

Razvoj integriranih poti oseb s kroničnimi boleznimi/stanji v Sloveniji

Depresija



www.eu-skladi.si

**Mednarodna konferenca „Dvig zdravstvene pismenosti v Sloveniji“
Brdo pri Kranju, 7. 6. 2023**



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje



EVROPSKA UNIJA
EVROPSKI STRUKTURNI IN
INVESTICIJSKI SKLADI
NALOŽBA V VAŠO PRIHODNOST

Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

Development of patient journey mapping for patients with depression in Slovenia

Asist. Sanja Vrbovšek, univ. dipl. soc., dipl. m. s. s spec. znanji

Nina Ropret, mag. psih.

Mag. Silva Nemeš, univ. dipl. kom.

Mag. Alenka Tančič Grum, univ. dipl. psih.

Nacionalni inštitut za javno zdravje

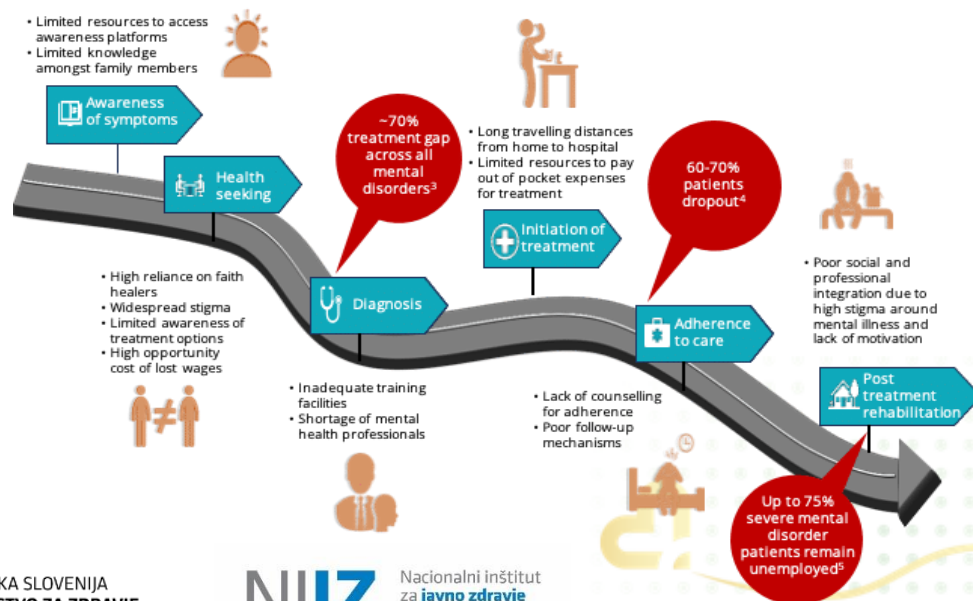
Mednarodna konferenca Dvig zdravstvene pismenosti v Sloveniji
Brdo pri Kranju, 7. 6. 2023



Razvoj zemljevida poti oseb s kroničnimi boleznimi

Zemljevid poti pacienta (*patient journey mapping*)

- ✓ Vizualizacija in razumevanje različnih korakov, niza zaporednih dogodkov, skozi katere gre pacient v interakciji s sistemom zdravstvenega varstva in izven njega;
- ✓ pacientova perspektiva, pacientove izkušnje, interakcije na različnih točkah kontinuuma;
- ✓ prepoznavanje vrzeli, izzivov in priložnosti za izboljšanje celotne izkušnje pacienta ter optimizacijo zagotavljanja zdravstvenih storitev.



Razvoj zemljevida poti oseb s kroničnimi boleznimi



Povezava med razvojem zemljevida poti pacienta in zdravstveno pismenostjo

- ✓ Izboljšanje na pacienta osredotočene obravnave,
- ✓ razumevanje izkušenj pacientov,
- ✓ izboljševanje komunikacije – zagotavljanje informacij (kdaj, kaj, na kakšen način), prepoznavanje vrzeli v pretoku informacij – ovira za razumevanje, aktivno participacijo pacientov,
- ✓ izboljšanje edukacije pacientov (zagotavljanje jasnih, relevantnih, ciljanih edukacijskih intervencij),
- ✓ opolnomočenje pacientov za boljšo navigacijo po zdravstvenem sistemu.

Zemljevid poti pacienta – področja, na katerih pacient potrebuje dodatno podporo pri navigaciji po zdravstvenem sistemu.

Depresija

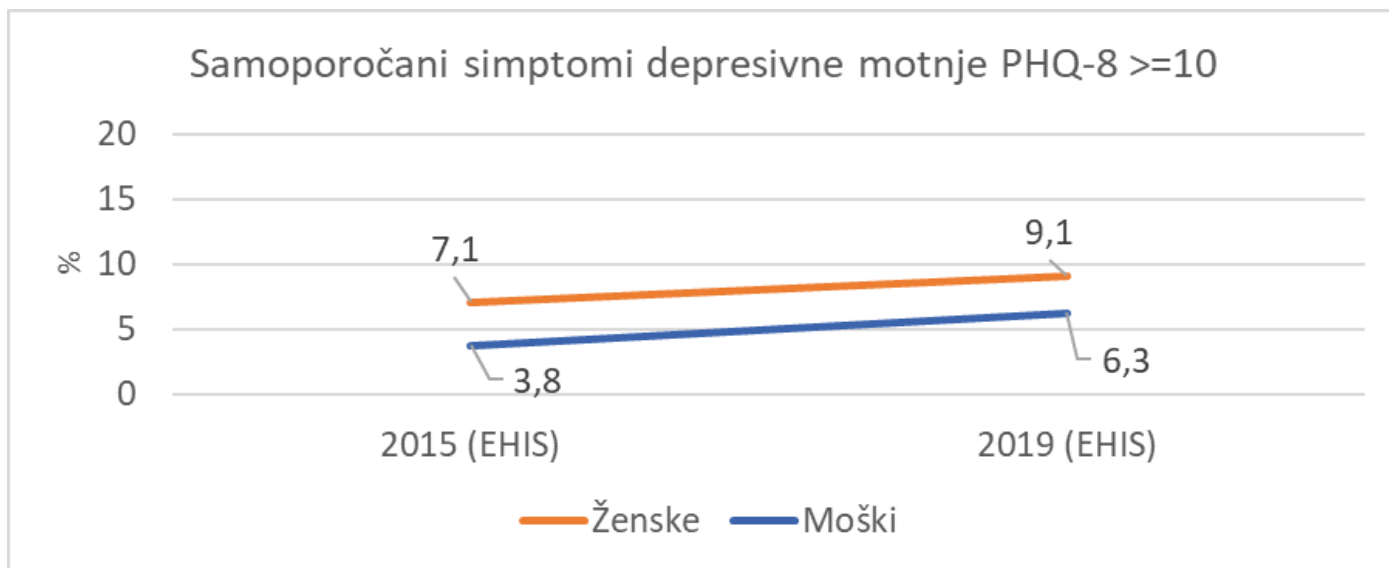
Depresija je motnja razpoloženja, za katero je značilno, da oseba dlje časa doživlja malodušje ter odsotnost zanimanja ali zmožnosti razveselitve/užitka pri dejavnostih. Simptomi in znaki depresije se lahko kažejo v čustvovanju, mišljenju, vedenju ter telesnih simptomih posameznika (*Dernovšek, Šprah in Knežević Hočevar, 2018*).

