

Dobitna kombinacija: praksa utemeljena na dokazima Podučavanje fizikalne i rehabilitacijske medicine

Razgovor vodila: dr. sc. Ana POLJIČANIN, dr. med.

Katedra za fizikalnu i rehabilitacijsku medicinu
Medicinskog fakulteta u Splitu

Razgovor s Alison Kirkman, bacc. phy., profesoricom iz područja neurorehabilitacije, koja je posjetila Medicinski fakultet u Splitu (MFS) i Sveučilišni odjel zdravstvenih studija (OZS) tijekom listopada 2013. g. u sklopu međunarodne suradnje s Katedrom za fizikalnu i rehabilitacijsku medicinu MFS i Odsjekom za fizioterapiju OZS.

1. Možete li se, molim Vas, kratko predstaviti? Odakle dolazite i čime se bavite?

Dolazim iz Perthu u Zapadnoj Australiji, gdje predajem neuroznanost na malom Sveučilištu u Fremantle Portu. Rođena sam u Zimbabweu, gdje sam završila Studij fizioterapije na Sveučilištu u Cape Townu u Južnoafričkoj Republici, gdje sam živjela i radila do 2003. g.

2. U listopadu smo imali prekrasnu priliku prisustvovati Vašem predavanju pod naslovom „Najnoviji trendovi u neurološkoj rehabilitaciji i fizioterapijska praksa utemeljena na dokazima“. Kako to da ste došli baš u Split održati predavanje?

Pročitala sam članak prof. dr. sc. Tonka Vlaka i njegovih suradnika s vašeg Medicinskog fakulteta o poučavanju rehabilitacijske medicine u Splitu, koji je u kolovozu publiciran u časopisu „Disability and Rehabilitation“ te me je zainteresiralo njegovo iskustvo u edukaciji iz tog područja. Kako smo moj suprug i ja prethodno ionako planirali dolazak na godišnji odmor u Hrvatsku, točnije odlazak na jedrenje u Biogradu n/m, odlučila sam kontaktirati prof. dr.

sc. Tonka Vlaka kako bih iskoristila svoj boravak u Hrvatskoj za posjet Splitu i vašem fakultetu. Nekoliko razmijenjenih mailova i – evo me u Splitu.

3. U razgovoru s Vama činilo mi se kao da je medicina utemeljena na dokazima način življenja u Australiji. Zašto je medicina utemeljena na dokazima toliko važna?



Slika 1. Alison Kirkman tijekom interakcijskog predavanja na Sveučilišnom Odjelu zdravstvenih studija u Splitu

Svaki je liječnik obavezan pružiti svome pacijentu najbolju moguću skrb. Jedini ispravan način pronalaženja nepobitnih dokaza o najdjelotvornijem liječenju je pregledavanje svih dostupnih dokaza, a posebice rezultata najnovijih istraživanja. Međutim, prilikom pretraživanja studija, treba uvijek imati na umu Sackettovu definiciju medicine utemeljene na dokazima, i to osobito onaj dio o „razumnom korištenju dokaza“, budući da postoji sklonost ka zanemarivanju kliničkog iskustva, kao i same vrijednosti pacijenta u medicinskoj praksi.

4. Zbog čega je baš praksa utemeljena na dokazima bila okosnica Vašeg predavanja? Kakva je mogućnost primjene takve prakse u neurološkoj rehabilitaciji?

Kada ste usredotočeni isključivo na dokaz, tada stanje pacijenta ima prednost pred samim pacijentom kao osobom, a u stvari bi pacijent i njegove želje

trebali biti na prvom mjestu. Vjerujem da svatko tko je dovoljno motiviran može postići sve što je naumio. Dakle, ako mi, kao terapeuti, uspijemo motivirati svoje pacijente, postići ćemo najbolje rezultate. Smatram da je od izuzetne važnosti, u svakodnevnoj praksi, uvijek imati na umu kako su sve tri komponente medicine utemeljene na dokazima (želje i vrijednosti bolesnika, kliničko iskustvo i najbolji znanstveni dokazi) jednako vrijedne. Neurološka stanja posebno su zahtjevna zbog iznimnog utjecaja koji imaju na kvalitetu života. Barem se sada, s toliko dokaza koji govore u prilog neuroplastičnosti, ne trebamo više držati zastarjele ideje kako oštećenje mozga dovodi do trajne i konačne invalidnosti, bez mogućnosti za oporavak.

5. Suprotno nekad uvriježenom mišljenju, danas se zna da mozak ima sposobnost mijenjanja oblika tijekom života i stvaranja novih živčanih stanica.

Što za vas predstavlja pojam neuroplastičnosti?

Neuroplastičnost je za mene jako uzbudljiv pojam, budući da podrazumijeva mogućnost oporavka unatoč težini povrede. Istraživači kao što su Paul Bachy-Rita i Michael Merzenick pokazali su da se mozak mijenja pod utjecajem iskustva i prakse te da preostala područja mogu preuzeti funkcije oštećenog dijela. To otvara cijeli novi svijet za područje rehabilitacije.

