

## Upute za pacijente (Instructions for the Patients)

Ranko Stevanović

Hrvatski zavod za javno zdravstvo

### Uvod

Projekti reforme zdravstvenog sustava Svjetske banke u Hrvatskoj otpočeli su 1997. godine (sjetimo se samo famoznog pilot Projekta reforme zdravstvenog sustava). Utrošeno je dosad na desetine milijuna dolara, od toga značajan dio na konzultantske usluge samog davatelja kredita. U svoj sili "projekata" i projekata, nekolicina od njih dala je izvanredne rezultate. Ali, tu dolazi do izražaja drugi dio naše priče. I kad se dođe do izvanrednih alata, on se slabo ili uopće ne koriste. U deset godina projekata Svjetske banke, prepoznata kao izrazito javnozdravstveno uporabljiva i korisna, izdvajaju se dva projekta. Zanimljivo je da oba spadaju u skupinu onih koji po ukupnim troškovima spadaju među one s nižim proračunom:

1. Prvi, "**Croc-an-projekt 2003.**" – **Hrvatska zdravstvena anketa**, koja je uz pomoć kanadskog zavoda za statistiku pripremana 2001. i 2002. godine a provedena 2003. godine na reprezentativnom uzorku od preko 9000 odraslih osoba, s ciljem utvrđivanja rizika po zdravlje, pretežito onih kardiovaskularnih. Ovaj projekt napravila je velika skupina hrvatskih stručnjaka, skupa s konzultantima iz statističkog ureda Kanade.

2. Drugi, projekt "**Racionalno propisivanje lijekova i pravilno liječenje bolesti i stanja**", koji je također 2003. godine, u okvirima Projekta Svjetske Banke uradila konzultantska tvrtka, organizirana od australske HIC - Health Insurance Committee.

I, dok su rezultati prvog projekta iskorišteni u znatnoj mjeri (ne toliko za implementaciju promjena, u nas vrlo teško provedivih, u financiranju, organizaciji i pristupima te u uporabi relevantnih podataka u svrhu promicanja zdravlja i prevencije bolesti, koliko u svrhe istraživanja i akademskih, hvale vrijednih uradaka – cc radova, magisterija i doktorata), rezultati drugog projekta ostali su u arhivi. Health Insurance Committee, skupa s odabranim hrvatskim ekspertima iz više specijalnosti (farmakoterapija, obiteljska medicina, javno zdravstvo, kliničke discipline itd.), prevela je adaptirala smjernice za propisivanje lijekova koje se koriste u zdravstvu Australije. I više od toga, na inicijativu hrvatskih eksperata, australske smjernice koje se koriste u obliku priručnika koje doktori obiteljske medicine imaju na stolu, izrađene su elektronske, e-smjernice koje su postavljene na računalima ugrađene u software (aplikativna rješenja). U tom obliku postavljene, ovakve smjernice postale su proaktivne (interaktivne) i što je posebno važno, njihova uporaba je mjerljiva, tako da se doktori koji propisuju lijekove mimo najbolje moguće prakse mogu opominjati, upućivati ili slati na edukaciju. Treba li napomenuti da ovakve smjernice, službeno potvrđena sadržaja od hrvatske sruke, iz nepoznatih razloga nikad nisu službeno zaživjele u praksi ?

Kao nusprodukt u projektu racionalnog propisivanja lijekova, HIC - Health Insurance Committee izradio je, odnosno, preveo i adaptirao, australske upute za pacijente. Ove pisane upute uručuju se pacijentima personalizirane tijekom kontroliranja i liječenja kroničnih bolesti i stanja. "Hrvatski časopis za javno zdravstvo", na inicijativu autora ovog članka i uredništva časopisa odlučili su, a nakon korekcije prijevoda i adaptacije teksta postaviti ovaj materijal na korištenje doktorima i svekolikom pučanstvu.

U materijalu "Upute za pacijente" specificirana su slijedeće teme, po poglavljima i potpoglavljima:

1. <b><u>ARTRITIS: REUMATOIDNI</u></b>
<i>Upute za pacijente: Artritis</i>
<i>Upute za pacijente: Vježbe za fleksibilnost i jačanje – Ramena</i>
<i>Upute za pacijente: Vježbe za fleksibilnost i jačanje – Kukovi</i>
<i>Upute za pacijente: Vježbe za fleksibilnost i jačanje – Bedra</i>
<i>Upute za pacijente: Vježbe za fleksibilnost i jačanje – Listovi</i>