Motnje razpoloženja predstavljajo največji delež stroškov med psihiatričnimi boleznimi (*Bon, Koritnik et al., 2013*).



Vir: I had a black dog, his name was depression,
<https://www.mhinnovation.net>

Depresija



Število izgubljenih koledarskih dni zaradi “depresije” v letu 2022: **322.737** (vir: NIJZ)

Vsi dnevi odsotnosti z dela za eno zaključeno diagnozo v opazovanem obdobju.



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

Nacionalna raziskava
zdravstvene pismenosti v
Sloveniji (HLS-SI₁₉)

Raziskava o pismenosti na
področju duševnega
zdravja

Kvalitativna raziskava
Analiza aktivnosti za dvig
zdravstvene pismenosti
oseb s kroničnimi
boleznimi v Sloveniji
(Depresija)

Delo v interdisciplinarni
delovni skupini



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

Nacionalna raziskava zdravstvene pismenosti v Sloveniji (HLS-SI₁₉)

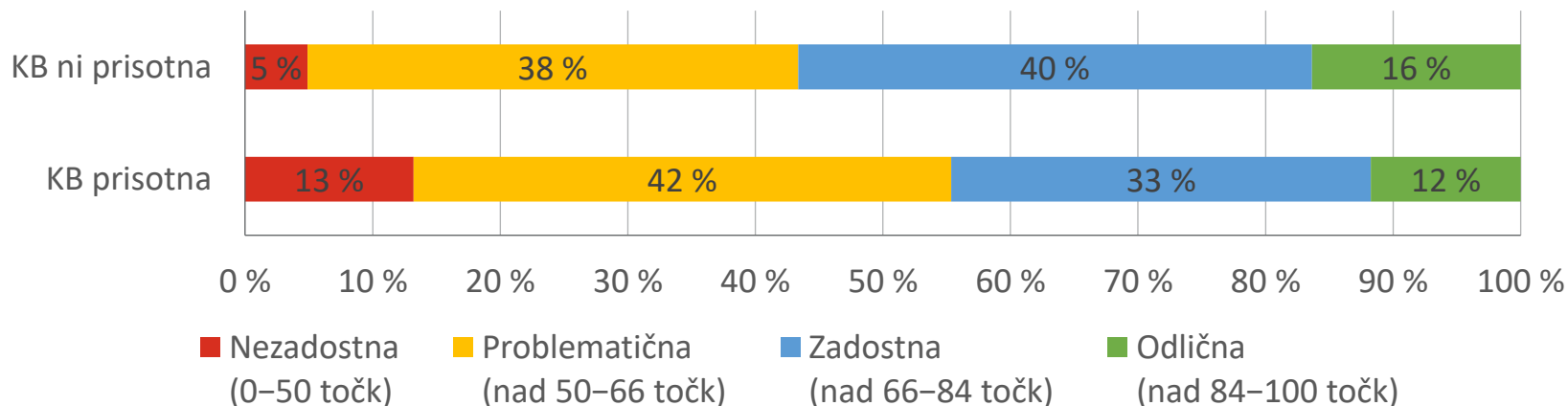
Raziskava o pismenosti na področju duševnega zdravja

Kvalitativna raziskava
Analiza aktivnosti za dvig zdravstvene pismenosti oseb s kroničnimi boleznimi v Sloveniji (Depresija)

Delo v interdisciplinarni delovni skupini

Verjetnostni vzorec odraslih prebivalcev Slovenije; realizirani vzorec: 3.360 oseb (60 % stopnja odgovora). Spletni in osebni način anketiranja.

SPLOŠNA ZDRAVSTVENA PISMENOST



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

Nacionalna raziskava
zdravstvene pismenosti v
Sloveniji (HLS-SI₁₉)

Raziskava o pismenosti
na področju duševnega
zdravja

Kvalitativna raziskava
Analiza aktivnosti za dvig
zdravstvene pismenosti
oseb s kroničnimi
boleznimi v Sloveniji
(Depresija)

Delo v interdisciplinarni
delovni skupini

- Najti informacije o spoprijemanju s težavami v duševnem zdravju
- Razumeti informacije, kako ohranjati duševno zdravje

Več težav:

- ✓ starejši (tudi najmlajša starostna skupina več kot med 30-59 let),
- ✓ z nižanjem izobrazbe (naveč težav osebe s končano OŠ ali manj),
- ✓ z nižanjem stopnje finančne deprivacije,
- ✓ izrazito več pri osebah s šibko socialno oporo.



