



**Spolufinancováno
Evropskou unií**



CO JSME V INKUBACI ZJISTILI A CO JSME SE NAUČILI



Spolufinancováno Evropskou unií

NEŽ JSME ZAČALI

Než jsme začali, věděli jsme, že chceme včasnou diagnostiku demence a efektivní edukaci pečující rodiny dostat co nejbližší jejím příjemcům, ideálně do každé vesnice. Včasná diagnostika a efektivní edukace jsou totiž dva základní předpoklady, jak umožnit lidem s demencí co nejdéle žít kvalitní život. Věděli jsme, že chceme využít HCD, abychom nevymýšleli naše řešení, ale vydali se směrem, který určí cílová skupina – obyvatelé území, ve kterém působíme, se vztahem k dané problematice.



ZAČÁTEK PŘINESL ZMĚNU

Samozřejmě jsme šli do projektu s nějakým předporozuměním. Věděli jsme, že cílová skupina bude aktivní, že bude mít nápady - a představovali jsme si, že bude mít stejný nápad jako my – přinést poradenské rozhraní (místo prvního kontaktu s odbornou sociální poradnou, umožňující včasnou diagnostiku a efektivní edukaci) přímo do každé obce na nějaký neformální point – třeba do knihovny nebo na městský úřad. Jakmile jsme ale s cílovou skupinou (která zahrnovala mimo jiné také rodinné příslušníky osob s demencí, zástupce veřejné správy, vedoucí knihovny, praktického lékaře, neurologa, psychiatra) začali modelovat možné řešení s využitím HCD, byli jsme překvapeni. Cílová skupina jednoznačně označila jako místo, kde si představuje ideální první kontakt s odborným poradenstvím ordinaci praktického lékaře – a projevila rovněž vysoký zájem o neformální kontakt s tématem formou improvizovaných kaváren zaměřených na problematiku demence, které by občas přijely do každé obce/města v regionu.