2. <b><u>ASTMA</u></b>
<i>Upute za pacijente: Astma</i>
3. <b><u>BENZODIAZEPINSKA APSTINENCIJSKA KRIZA - PROBLEMI SA SPAVANJEM</u></b>
<i>Upute za pacijente: Problemi sa spavanjem</i>
<i>Upute za pacijente: Tehnike opuštanja</i>
4. <b><u>OBIČNA PREHLADA (RINOSINUSITIS)</u></b>
<i>Upute za pacijente: Ublažavanje simptoma</i>
5. <b><u>DEPRESIJA: IZRAŽENA</u></b>
<i>Upute za pacijente: Depresija</i>
<i>Upute za pacijente: Namirnice koje treba izbjegavati kod uzimanja ireverzibilnih neselektivnih inhibitora monoaminooksidaze</i>
6. <b><u>DIJABETES: SPECIFIČNO LIJEČENJE DIJABETESA TIP II</u></b>
<i>Upute za pacijente: Liječenje dijabetesa</i>
7. <b><u>GASTRIČKI ULKUS: INDUCIRAN UPOTREBOM NSAIL (NESTEROIDNIH PROTUUPALNIH LIJEKOVA)</u></b>
<i>Upute za pacijente: Žgaravica i probavne smetnje</i>
8. <b><u>GIHT</u></b>
<i>Upute za pacijente: Giht</i>
9. <b><u>ŽENE U MENOPAUIZU</u></b>
<i>Upute za pacijentice: Menopauza</i>
<i>Upute za pacijentice: Pregled dojke i papa test</i>
<i>Upute za pacijentice: Vježbe za dno zdjelice</i>
10. <b><u>SPREČAVANJE KARDIOVASKULARNIH BOLESTI</u></b>
<i>Upute za pacijente: Visok krvni tlak</i>
<i>Upute za pacijente: Sprečavanje kardiovaskularnih bolesti (KVS)</i>
<i>Upute za pacijente: Smanjivanje masti i kolesterola</i>
<i>Upute za pacijente: Kako prestati pušiti i ostati nepušač</i>
11. <b><u>OSTEOPOROZA</u></b>
<i>Upute za pacijente: Osteoporoza</i>
12. <b><u>OTITIS EXTERNA - UPALA, VANJSKOG UHA (UŠNOG KANALA)</u></b>
<i>Upute za pacijente: Antibiotici i upala uha</i>
13. <b><u>PREKOMJERNA TJELESNA TEŽINA I PRETILOST</u></b>
<i>Upute za pacijente: Postizanje idealne težine</i>
14. <b><u>FARINGITIS I/ILI TONSILITIS (UPALA GRLO I/ILI MANDULA)</u></b>
<i>Upute za pacijente: Boli me grlo: hoće li mi antibiotik pomoći</i>

Predloženi tekst i pristup na razini je ideje i nacрта projekta koji dobro funkcionira u razvijenom zdravstvenom sustavu. Preostaje da struka, prije svega djelatnost obiteljske medicine, ali i djelatnosti fizikalne medicine i rehabilitacije, farmakoterapije, dijabetologije, reumatologije itd. iskoristi pravo i obvezu očitovati se o predloženim uputama. Nećemo se veseliti kritizerstvu ("tko se toga sjetio", "to ne valja", "to radi više štete nego koristi"...), ali ćemo se veseliti svakoj argumentiranoj primjedbi, prijedlogu i izmjeni predloženog teksta.

## **ZAŠTO KORISTITI UPUTE ZA PACIJENTE ?**

Poznata je misao prof. Andrije Štampara (1888 -1958) "Za zdravlje naroda važnije je obavješćivanje javnosti od operacija i aparature". Nažalost, fasciniranost uspjesima kliničke medicine, okretanje razvoju specijalističke, sofisticirane skrbi i skrbi utemeljene na tehnološkim inovacijama, s jedne strane, a promjene u razvoju zdravstva koje su utemeljene na farmaceutski i klinički (pretežito kirurški pristup), s druge strane, malo po malo, potisnule su pozitivne javnozdravstvene pristupe.

80-tek godina nakon lansiranja Štamparovih ideja, istraživanjima u Australiji dokazano je da kada se pacijentima podijele personalizirane upute (s imenom i prezimenom pacijenta), pacijenti ozbiljnije shvaćaju svoju bolest i bolje sudjeluju u liječenju. Sve skupa rezultira pozitivnijim zdravstvenim ishodima i poboljšanjima rezultata na razini populacije oboljelih.

## **KAKO KORISTITI UPUTE ZA PACIJENTE ?**

Zamišljeno je da se, nakon pregleda, najčešće u djelatnosti obiteljske medicine, ispune osobni podaci o pacijentima u zaglavlju Uputa i da se isprintaju i uruče pacijentu, koji će kod kuće nastojati maksimalno slijediti uručene upute za odabrane/odnosne bolesti. Upute će biti postavljene na web-portal i svi koji se koriste računalom moći će ih "skinuti", isprintati i koristiti. Upute mogu uručivati i specijalisti i patronažne sestre. Upute se mogu i trebaju povremeno osvježavati novim spoznajama i pristupima, a pacijente treba obavještavati o promjenama. U informacijskom sustavu primarne zdravstvene zaštite koji je upogonjen i upravo se razvija, kontrolirano i dokumentirano mogu se upute dijeliti pacijentima što će stvoriti jedinstvenu platformu za evaluaciju.

Nakon uspostave sustava korištenja uputa, moguće je napraviti istraživanja o efektima na ovaj način aktivnog uključivanja pacijenata u liječenje pojedinih bolesti i stanja.

Pozivamo da se lista proširi za brojne druge kronične masovne i akutne bolesti i još jednom pozivamo da se svi koji imaju argumentirane prijedloge jave da skupa učinimo poboljšanja i izmjene.

### **Kontakt adresa:**

Primarijus dr. sc. Ranko Stevanović, dr.med.  
Voditelj Odjela za primarnu zdravstvenu zaštitu  
Hrvatski zavod za javno zdravstvo  
10000 ZAGREB, Rockefellerova 7  
e-mail: [ranko.stevanovic@hzjz.hr](mailto:ranko.stevanovic@hzjz.hr)