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

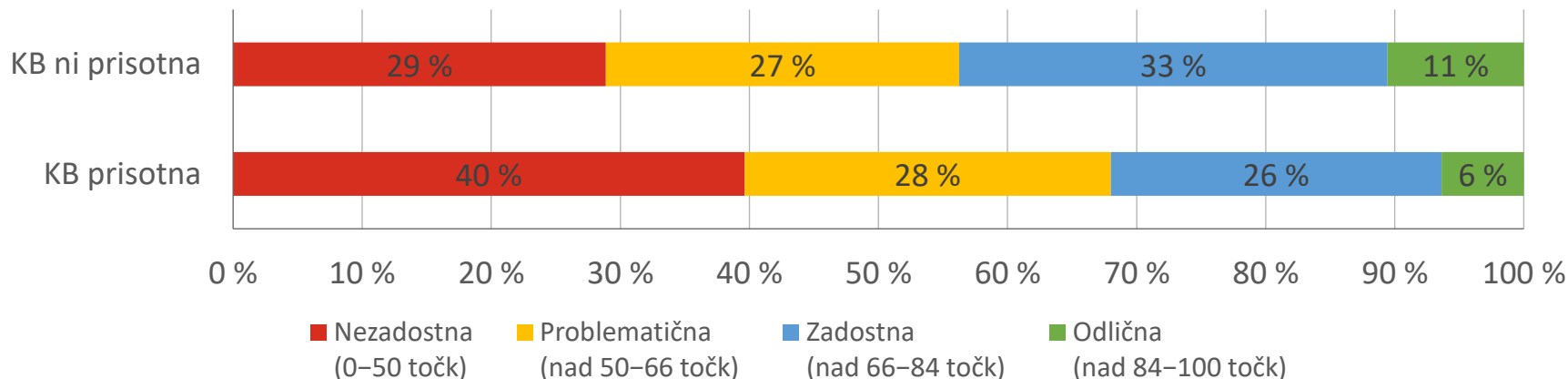
Nacionalna raziskava
zdravstvene pismenosti v
Sloveniji (HLS-SI₁₉)

Raziskava o pismenosti
na področju duševnega
zdravja

Kvalitativna raziskava
Analiza aktivnosti za dvig
zdravstvene pismenosti
oseb s kroničnimi
bolezni v Sloveniji
(Depresija)

Delo v interdisciplinarni
delovni skupini

NAVIGACIJSKA ZDRAVSTVENA PISMENOST



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

Nacionalna raziskava
zdravstvene pismenosti v
Sloveniji (HLS-SI₁₉)

Raziskava o pismenosti na
področju duševnega
zdravja

Kvalitativna raziskava
Analiza aktivnosti za dvig
zdravstvene pismenosti
oseb s kroničnimi
boleznimi v Sloveniji
(Depresija)

Delo v interdisciplinarni
delovni skupini

Poznavanje depresivne motnje.

Stališča do iskanja strokovne pomoči.

Dejansko iskanje strokovne pomoči.

Identifikacija ovir – zakaj niso poiskali strokovne pomoči, ko so imeli težave v duševnem zdravju

Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

Nacionalna raziskava
zdravstvene pismenosti v
Sloveniji (HLS-SI₁₉)

Raziskava o pismenosti
na področju duševnega
zdravja

**Kvalitativna raziskava
Analiza aktivnosti za dvig
zdravstvene pismenosti
oseb s kroničnimi
boleznimi v Sloveniji
(Depresija)**

Delo v interdisciplinarni
delovni skupini

- ✓ Analiza aktivnosti preventive v ambulantah družinske medicine ter aktivnosti preventive in promocije zdravja v CKZ/ZVC z vidika zdravstvene pismenosti
- ✓ Pregled spletnih strani vseh zdravstvenih domov v Sloveniji
- ✓ Pregled vseh Letnih poročil zdravstvenih domov za leto 2019
- ✓ Polstrukturirani telefonski intervjuji s pomočnicami direktorjev zdravstvenih domov za področje zdravstvene nege
- ✓ Polstrukturirani intervjuji z osebami z diagnosticirano depresijo (*Izkušnja in doživljanje poti oseb s kronično boleznijo z vidika zagotavljanja pogojev za krepitev zdravstvene pismenosti*)
- ✓ Polstrukturirani ekspertni intervjuji
- ✓ Pregled spletnih strani NVO s področja duševnega zdravja



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji

Nacionalna raziskava
zdravstvene pismenosti v
Sloveniji (HLS-SI₁₉)

Raziskava o pismenosti
na področju duševnega
zdravja

Kvalitativna raziskava
Analiza aktivnosti za dvig
zdravstvene pismenosti
oseb s kroničnimi
bolezni v Sloveniji
(Depresija)

