

## **Rekomendācijas veiksmīgai pacientu ārstēšanai**

**Nereti dažādu somatisku (ķermenisku) simptomu cēloņi ir meklējami jūtu un emociju līmenī. Tagad ir izstrādātas rekomendācijas veiksmīgam kuņģa-zarnu trakta funkcionālo traucējumu ārstēšanas procesam. Psihoterapeiti un gastroenterologi uzsver nepieciešamību ārstēšanas procesu sākt ar terapeitisku ārsta-pacienta attiecību veidošanu, kuru centrā atrodas tieši pacients.**

Rekomendācijas tika izstrādātas gastroenterologu un ārstu-psihoterapeitu kopīgajā konferencē „Psihosomatiskie aspekti kairinātu zarnu sindroma un funkcionālas dispepsijas ārstēšanā”, kas notika 2012. gada 31. martā. Konferenci rīkoja Rīgas Stradiņa universitātes Psihosomatikas klīnika, Latvijas Gastroenterologu asociācija un Latvijas Ārstu psihoterapeitu asociācija.

Konferencē piedalījās 230 ārsti – gastroenterologi, psihoterapeiti, ģimenes ārsti, internisti, rezidenti – un studenti. Ar priekšlasījumiem uzstājās asoc. prof. dr. Gunta Ancāne, asoc. prof. dr. Aldis Puķītis, dr. Ilze Birka, dr. Jānis Vītiņš, dr. Andžela Pavloviča, dr. Inga Pētersone. Konferenci atraktīvi vadīja un diskusiju uzturēja abu asociāciju prezidenti – profesors Anatolijs Danilāns un docents Dainis Balodis.

Funkcionāli traucējumi ir kāda orgāna darbības traucējumi, pašam orgānam anatomiski esot neizmainītam. Kuņģa-zarnu trakta funkcionālie traucējumi var izpausties kā sāpes vēderā, slikta dūša, vemšana, vēdera uzpūšanās, caureja, aizcietējumi. Šo funkcionālo veselības traucējumu izcelsmē jāņem vērā bioloģiskie, emocionālie un sociālie faktori. Pacientu, kuri cieš no funkcionāliem veselības traucējumiem, ārstēšana visbiežāk ir izaicinājums ārsta profesionālajai varēšanai, zināšanām un prasmēm. Konferencē tika pievērsta uzmanība faktam, ka šādu traucējumu ārstēšanā ļoti būtisks ir labs emocionālais kontakts ar pacientu jeb terapeitiskas ārsta-pacienta attiecības.

„Simptomu smagums un vizīšu biežums samazinās, ja ārsts atzīst pacienta sūdzību realitāti, ja ārsts ir empātisks un prasmīgi izveido efektīvas ārsta-pacienta attiecības,” atzīmēja asoc. prof. Gunta Ancāne. Asoc. prof. dr. Aldis Puķītis papildus atgādināja, ka psihosociāls stress izraisa funkcionālu simptomu paasinājumus, ietekmē dzīves kvalitāti un klīnisko rezultātu.

Ārstēšanas procesā izšķiroša nozīme ir tieši terapeitiskām ārsta-pacienta attiecībām, kuras raksturo empātija, tolerance, cieņa, ieinteresētība, informācijas sniegšana un tāda sarunas vadīšana, ka centrā ir pacients un viņa ciešanas.

**Konferences rezultātā tika izstrādātas rekomendācijas ārstiem (ar tām var iepazīties šeit [http://psihosomatika.lv/public/files/Rekomendacijas\\_31marts.pdf](http://psihosomatika.lv/public/files/Rekomendacijas_31marts.pdf)), uzsverot nepieciešamību funkcionālu kuņģa-zarnu trakta slimību gadījumā izmantot Pasaules Veselības organizācijas (PVO) ieteikto bio-psiho-sociālo pieeju, kuru raksturo ārsta izpratne par mijiedarbību starp fiziskajiem un emocionālajiem traucējumiem izsaucošajiem faktoriem.**