FOR CARE

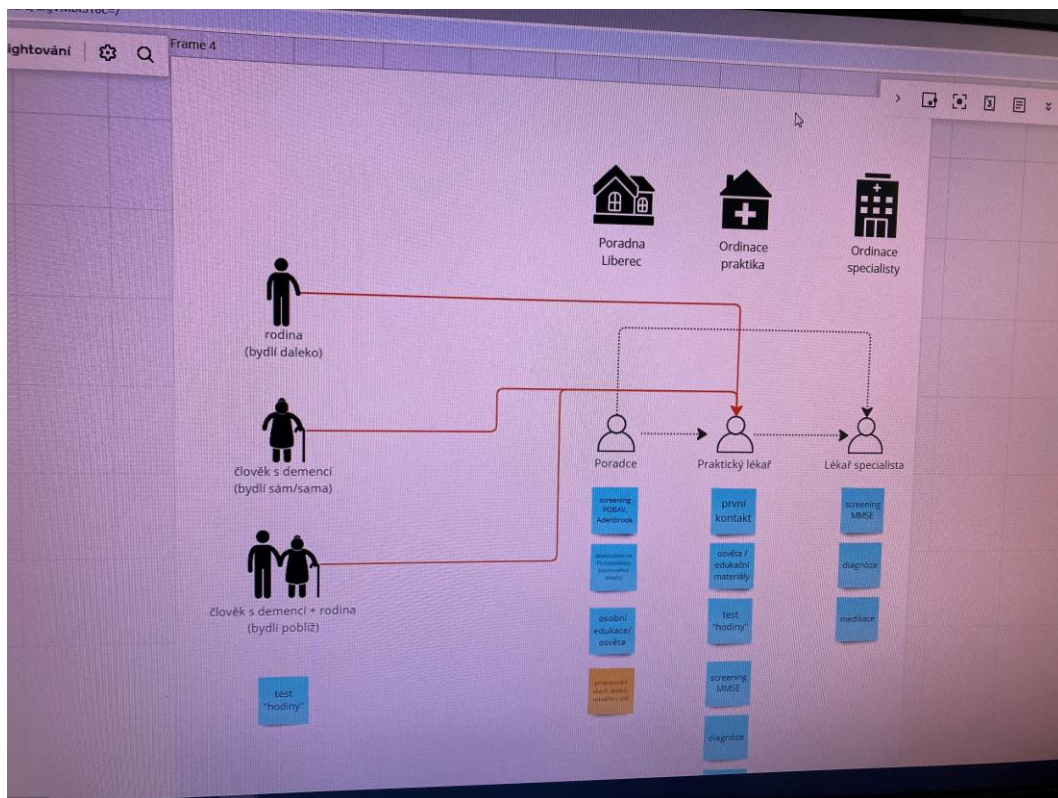
CZ.03.03.01/00/22_021/0000577



Spolufinancováno Evropskou unií

ZMĚNA PŘINESLA PROBLÉM „ÚZKÉHO HRDLA“

Ještě v průběhu prvních setkání HCD modelování bylo využití ordinace praktických lékařů identifikováno jako úzké hrdlo – jako problém. Praktický lékař totiž nemá čas, praktický lékař totiž nemá zkušenost (ke smysluplnému testování kognitivních schopností potřebujete prostě testovat, testovat, testovat – mít správné testování tzv. „najaté“). Praktický lékař je ten, koho bychom si my jako základní místo prvního kontaktu nikdy nevybrali – vybrala nám ho cílová skupina. Oslovili jsme naše spolupracující lékaře – ti to tak černě neviděli. Seznámili nás s okresním metodikem pro praktické lékaře a neuroložka s internistkou si připravily odborné přednášky, které by praktické lékaře mohly zaujmout. Rozhodli jsme se pokusit najít způsob, jak úzké hrdlo překonat – vytvořit jednoduchý, pro lékaře časově nenáročný informační nástroj k prostému předání lékařem pacientovi (k jednoduché a intuitivní distribuci pacienta do prediagnostické a edukační poradny) a propojit praktické lékaře s odbornými ambulancemi a odbornými sociálními poradnami.



Problematiku „úzkého hrdla“ lze shrnout následovně: ordinace praktického lékaře je místem prvního kontaktu osoby se sníženou úrovní kognitivních schopností nebo přímo osoby s demencí či zneklidněné nebo pečující rodiny se základním článkem systému pomoci (praktickým lékařem). Jejich problém je ovšem citlivý (nechtějí slyšet diagnózu, mají z ní obavy, nechtějí proto přiznat, že mají problém). Lékař, který si u nich všimne určitých možných příznaků, nemá čas k hlubšímu prověření, popř. k překonání snahy pacienta problémy bagatelizovat, vytěšňovat, nepřiznávat, protože pacient jej navštěvuje většinou ve věci jiného zdravotního problému a čas disponibilní k jeho vyšetření