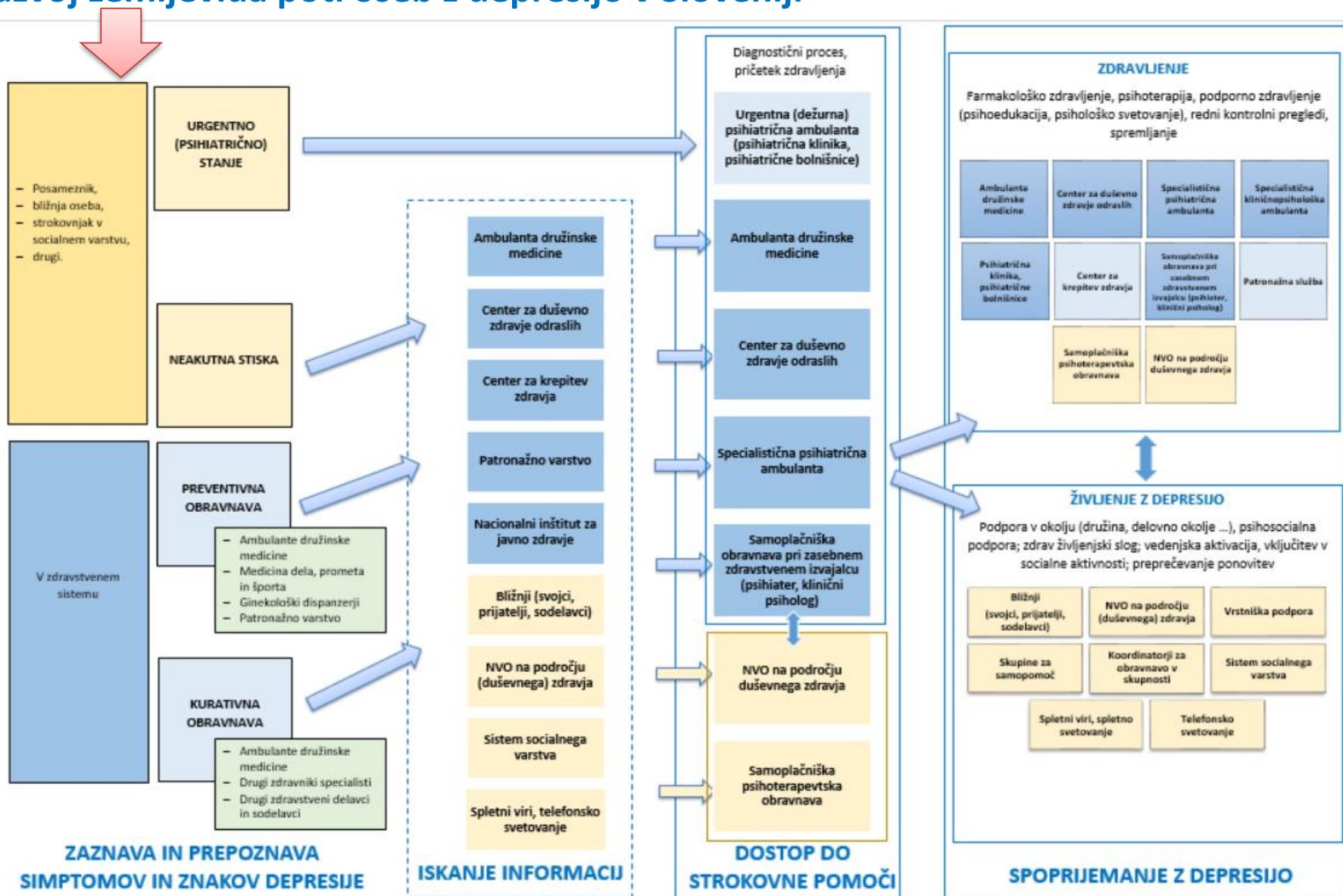
**Delo v interdisciplinarni
delovni skupini**

Delovna skupina za razvoj in implementacijo aktivnosti za dvig zdravstvene pismenosti na področju depresije

- ✓ Ambulante družinske medicine
- ✓ Centri za krepitev zdravja
- ✓ Centri za duševno zdravje odraslih
- ✓ Patronažna služba
- ✓ Psihiatrična klinika
- ✓ Psihiatrična bolnišnica
- ✓ Specialistična psihiatrična ambulanta
- ✓ Zdravstvena fakulteta
- ✓ Nacionalni inštitut za javno zdravje
- ✓ Ministrstvo za zdravje
- ✓ Predstavniki nevladnih organizacij na področju duševnega zdravja
- ✓ Predstavniki pacientov



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji – zaznava in prepoznava simptomov

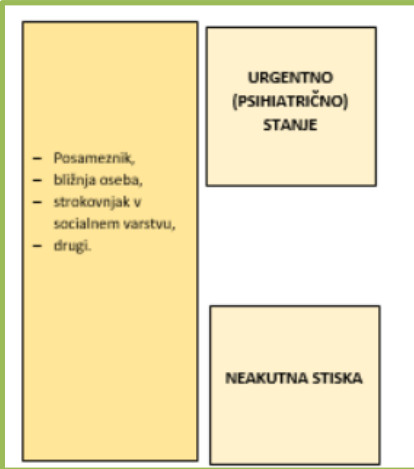
Težave pri razumevanju in prepoznavanju simptomov; pripisovanje drugim vzrokom, sram, strah.



Prvi korak na poti osebe z depresijo. Prepoznavanje potrebe po pomoči.

Prepoznava simptomov (s strani posameznika, bližnjih) je neposredno povezana z **ozaveščanjem** o depresiji, ki jo v Sloveniji izvajajo tako strokovnjaki v zdravstvenem sistemu kot izven njega.

Ključni namen ozaveščanja o depresiji je izboljšanje zdravstvene pismenosti in destigmatizacija.



Ozaveščanje, informiranje o depresiji



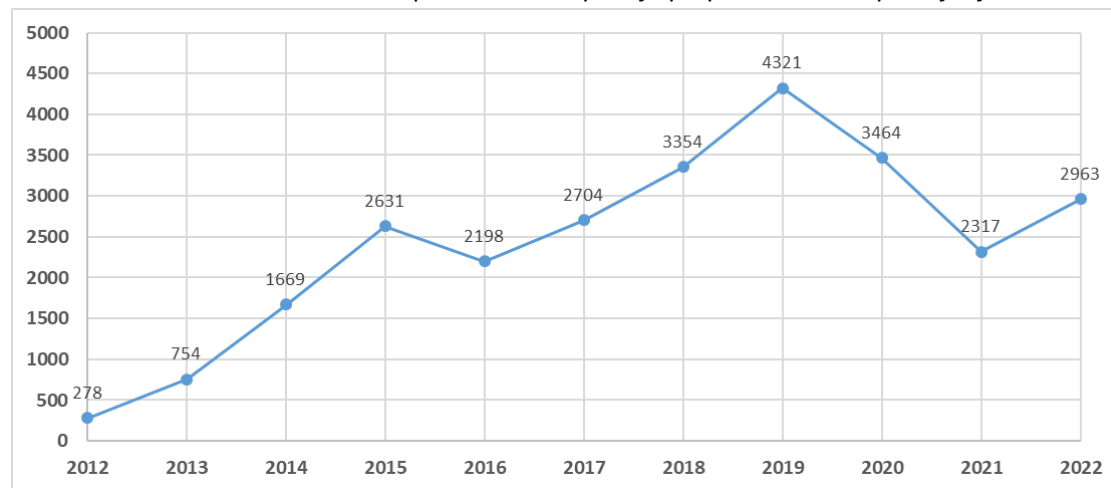
**ZAZNAVA IN PREPOZNAVA
SIMPTOMOV IN ZNAKOV DEPRESIJE**

Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji – zaznava in prepoznava simptomov



Sistematično presejanje na depresijo v **ambulantah družinske medicine (ADM)** v okviru preventivnih pregledov za odrasle (od leta 2011), ki jih izvaja diplomirana medicinska sestra v ADM v sodelovanju z zdravnikom družinske medicine.

