

## **Kas ravijuhised või isiklik kogemus?**

*Prof. emer. Rein Teesalu*

*Tartu Ülikool*

Ligi 20 viimast aastat elame tõenduspõhise meditsiini ajastus, kuigi tõendite otsimine arstimise edukuse kohta ulatub nii lääne kui ida meditsiinis aastatuhandete taha. Tõenduspõhise meditsiini eesmärgiks on rakendada teaduslikul meetodil saadud parimat olemasolevat tõendust meditsiinilises otsustamisprotsessis. Tõenduspõhise meditsiini praktiseerimine tähendab isikliku kliinilise kogemuse ühendamist süstemaatilise uurimistööst pärit parima olemasoleva välise kliinilise tõendusmaterjaliga. Tõenduspõhine meditsiin nurgakiviks on diagnoosimise ja ravi juhised, mis ei ole midagi kivinenut, vaid pidevas arengus ja muutumises ning täienemises olev protsess. Kliiniliste uurimuste tulemuste ja ka fundamentaalteaduste saavutuste valguses muutuvad mõned seni aktsepteeritud diagnostilised testid ja ravimeetodid ning –vahendid aegunuks ja kehtetuks. Nad asendatakse uutega, mis on täpsemad, efektiivsemad ja ohutumad. Juhiste tulemuslik rakendamine eeldab head professionaalset väljaõpet, s.t. nii põhjalikke teoreetilisi teadmisi kui ka kogemust teadmiste praktilise rakendamise oskuste mõttes. Juhised on arstiabi tõhustamise võimas tõukejõud ja efektiivseks osutunud kaasaegsete diagnoosimis- ja ravimeetodite leviku soodustajad. Kartused juhiste arstide otsustamisvabadust piiravast ja praktilise meditsiini arengut pidurdavast toimest on ilmselt ülevõimendatud ja tingitud väärarvamistest. Juhiste soovitusi tuleb rakendada nende haigete ravimisel, kelle kohta need soovitused käivad. Ravitavad haiged peaksid olema samast soost, samast vanusegrupist, samasuguse kaasuvate haiguste profiiliga jne., kui juhiste soovitude aluseks olevates ravimuurimustes osalenud haiged. Juhiste järgi tegutsemisel on oluline arvesse võtta soovitude kasulikkuse ja tõhususe klass ning soovitude aluseks oleva tõendusmaterjali usaldusväärsustase. Euroopas tehtud ülevaated juhiste kasutamise kohta näitavad, et arstid sageli ei lähtu oma praktilises töös juhiste soovitudest. Probleemi nähakse nii arstides kui juhistes. Juhiste paremustamiseks on loodud Juhiste Rahvusvaheline Võrgustik (Guidelines International Network, 2002), mille üks olulisemaid eesmärke on parandada ja harmoniseerida juhiste süstemaatilise väljatöötamise metodoloogiat, s.t. luua juhised juhiste väljatöötamiseks.

Isiklikku kogemust ja diagnoosimise ning ravi juhiseid ei tule vastandada. Juhised ei välista kogemuste vajalikkust. Kogemused ei tee juhiseid üleliigseteks. Kogemuse puudumine või vähesus viib juhiste täranniale ja kätkeb endas ohtu neid valesti tõlgendada. Juhiste ignoreerimise tulemuseks

võib olla vananenud diagnoosimis- ja ravimeetodite kasutamine. Juhiste soovitusi arvesse võtavad arstid saavad paremaid ravitulemusi kui arstid, kes juhiste soovitustest ei hooli.