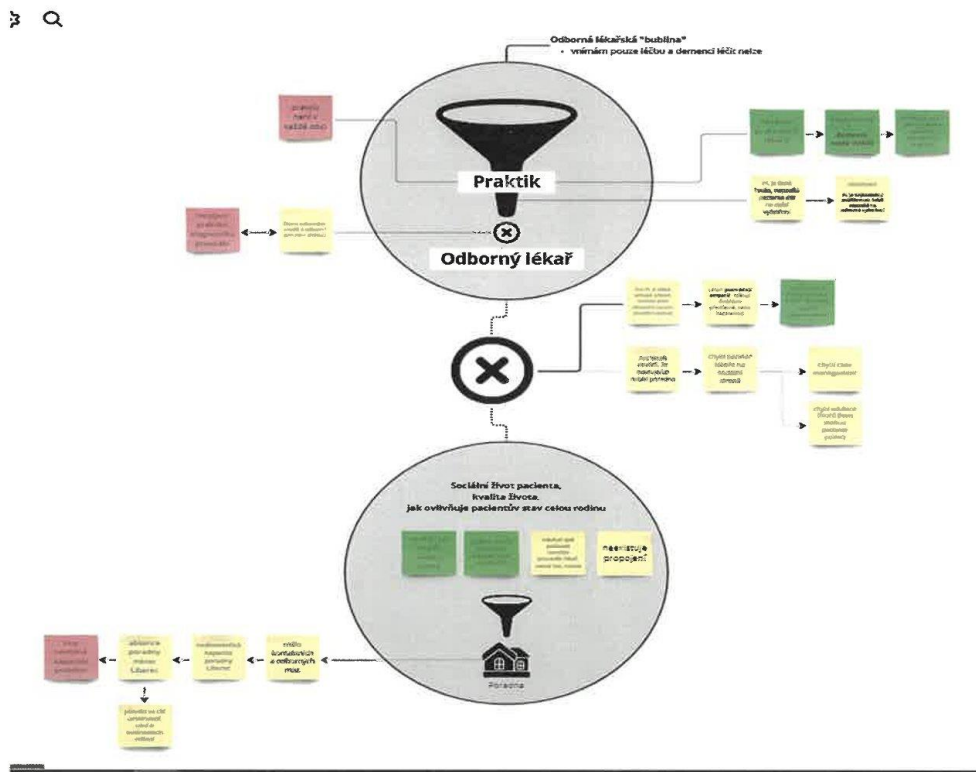
Spolufinancováno Evropskou unií

neumožňuje delší setrvání u popíraného nebo nezmiňovaného a lékařem jen pocítovaného jiného možného problému, týkajícího se stavu kognitivních schopností pacienta. Takže místo, kam každá osoba s demencí nebo možnými příznaky demence jednou za čas určitě přijde a kde jí může být účinně pomoheno distribucí do odborné sociální poradny nebo odborné ambulance je systémově omezeno ve své využitelnosti: a) na straně pacienta obavou z diagnózy či studem z diagnózy či prostým bagatelizováním příznaků; b) na straně lékaře počtem registrovaných pacientů na ordinaci a tedy tlakem na časovou úspornost jednotlivého vyšetření/návštěvy (nemluvě o potřebě bližší znalosti problematiky demence lékařem). Skutečnost, že osoby, které se v současné době nakonec na popud lékaře dostanou do sféry intervence odborné sociální poradny mají svůj stav často vyhodnocen praktickým lékařem jako stařeckou demenci, tedy neexistující diagnózu, již léta překonanou a opuštěnou, svědčí o odborné nepřipravenosti praktických lékařů na nastupující pandemii např. Alzheimerovy choroby, až budou vyšších věkových hladin dosahovat početně nejsilnější ročníky (Husákovy děti). Praktický lékař se tedy často stává nefunkčním článkem systému pomoci a pro pacienta vzniká vakuum, které zastaví (v lepším případě) až návštěva odborné ambulance při výrazném zhoršení stavu kognitivních schopností – to už ovšem nelze hovořit o včasné diagnostice a budoucí progresu choroby je v tomto případě daleko méně ovlivnitelná. Toto úzké hrdlo se projekt snažil překonat tím, že by změnil myšlení aktérů – praktický lékař potřebuje neřešit s pacientem nebo dokonce jeho rodinou problém, který pacient a rodina dosud nevnímá nebo dosud odmítá vnímat, ale prostě doporučit odbornou poradnu (třeba předáním letáku a krátkým verbálním doporučením). Poradna si na pacienta (zde již klienta či rodinu) udělá čas, poskytne mu kvalitní prediagnostiku a následně může praktickému lékaři klienta (nyní znovu pacienta) vrátit s jasně identifikovaným problémem a doporučením jeho distribuce do odborné ambulance. Praktickému lékaři se dostane pozitivní zpětná vazba od poradny pacientovi („máte dobrého lékaře“), lékař je pozitivně vnímán odbornými pracovišti (pečlivý, odesílá včas, odesílané předtestované pacienty), příklad dobré praxe je prezentován na metodických setkáních praktických lékařů s odbornými lékaři.





Spolufinancováno Evropskou unií



„MÁTE DOBRÉHO LÉKAŘE“ A „CAFÉ NAZPAMĚŤ“

Dalším HCD modelováním jsme připravili:

- koncept spolupráce s ordinací praktického lékaře nazvaný „Máte dobrého lékaře“, při kterém vybavujeme praktiky kontaktním materiálem pro pacienty s podezřením na patologický úbytek kognitivních schopností nebo přímo s možnými příznaky demence a pro jejich rodiny.
- celoroční koncept „kočovní pouliční kavárny“ – v letním období v podobě party stanu se stolečky, židličkami, dobrou kávou, informačními materiály, sociálními pracovníky schopnými poradit a otestovat kognitivní schopnosti, v zimě totéž, jen místo party stanu bude místnost na úřadě, v knihovně, v nemocnici, nebo ve škole;

FOR CARE

CZ.03.03.01/00/22_021/0000577



Spolufinancováno Evropskou unií

CO TYTO NÁSTROJE UMÍ?