Število odkritih pacientov z depresijo pri preventivnem presejanju v ADM



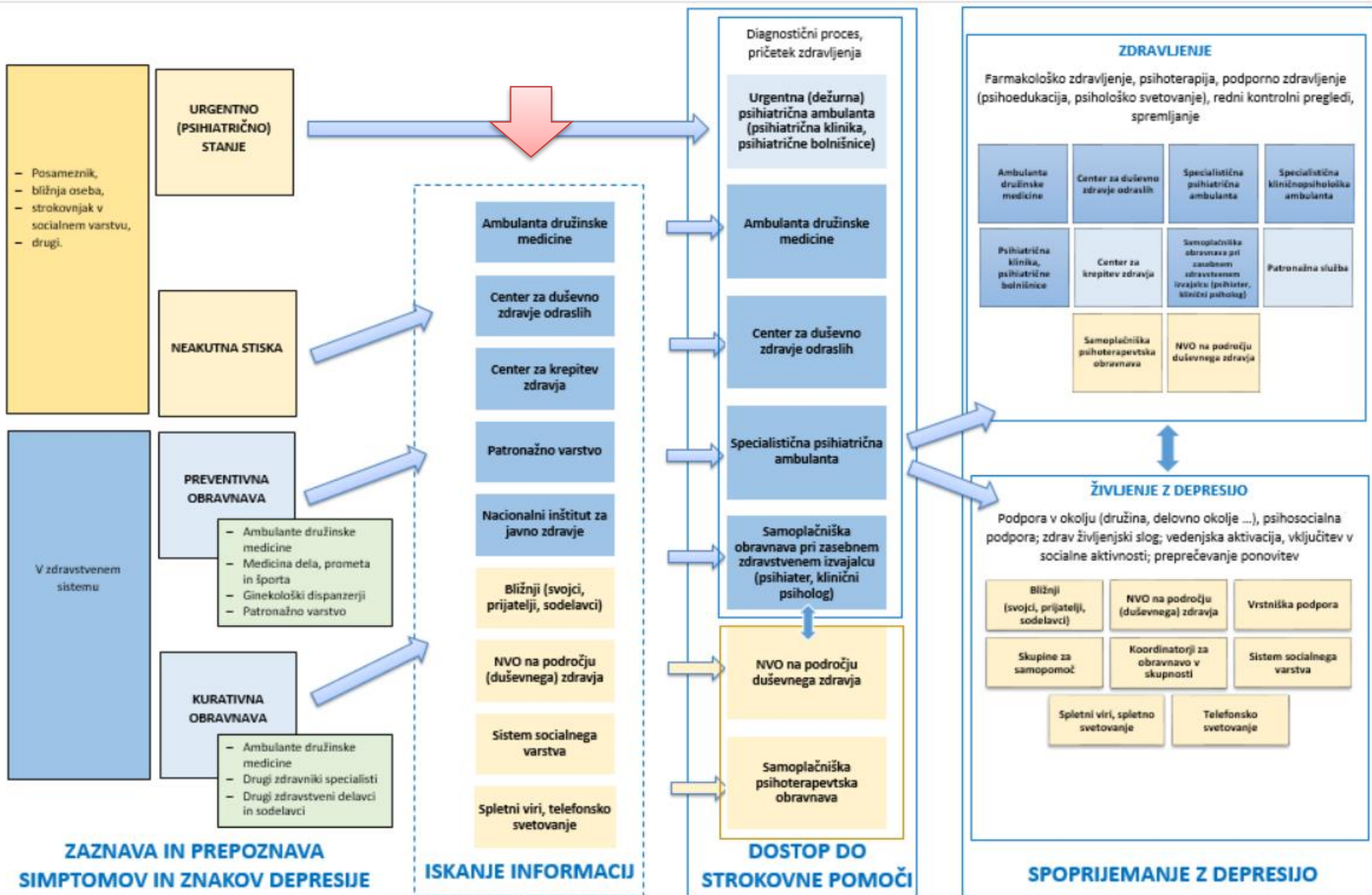
Zgodnja prepoznavna in obravnava, prepoznavanje skupin z visokim tveganjem

Skupno (2012–2022): 26.653

**ZAZNAVA IN PREPOZNAVA
SIMPTOMOV IN ZNAKOV DEPRESIJE**



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji



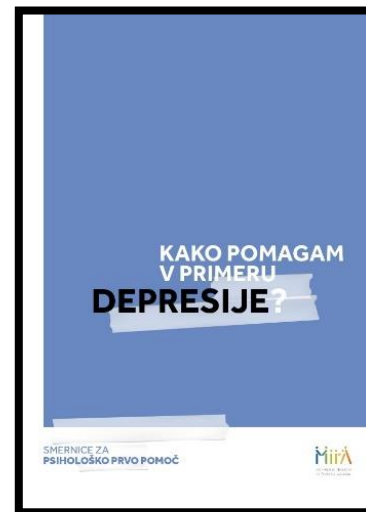
Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji – iskanje informacij