6. Koja je glavna poruka Vašeg predavanja za koju biste željeli da su studenti ponijeli sa sobom?

Veličanstveni potencijal neuroplastičnosti i, koliko god je to moguće, pravilnom motivacijom i angažmanom samog pacijenta, poboljšati konačni ishod liječenja.

7. Osim medicine utemeljene na dokazima i neurorehabilitacije, znam da je obrazovanje studenata još jedno od Vaših područja interesa. Možete li nam reći, prema Vašem mišljenju, koji je najbolji način poučavanja studenata o učinkovitim modelima učenja te o ispravnoj primjeni stečenog znanja u praksi?

Kao fizioterapeut i kao pedagog, upoznata sam sa brojnim konceptima motornog učenja, koji se mogu primijeniti na bilo koji vid učenja. Najvažnija je motivacija – moramo naći način kako iskoristiti studentovu želju da položi ispit, udruženu s našom željom da odgojimo dobrog doktora ili fizioterapeuta! Kao drugo, navela bih važnost obraćanja pozornosti na različite stilove učenja (vizualni, auditivni, kinestetički), a posebice vizualni imajući na umu da radimo s „generacijom Y“ studenata. Treće po važnosti je osiguravanje dovoljno praktičnog rada, a posebice tijekom kliničke prakse na različitim bolničkim odjelima. Iznimno važno za edukaciju dobrog doktora ili fizioterapeuta je i razvoj osobnih profesionalnih i komunikacijskih vještina, koje od početka

moraju biti sastavni dio svakog pojedinog predmeta. Također, želim naglasiti važnost evaluacije naučenog. Iako još uvijek postoje brojne rasprave o tome koji je oblik procjene znanja najučinkovitiji, ja osobno vjerujem u učinkovitost kombinacije formativne i sumativne procjene znanja, uključujući barem jedan zadatak koji je potaknut od strane samog studenta.

Katedra za fizikalnu i rehabilitacijsku medicinu Medicinskog fakulteta u Splitu
Odsjek za fizioterapiju Sveučilišnog odjela zdravstvenih studija

Pozivaju Vas na predavanje:

"Latest trends in neuro-rehabilitation and practice based evidence"



Alison Kirkman, BSc, Senior Lecturer

School of Health Sciences, University of Notre Dame, Australia

16.10.2013. u 16 h

Velika predavaonica na 5.katu Sveučilišne knjižnice

Slika 2. Pozivnica i oglas za predavanje 16. 10. 2013. g. u Splitu

8. Molim Vas, možete li nam nabrojati pet stvari koje svaki nastavnik treba imati na umu prilikom rada sa studentima?

Treba voljeti svoj predmet kako bi mogao nadahnuti studente, treba koristiti humor kako bi im olakšao učenje, biti spreman podijeliti svoje znanje i iskustvo, biti svjestan studentskog preopterećenja te pružati učestale i odgovarajuće pojedinačne povratne informacije, kako bi ih pravovaljano informirao i motivirao, a sve u svrhu poboljšavanja znanja i vještina.

9. Voljela bih da nam kažete i nekoliko riječi o funkcionalnom vježbanju, čiji ste veliki zagovornik.

Ne postoji takva stvar kao što je previše vježbanja! Postoji pregršt dokaza, kao i moje osobno iskustvo, koji govore u prilog koristi same tjelovježbe i osjećaja blagostanja koje vam tjelovježba pruža. U našu svakodnevnicu, ionako pretrpanu obavezama, teško je uklopiti još i odlazak u teretanu ili na bilo koji drugi oblik organiziranog vježbanja, pa tako obraćajući pažnju na „usputno vježbanje“ možemo dobiti dovoljno učinkovite tjelesne aktivnosti. Važne su svakodnevne, jednostavne stvari, kao što su: korištenje stuba umjesto lifta, parkiranje dalje od odredišta ili korištenje javnog prijevoza, koji uključuje više hodanja, obavljanje sastanaka tijekom šetnje, a ne sjedeći i ispijajući kavu, šetnja tijekom pauze za ručak, učestalije šetnje s psom, aktivno igranje s djecom...!

10. I na kraju, kakve ćete dojmove ponijeti iz Splita?

Za mene, vrhunac boravka u Splitu bio je posjet Galeriji Meštrović i Kašteletu. Hrvatska je iznimno lijepa zemlja pa smo, iako smo vidjeli samo jedan mali dio, od Rijeke do Splita i Kornata, imali dojam jedinstvene, predivne, netaknute zemlje. Svidjelo mi se što su ljudi u Hrvatskoj u „kontaktu“ sa zemljom. Svatko uzgaja povrće i koristi lokalne proizvode te ne pripadaju rasipnom i potrošačkom društvu. Također sam stekla dojam da su Hrvati jako ponosni ljudi, koji vole svoju zemlju i cijene njene vrijednosti, što je za mene bilo iznimno osvježavajuće iskustvo.