **struktūras un funkcijas, aktivitāte, dalība**
- **Rezultātu** izvērtēšana no funkcionēšanas perspektīvas
  - » vai **izvirzītie mērķi** ir sasniegti?