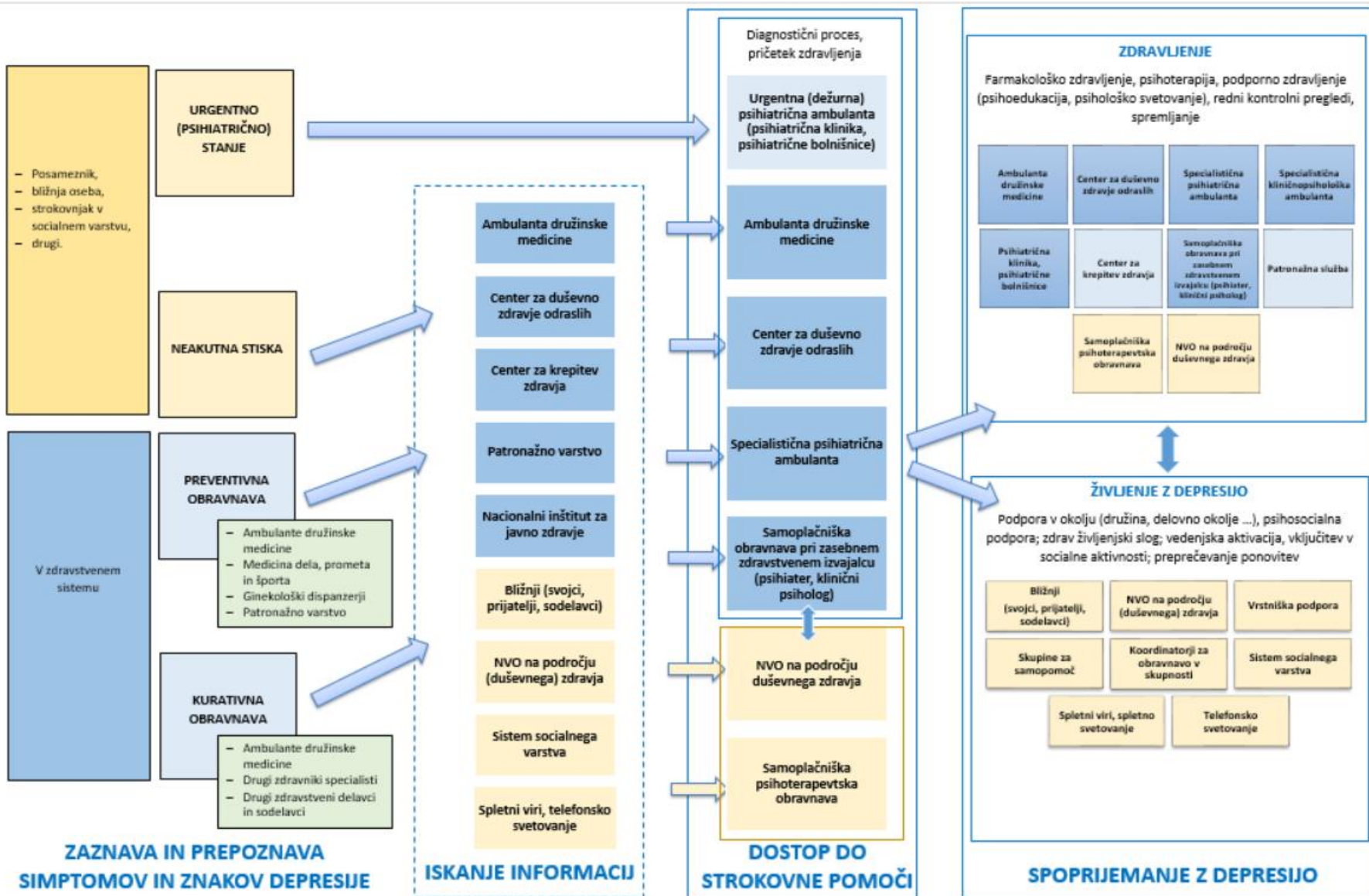
- ✓ Iskanje informacij – v zdravstvenem sistemu in izven njega
- ✓ Razumevanje pridobivanja informacij o depresiji – ključne točke v njihovi izkušnji, pomoč pri izboljšanju ozaveščenosti
- ✓ Izziv – preobilje informacij

Težava je že v prepoznavanju bolezni, v opremljenosti pacienta, da nimajo informacij, kam naj se obrnejo, saj zelo dolgo čakajo na specialistično pomoč: *Mogoče je težava v tem, da zelo dolgo čakajo lahko na pomoč, na specialistično pomoč, ali pa da nimajo informacij, kam se sploh lahko vse obrnejo, ne da, da sploh ne pridejo do nas.*

