

Úspešné zvládnutie liečebného procesu psychiatrického pacienta



Charakteristika: Keď pacient absolvuje prvé psychiatrické vyšetrenie a vstúpi do lekárskej starostlivosti lekára psychiatra, nachádza sa na začiatku svojej liečby. Psychiater pacienta oboznámi s jeho diagnózou, liečebným plánom, a rovnako aj s jednotlivými fázami liečebného procesu. Cieľom psychiatra je, aby pacient úspešne zvládol všetky etapy liečby, dospel k trvalému zlepšeniu svojho psychického zdravia, a vedel tak plnohodnotne fungovať vo svojom osobnom a pracovnom živote.

Je potrebné sa však pripraviť na to, že podľa stanovenej diagnózy môže liečba predstavovať krátkodobú, strednodobú alebo aj dlhodobú cestu, ktorá bude vyžadovať systematický prístup, zodpovednosť, disciplínu a úzku spoluprácu medzi psychiatrom, pacientom a jeho rodinou.



Odporúčania pre dobrý priebeh a výsledok liečby (1)

- 1. Dôvera a aktívna spolupráca so psychiatrom.** Pacient sa zodpovedne a s vysokou mierou disciplíny podieľa na plnení úloh, ktoré mu vyplývajú z liečebného plánu. Pravidelne užíva predpísanú medikáciu, a to v stanovených dávkach a časoch. Samovoľné vysadenie liekov alebo zmenu ich dávkovania pacient bez porady so psychiatrom nerobí, pretože takéto počínanie je najčastejšou príčinou relapsu a zhoršenia pacientovho psychického stavu.
- 2. Kombinácia prístupov.** Ak psychiater vyhodnotí, že pre pacienta je najvhodnejšia kombinovaná liečba, navrhne mu spojenie farmakoterapie a psychoterapie.
- 3. Úprimnosť a pravdivosť na kontrolných vyšetreniach.** Pacient so psychiatrom otvorene komunikuje o vývoji svojho psychického stavu, o vedľajších účinkoch liekov (ak sa také objavujú) a zdieľa svoje skúsenosti, ktoré zažíva pri liečbe. Takýto prístup je dôležitý, pretože v niektorých prípadoch vyžaduje nájdenie efektívnej a dobre tolerovanej liečby istý čas a modifikáciu medikácie.
- 4. Stabilný denný režim.** Pravidelný denný rytmus, skladajúci sa z pevného spánkového režimu, pravidelnej a hodnotnej stravy, práce a športovej aktivity, pomáha pacientovi stabilizovať psychický stav, znižovať úzkosť a vytvárať známe a predvídateľné prostredie.

1

Odporúčania pre dobrý priebeh a výsledok liečby (2)

- 5. Redukcia stresu.** Pacient si osvojí techniky na zvládanie stresových situácií, minimalizuje chaos, konfliktnú komunikáciu a nadmerné negatívne podnety doma a na pracovisku.
- 6. Komunikácia a podpora rodinných príslušníkov.** Ak pacient súhlasí, je vhodné, aby sa jeho partnerka, rodičia a súrodenci zúčastnili na konzultácii u psychiatra, na ktorej im lekár vysvetlí špecifiká diagnózy, liečby a režimových opatrení pre pacienta. Úspešnému zvládnutiu liečby výrazne pomáha skutočnosť, keď rodinní príslušníci prejavujú rešpektujúci a podporný prístup pri liečbe svojho blízkeho.
- 7. Krízový plán a prevencia recidív.** Rodinní príslušníci sa naučia rozpoznať skoré varovné signály, ktoré môžu naznačovať vznikajúci krízový stav a viesť k zhoršeniu psychického stavu pacienta. Ide napríklad o zhoršenie spánku, vyššiu mieru izolácie či zvýšenú podráždenosť. Odporúča sa, aby mal tak samotný pacient, ako aj jeho príbuzní, uložené kontakty na ošetrojúceho psychiatra, krízovú linku alebo najbližší psychiatrický príjem na riešenie urgentných stavov.
- 8. Motivácia a viera v lepšiu budúcnosť.** Moderná psychiatria je vždy pripravená zachrániť a zlepšiť život každého pacienta, ktorý jej dôveruje, je motivovaný aktívne riešiť svoje psychické zdravie a má istú mieru pozitívneho myslenia.

2



MUDr. Myroslava Hanáková
Cognitex, s. r. o.

Poliklinika Vajnorská
Vajnorská 1354/40
831 03 Bratislava

+421 915 450 120
info.mhanakova@gmail.com
www.cognitex.sk

Copyright ©:
Cognitex, s. r. o., 2026