

## **Arsti teekond patsiendi usalduseni**

### **Patsiendile haiguse olemusest rääkides**

*Anneli Rätsep*

*Tartu Ülikool*

Paljude krooniliste haiguste diagnostikas ja ravi käsitluses on viimastel kümnenditel toimunud märkimisväärseid muutusi. Jätkuvalt on kogu maailmas probleemiks patsientide puudulikud ravitulemused ning madal elukvaliteet. Krooniliste haigustega patsientidel tuleb haigusega kohanemisel läbida protsess haiguse teadvustamisest aktsepteerimiseni. Milline on inimese motivatsioon ravisoovitusi järgida sõltub sellest, kuidas on formuleeritud tema tervisega seotud eesmärgid.

Eesmärkide püstitamiseks on vajalikud teadmised, oskused ning vastutus. Kes vastutab patsiendi tervisega seotud tulemuste eest? Traditsiooniliselt on arsti- patsiendi suhetes olnud domineeriv paternalistlik suhtlemisviis, kus ei eeldata patsiendi aktiivset osalust. Siit tuleneb sageli patsientide hoiak, et arst on vastutav haiguse ravi ja tulemuste eest.

Tänapäeval ootavad arstid patsientidelt suuremat panust raviprotsessi. Teisalt eeldab üle poole patsientidest, et neid kaasataks tervisega seotud otsustesse. Et krooniliste haigustega patsiendil tekiks vastutus, on oluline sõnastada, milliseid valikuid teeb patsient igapäevaselt ning kuivõrd omab kontrolli nende valikute üle. Patsiendi valikutega seotud tagajärjed mõjutavad otseselt patsiendi elu, seetõttu on neil õigus ja vabadus kohandada soovitusi vastavalt enda tõekspidamistele ja elukeskkonnale. Meditsiinitöötajad saavad vastutada kvaliteetse meditsiiniteenuse, õpetamise ja soovitude eest, kuid haigus kuulub patsiendile.

Koostöö tekkimise aluseks on arsti ja patsiendi vaheline kommunikatsioon. Uuringud on näidanud, et arsti – patsiendi suhe mõjutab patsiendi tervisega seotud tulemusi, kuid toimemehhanismid ei ole alati ühesuunalised. Meditsiiniline kommunikatsioon peab täitma järgmised funktsioonid: ravisuhte loomine ja edendamine, informatsiooni kogumine, informatsiooni jagamine, otsuse tegemine, haiguse või raviga seotud käitumise muutuse soodustamine, emotsioonidele vastamine. Vahel võib verbaalne ja mitteverbaalne suhtlemisviis olla iseenesest terapeutilise mõjuga, vähendades ärevust, hirmu ja füüsilisi sümptomeid. Siiski mõjutab arsti ja patsiendi vaheline kommunikatsioon tervisetulemusi kaudsemalt. Raviga rahulolu, usaldus arsti ja süsteemi vastu, raviga soostumus, enesejuhtimise oskused tagavad edu kaugtulemustes, milleks on parem psühhoemotsionaalne seisund, funktsionaalne võimekus, sümptomite kontroll, tüsistuste vähenemine. Need tulemused on patsiendi seisukohast olulise tähtsusega.

Arstiabi kättesaadavus, patsiendi paremad teadmised ja arusaamine oma haigusest, ravikoostöö, tõendusel põhinevad otsused, sotsiaalne toetus, patsiendi enesejuhtimisoskused ning emotsionaalne toetus on viisid, mille kaudu kommunikatsioon viib kaugemas perspektiivis tervisetulemuste paranemisele.