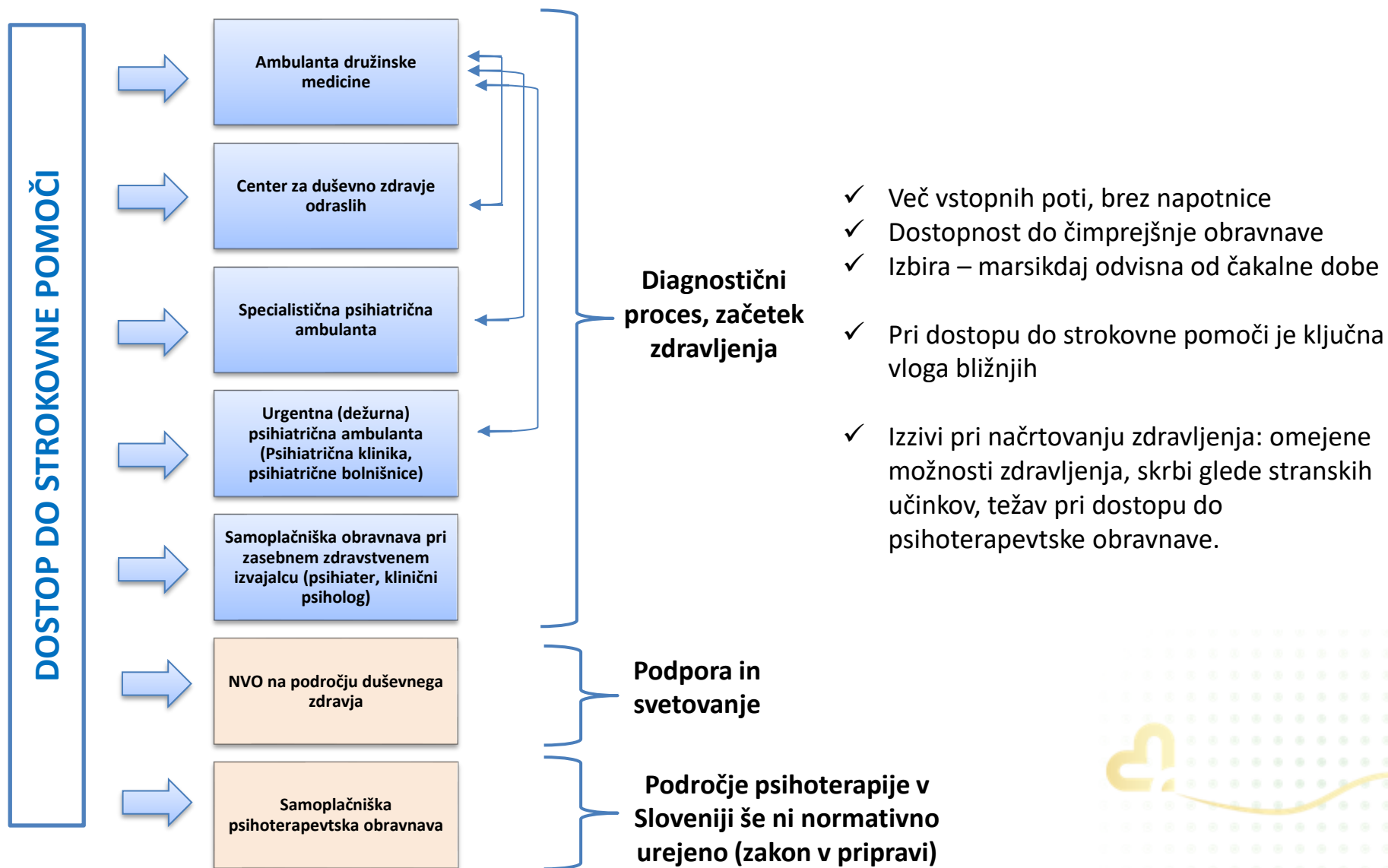
Intervju s strokovnjakom



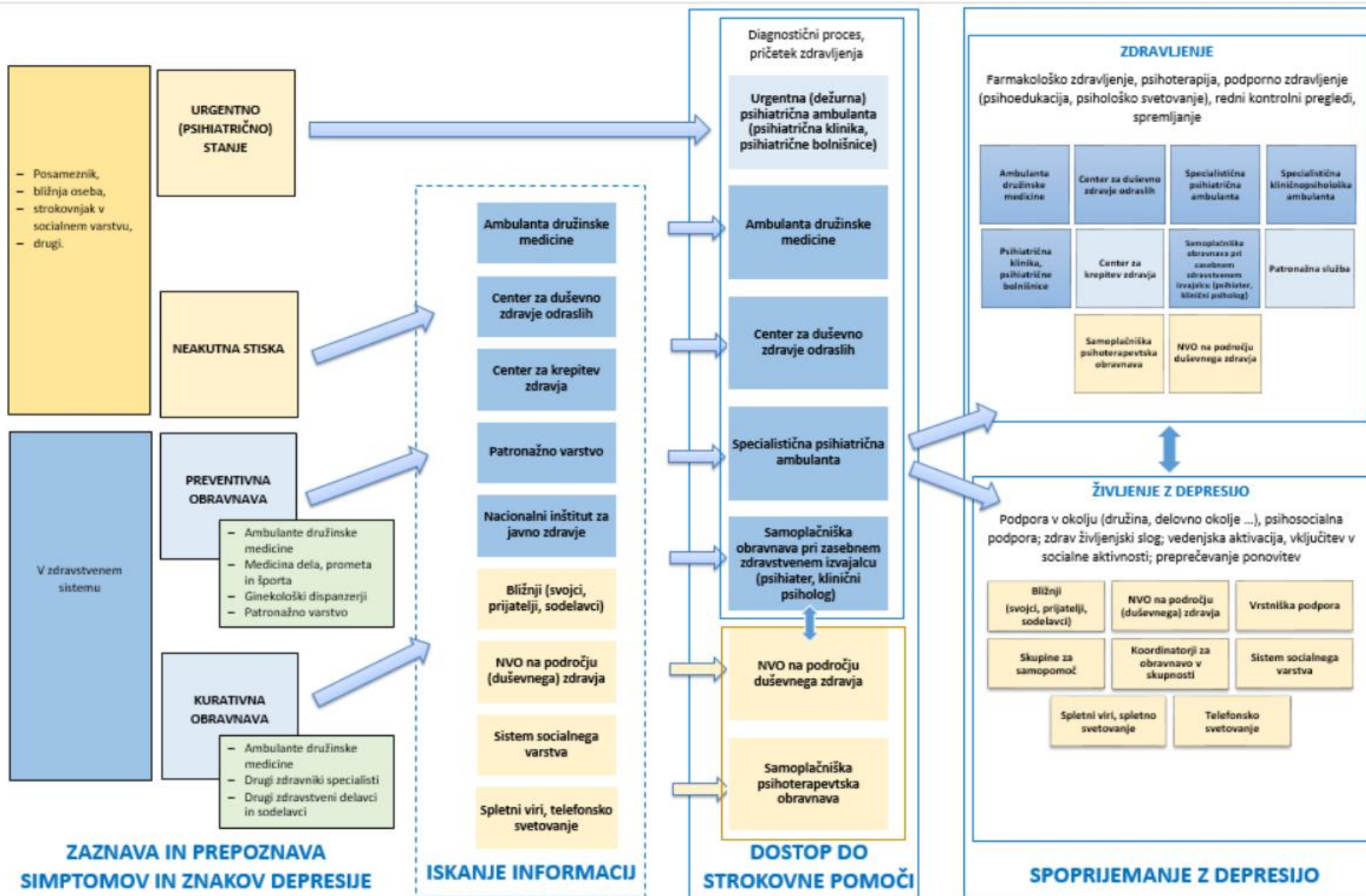
Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji – dostop do strokovne pomoči



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji – spoprijemanje z depresijo

SPOPRIJEMANJE Z DEPRESIJO

ZDRAVLJENJE

- ✓ Farmakološko zdravljenje
- ✓ Psihoterapija
- ✓ Podporno zdravljenje (psihoedukacija, psihološko svetovanje)

Redni kontrolni pregledi – spremljanje napredka, p.p. prilagajanje načrta zdravljenja, pogovor.

Jaz sem pogrešal pogovore, ker je vse bilo na medikamentozni osnovi, to zdravljenje.

Drugače se pa o vzrokih in poteku bolezni ... ni oseb, ki bi na te stvari odgovarjale.

... jaz sem zdravnico (op. psihiatrinjo) lahko kadarkoli poklical in se posvetoval.

Intervjuji z osebami z depresijo

Takrat sem hodila tudi privat, si plačala psihologinjo in to eno leto v bistvu sem hodila na svoje stroške. Ker tam v bolnišnici si dobil en razgovor ali pa dva in to praktično ni bilo dovolj.