„**Máte dobrého lékaře**“ je nízkoprahové (časově nenáročné a bezplatné) zapojení praktických lékařů do včasné diagnostiky osob s demencí a efektivní edukace jejich rodin tím, že je mohou jednoduchým způsobem odkázat přímo v ordinaci na připravenou službu na zdravotně-sociálním pomezí - odbornou sociální poradnu. Lékaře ke spolupráci motivujeme ve spolupráci s okresními metodiky praktických lékařů a odbornými lékaři, zpětně informujeme jejich pacienty o tom, že pokud je poslal k nám, pak „mají dobrého lékaře“. Odkaz na poradnu je proveden předáním jednoduchého letáku motivujícího pacienta k prvnímu kontaktu s poradnou. Jakmile proběhne první kontakt, nachází se pacient (nyní již klient sociální služby odborného sociálního poradenství) v síti podpory umožňující certifikované testování kognitivních schopností, efektivní edukaci včetně bezplatných výukových stáží (u spolupracujících pobytových zařízení) a možnost rychlejšího napojení na odborné lékaře k dalším vyšetřením.



POZVÁNKA NA SEMINÁŘ (NEJEN) PRO PRAKTICKÉ LÉKAŘE

METODICKÝ SEMINÁŘ PRO PRAKTICKÉ LÉKAŘE O PROBLEMATICE DEMENCE A NOVÝCH MOŽNOSTECH SPOLUPRÁCE S ODBORNOU PORADNOU

Seminář pořádaný v rámci pravidelného metodického setkávání praktických lékařů

9. listopadu 2023 od 17.30 hod

Klub EX, Riegrova 2573, Jablonec nad Nisou

PŘEDNÁŠEJÍCÍ:

MUDr. Denisa Šimová
neurolog, nemocnice Jablonec nad Nisou

Bc. Ivana Tesařová
odborný konzultant pro Alzheimerovu chorobu, ústav Arbo de Vivo

MUDr. Kamila Peroutková
CEDR, nemocnice Jablonec nad Nisou

OBČERSTVENÍ ZAJIŠTĚNO



Arbo de Vivo, z.ú. - Riegrova nám. 55, Semily (budova VZP)

Předpokládané ukončení do 19.30 hod.
www.arbodevivo.cz

FOR CARE

CZ.03.03.01/00/22_021/0000577



Spolufinancováno Evropskou unií

„Café nazpaměť“ oslovuje širokou veřejnost, která prochází kolem party stanu (nebo v zimě kolem informací o akci) a účastníci se probíhající aktivitu buď na základě zvědavosti nebo na základě uvědomění si své potřeby. Kromě široké a nízkoprahové osvěty jsou tak z široké veřejnosti zachycovány případy dosud nedagnostikované demence (většinou u příbuzných přímých účastníků akce) a případy nedostatečně edukovaných nebo vůbec needukovaných neformálních či profesionálních pečujících. Při jejich souhlasu jsou tyto účastníci (a jejich případy) zaevidováni k následné podpoře a jsou napojeni přímo na odbornou sociální poradnu, která se jim může dále věnovat. Toto síť neformálních osvětových aktivit může nízkonákladově a opakovaně procházet napříč regionem a zachytávat zájemce o včasnou diagnostiku a efektivní edukaci.

V letním období je tento nástroj více nízkoprahový a osloví širší skupinu zájemců, které přivede k prvnímu kontaktu s individuálním poradenstvím; v zimním období přichází užší skupina lidí s pocíťovanými potřebami a je prostor pro spíše pro skupinové než individuální poradenství.

Zveme Vás na
Café Nazpaměť

13. 11. 2023 od 15 hod.
přísálí Kulturního domu Obce Slaná

Znáte Vy nebo Vaši blízcí vždy odpověď na tyto otázky?

- Co už mám dnes za sebou?
- Kdy u mě naposledy byly děti?
- Léky dnes byly? Nebyly?
- Už byl dneska oběd?

Jasně, že nemusíte všechno znát nazpaměť!

Pokud máte potíže s pamětí a už Vás to štvě, dejte si u nás dobrou kávu, ta paměť podporuje. Pokud budete mít zájem rádi Vám poradíme jak paměť trénovat a co dělat, aby jste si udrželi pevné zdraví.

ARBO DE VIVO,
ZAPSANÝ ÚSTAV



Spolufinancováno Evropskou unií

TESTOVÁNÍ NÁSTROJŮ

Oba nástroje byly v průběhu projektu s využitím HCD (více než 100 respondentů) domodelovány do testovatelné úrovně a následně otestovány.

„Café nazpaměť“ bylo v letní variantě testováno při Dnech zdraví v Lomnici nad Popelkou a v zimní variantě v Městské knihovně Česká Lípa – Špičák, v Kulturním domě Slaná a v kapli Nemocnice Jablonec nad Nisou, testování se zúčastnilo 75 osob.

