

Su sveikata susijusi gyvenimo kokybė

Kas tai yra su sveikata susijusi gyvenimo kokybė?

“Su sveikata susijusi gyvenimo kokybė” yra sąvoka, naudojama norint nustatyti kaip Jūsų sveikata veikia Jūsų fizinę, psichinę ir emocinę savijautą. Čia pateikta informacija paaiškina, kodėl svarbu įvertinti šiuos rodiklius ir kodėl Jūsų gydytojas, slaugytojas ar fizioterapeutas (toliau šiame tekste jie visi vadinami sveikatos priežiūros specialistais) Jūsų gydymo plane turėtų į tai atsižvelgti.

Norint įvertinti ligos įtaką Jūsų gyvenimo būdui, su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimas gali papildyti įprastus, tokius kaip kraujospūdis ar plaučių funkcijos, klinikinius rodiklius.

Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės klausimynai padeda sveikatos priežiūros specialistams suprasti, kokios pagalbos Jūs norėtumėte ir kurios Jūsų gyvenimo sritys yra labiausiai paveiktos. Tokiu būdu jie gali geriau įvertinti, kokie simptomai Jums sukelia daugiausiai problemų.

Šiame tekste naudojami astmos, kaip ligos, kuomet gyvenimo kokybės matavimai gali būti panaudoti sudarant geriausią gydymo planą, pavyzdžiai. Turimi omenyje patarimai tiek dėl elgsenos pokyčių, tiek dėl išrašomų vaistų.

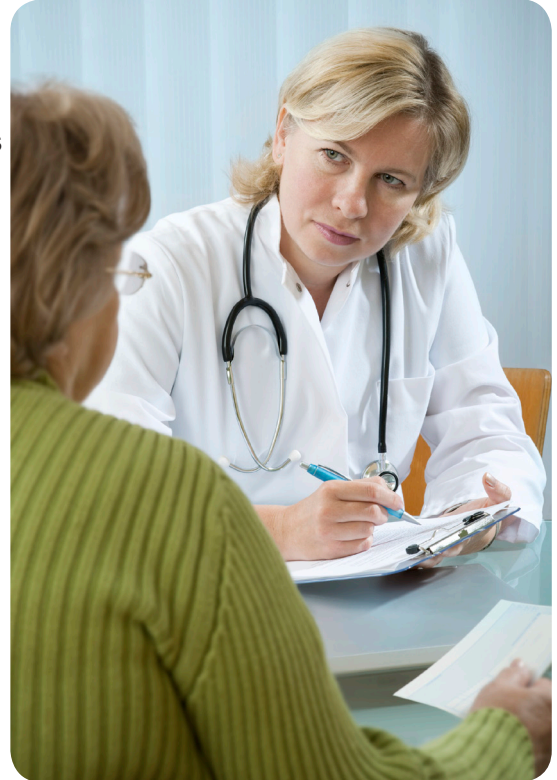
Žemiau aprašytos dvi to paties amžiaus moterys sergančios ta pačia liga, bet kuri skirtingai paveikė jų gyvenimus:

Marija	Hanos
35 metų moteris	35 metų moteris
Vidutinio sunkumo astma	Vidutinio sunkumo astma
Marija dirba ne visą darbo laiką. Ji gali pritaikyti darbą ir užsiėmimus pagal savo ligą. Įprastai ji jaučiasi atsipalaidavusi ir astma jos per daug nevargina.	Hanos darbo tempas yra greitas dulkėtame biure. Ji linkusi nerimauti dėl savo sveikatos, kadangi yra labai sportiška ir atlieka daug fizinių pratimų. Dėl to astma jai gana smarkiai sutrikdo gyvenimo kokybę.

Jeigu Hanai ir Marijai būtų taikomas vienodas gydymas, sveikatos priežiūros specialisto atlikti įprastiniai plaučių funkcijos tyrimai rodytų panašų pagerėjimą. Tačiau Marijos gyvenimo kokybės pagerėjimas, tikėtina, bus gerokai didesnis už Hanos, nes Marija geriau jausis darbe, galės mėgautis savo hobiu bei tiesiog mažiau jaudinsis.

Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės klausimynai

Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimai įprastai atliekami naudojant klausimynus. Paciento atsakymai padėtų sveikatos priežiūros specialistui nustatyti, kurie simptomai sutrikdo jo normalų gyvenimą ir koks gydymas būtų veiksmingiausias jį atstatant.



©istockphoto.com/AlexRaths

Šie klausymai yra sudaryti iš įvairių klausimų, tokių kaip:

1. Kaip Jūs šiuo metu vertinate savo sveikatą?
2. Ar kvėpavimo sutrikimai trukdo Jums dirbti?
3. Kokia veikla Jums sukelia dusulį?

Pagalvokite, kaip į šiuos klausimus atsakytų Hana ir Marija. Kaip skirtųsi jų atsakymai?



©istockphoto.com/Mableen

▶ Kodėl yra svarbūs su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimai?

Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimų naudojimas taip pat gali padėti bendram sprendimų priėmimui. Sprendžiant, koks gydymo planas, Jūsų nuomone, būtų Jums geriausias, leistų pasijusti dalyvaujančiam savo ligos gydyme. Tai taip pat gali Jums padėti pasijusti laimingesniu laikantis šio gydymo plano, kas savo ruožtu padės geriau kontroliuoti Jūsų ligą.

“Naudojami su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimai paverčia įprastą gydymo procesą, kuriam vadovauja gydytojas, sėkminga partneryste. Šis požiūris keičia konsultacijos eigą ir suteikia pacientui galimybę pasakyti gydytojui, kokia pagalba jam padėtų pasijusti geriau.”

Profesorius David Price, plaučių sveikatos ekspertas, gyvenimo kokybės matavimus naudojantis moksliniuose tyrimuose ir klinikinėje praktikoje

▶ Kokie su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimai yra naudojami moksliniuose tyrimuose?

Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimai gali būti naudojami moksliniuose tyrimuose norint įvertinti, ar naujas gydymo būdas pakankamai veiksmingai pagerina paciento gyvenimą. Ši matavimų forma kartais naudojama kaip paciento praneštas gydymo rezultatas.

Tyrėjams yra svarbu įvertinti naujo gydymo poveikį pacientui. Su sveikata susijusios gyvenimo kokybės matavimai dažnai panaudojami moksliniuose tyrimuose, kadangi jie padeda tyrėjams suprasti, ar nauji gydymo metodai teikia naudą tam tikra liga sergantiems pacientams. Kai kurie gydymo metodai gali simptomų nepalengvinti, tačiau gali gerokai pagerinti gyvenimo kokybę, gali būti ir atvirkščiai.

▶ Su sveikata susijusi gyvenimo kokybė LOPL mokslinių tyrimų metu



ES remiamas projektas PROactive yra pacientų pranešamų rezultatų matavimų projekto pavyzdys. Šiuo metu tyrėjų komanda kuria pacientų pranešamų baigčių priemonę, kuri gali registruoti, kaip gydymas paveikia LOPL sergančių žmonių fizinį aktyvumą. Plėtodama šia priemonę, mokslinio tyrimo grupė tiesiogiai dirba su LOPL sergančiais pacientais, kad suprastų kaip jie jaučiasi fizinio aktyvumo metu.

Projekto pabaigoje bus naudojama nauja priemonė, panaši į aukščiau minėtą astmos klausimyną, kad būtų galima geriau suprasti, kaip paciento liga veikia jo gyvenimo būdą. Klausimai bus įrašyti į elektroninį įrenginį, panašų į mobilųjį telefoną. Į šį prietaisą pacientas galės kiekvieną dieną užrašyti veiklos kiekį ir pobūdį (“ką aš veikiu?”), simptomus (“kiek kartų dusau ar kiek kartų jatau nuovargį?”) ir prisitaikymo pobūdį (“ar turėjau sulėtinti tempą, ar trumpam sustoti?”). Be to, pacientas turės nešiotis aktyvumo monitorių, kad tiksliai nurodytų savo fizinį aktyvumą. Šie matavimai bus naudojami norint patikrinti naujų LOPL gydymo metodų realųjį veiksmingumą. Projekto eigą galima stebėti internete: www.proactivecopd.com