Imam občutek, da je dandanašnji pri psihiatru to nedostopno, ker so postali psihiatri samo še dispečerji zdravil, medtem ko bi za pogovor potrebovala mogoče psihoterapevta ali kaj podobnega, ampak tega mi pa finančno stanje ne dovoljuje.



Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji – spoprijemanje z depresijo

SPOPRIJEMANJE Z DEPRESIJO

*Bil je v časopisu en članek ...
In sem šel potem tja. (op. v
društvo)*

*V bistvu so vsi, lahko tak
rečem, v bistvu pacienti ali
obravnavani bolniki med
seboj največja opora.*

*... da imaš ali partnerja ali
starša ali pač nekoga, ki ga ni
strah, ki ga ne skrbi, ampak ti
stoji ob strani ...*

*V bistvu bi rabil nekoga ... da
ti je pripravljen prisluhnit. To
je ena najhujših stvari, da si
potem na nek način sam s
svojimi mislimi in svojimi
pogledi.*

*... socialni krog se ti zelo zmanjša. Ker
ne razumejo in jih je strah. Mislim, ne
strah intenzivnih čustev, ampak neka
bojazen, ker je pač za nekatere ljudi se
začne in konča s tem, da si nor.*

Intervjuji z osebami z depresijo

ŽIVLJENJE Z DEPRESIJO

- ✓ Podpora v okolju (družina, delovno okolje ...), psihosocialna podpora
- ✓ Zdrav življenjski slog
- ✓ Vedenjska aktivacija, vključitev v socialne aktivnosti
- ✓ Preprečevanje ponovitev

Bližnji (svojci, prijatelji, sodelavci)

NVO na področju (duševnega) zdravja

Vrstniška podpora

Skupine za samopomoč

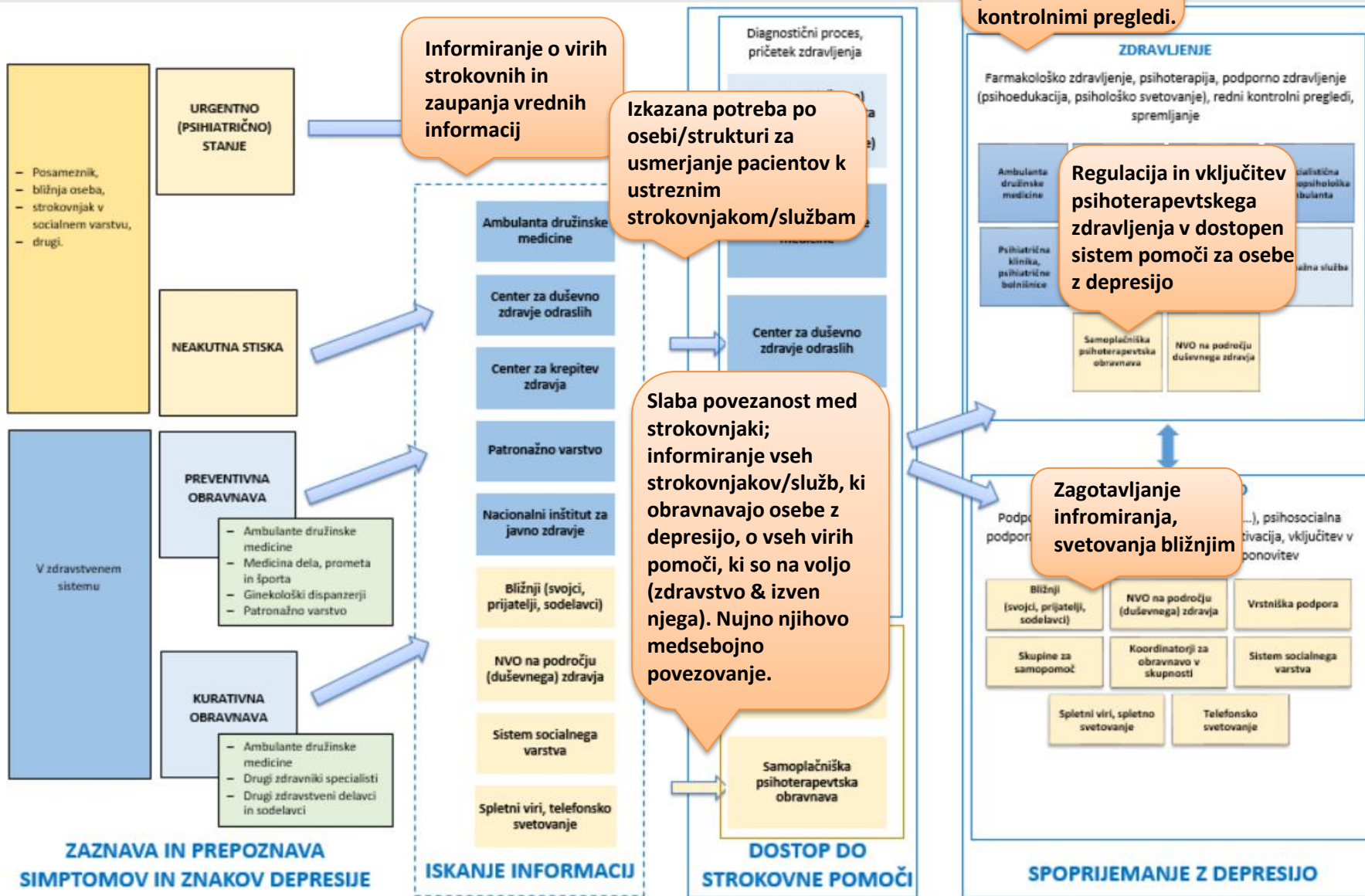
Koordinatorji za obravnavo v skupnosti

Sistem socialnega varstva

Spletni viri, spletno svetovanje

Telefonsko svetovanje

Razvoj zemljevida poti oseb z depresijo v Sloveniji



Razprava s strokovnjaki in predstavniki NVO na področju duševnega zdravja v regiji Pomurje

Razprava z osebami z depresijo

Gradivo za strokovnjake

Gradivo za osebe z depresijo

Zemljevid poti osebe z depresijo v interaktivni obliki na spletu

zapis@nijz.si