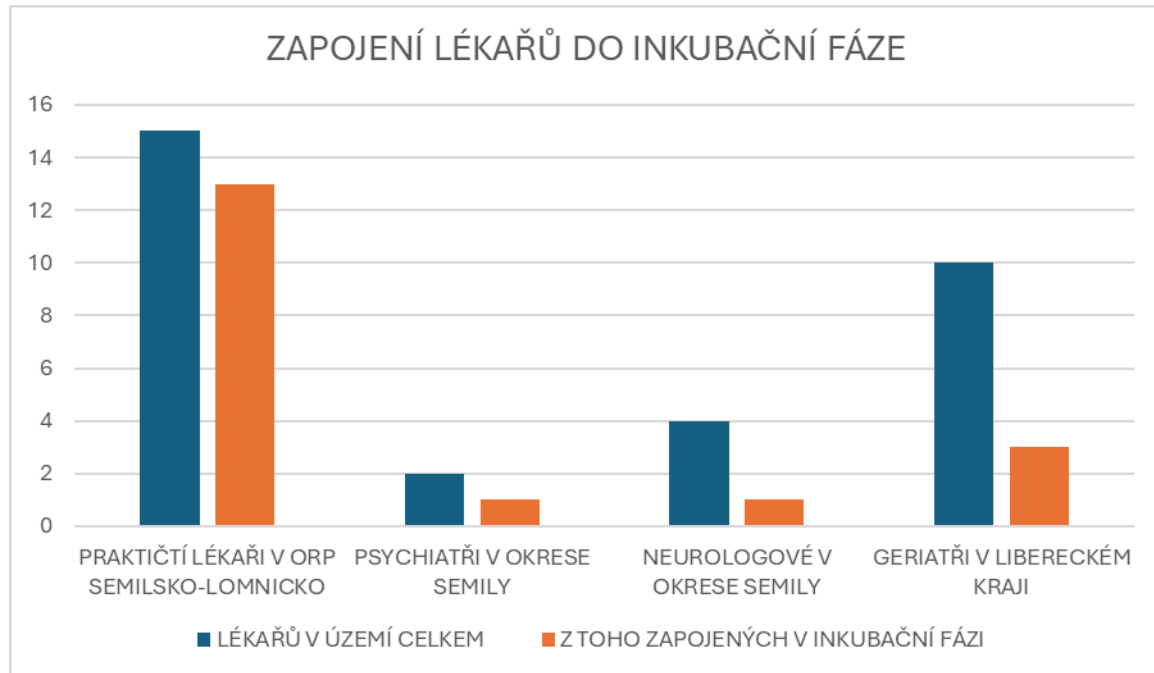
Letáky „Máte dobrého lékaře“ byly do ordinací praktických lékařů diseminovány osobním závozem a význam a způsob práce s nimi byly diskutovány během metodického setkání praktických lékařů v Jablonci nad Nisou. Výsledkem je 20 zapojených praktických lékařů v okresech Semily a Jablonec nad Nisou (z toho 13 v ORP Semilsko-Lomnicko), pět zapojených odborných lékařů





Spolufinancováno Evropskou unií

Poměr zapojených lékařů vůči všem lékařům dané odbornosti v území inkubace a širším regionu



Na základě telefonicky ověřované zpětné vazby v průběhu zpracování závěrečné zprávy (únor 2024) u zapojených praktických lékařů v ORP Semilsko-Lomnicko bylo zjištěno, že třináct z nich zařadilo propagační materiály včasné diagnostiky do informačních nástrojů, s nimiž jsou připraveni s pacienty pracovat, sedm lékařů již pacienty na včasnou diagnostiku odkázalo, tři lékaři vstoupili díky aktivitám inkubační fáze do konzultací s odbornými lékaři v případě konkrétních pacientů s předpokládaným kognitivním deficitem a dva lékaři sami přímo kontaktovali odbornou sociální poradnu s kazuistikami celkem pěti pacientů, to vše mezi listopadem 2023 a polovinou února 2024.

VZÁJEMNÁ SOUČINNOST OBOU NÁSTROJŮ VE PROSPĚCH VČASNÉ DIAGNOSTIKY A EFEKTIVNÍ EDUKACE A DOPAD NA ÚZEMÍ

Každý z obou rozpracovaných a roztestovaných nástrojů se zaměřuje na stejnou cílovou skupinu jiným způsobem.

MÁTE DOBRÉHO LÉKAŘE zasahuje specifickou cílovou skupinu – pacienty praktických lékařů, u nichž má lékař důvod doporučit jim kontaktování odborné poradny a dát jim k tomu motivačně-kontaktní materiál. Zároveň se tento nástroj soustředí na poskytování odborné podpory praktickým lékařům stylem lékař – lékař, tedy zapojování odborných lékařů (neurologů, psychiatrů, geriatrů) do metodického vzdělávání praktických lékařů a posilování vzájemných vazeb mezi ordinací praktického lékaře a odbornou ambulancí.



Spolufinancováno Evropskou unií

CAFÉ NAZPAMĚŤ působí plošně, je připraveno přijet do každé obce v regionu a zajíždět do nich opakovaně, postupně tak vystaví značnou část populace regionu konfrontaci s tématem (minimálně populace regionu zaregistruje téma) a poskytne komfort prvního kontaktu s odbornou pomocí v místě bydliště řadě zájemců, z nichž by část zřejmě svůj problém nebo problém svých blízkých neřešila, kdyby s ním nebyla na ulici konfrontována. Café nazpaměť je sice na první pohled jen komplementárním nástrojem, ale dopad této opakované osvěty na širokou veřejnost může mít na včasnou diagnostiku a efektivní edukaci po určité době (několika opakováních v konkrétních lokalitách) zcela zásadní vliv, převyšující dopad hlavní aktivity (Máte dobrého lékaře), popř. může hlavní aktivitu v území významně katalyzovat.

Jednotlivé cílové podskupiny obou nástrojů pro cílovou skupinou jsou odlišné, byť se do určité míry navzájem překrývají. Oba nástroje jsou schopny působit v téměř každé obci každého regionu – všude tam, kde je praktický lékař a dostatečný veřejný prostor k postavení party stanu (v létě) nebo pronajmutí vhodné místnosti (v zimě).

Více možností jednak dopracovat obě řešení, maximalizovat jejich zásah cílové skupiny a šířeji je pilotovat ve větším území za účelem nastartování systémové změny může poskytnout realizační fáze projektového řešení.





Spolufinancováno Evropskou unií

EXPERTNÍ SPOLUPRÁCE

Popsat: Expertní spolupráce nad rámec osob zapojených v realizačním týmu probíhala s Poradnou pro poruchy paměti Krajské nemocnice Liberec, dále s neurologickou ambulancí MUDr. Denisy Šímové z Nemocnice Jablonec nad Nisou, Centrem doléčování a rehabilitace Nemocnice Jablonec nad Nisou (MUDr. Michal Jastrab, MUDr. Kamila Peroutková), psychiatrickou ambulancí MUDr. Jany Kubánkové v Jilemnici, geriatrickou ambulancí MUDr. Evy Kašparové v Liberci a MUDr. Ladislavem Jeníčkem, metodikem praktických lékařů pro okresy Jablonec nad Nisou a Semily. Experti byli zapojeni do procesů HCD a do překonávání vstupní bariéry ke spolupráci s praktickými lékaři.



MUDr. Kamila Peroutková

**„Propojení sociální
a zdravotní péče
je naprosto zásadní.“**

▶ PODCAST
ARBO DE VIVO



Spolufinancováno Evropskou unií

VYHODNOCENÍ PROJEKTU

Projekt přinesl naší organizaci:

- a) potvrzení naprosté zásadnosti včasné diagnostiky demence a rychlé, efektivní edukace pečující rodiny
- b) potvrzení neexistence systémového řešení pro včasný záchyt demence
- c) potvrzení potřeby přiblížit včasné diagnostiky a efektivní edukace přímo do regionů minimálně na úrovni ORP, nestačí centralizovaná služba v krajských městech
- d) překvapivě pozitivní zkušenost s využíváním HCD
- e) pilotní verzi fungující a meziregionálně přenositelné metody oslovování praktických lékařů a eliminace „úzkého hrdla“
- f) pilotní verzi fungující a meziregionálně přenositelné spolupráce s odbornými lékaři
- g) pilotní verzi fungující a meziregionálně přenositelné spolupráce s cílovou skupinou
- h) konečně pozitivní zkušenost s reakcí samospráv na realizaci inovačních produktů
- i) dva rozpracované nenáročné, nízkonákladové nástroje, schopné dovyvinutí a pilotáže v realizační fázi, které jsou i přes svou jednoduchost schopné nastartovat systémovou změnu, pokud budou v dostatečné míře a dostatečně opakovaně uplatněny

Děkujeme, že jsme to mohli realizovat.

A rádi bychom pokračovali.

