

Психологи и психология в медицинских организациях Москвы

Дина Павлова



Пациентоориентированность как одна из основ московского здравоохранения, сопровождаемая заботой о кадрах, выводит роль психологов на новый качественный уровень в системе здравоохранения. Об опыте медицинских психологов в одном из крупнейших стационаров Москвы рассказывает заведующая отделом медицинской психологии Боткинской больницы Дина Павлова.

Фото: ГКБ им. С. П. Боткина

Дина Павлова, медицинский психолог, заведующая отделом медицинской психологии Городской клинической больницы имени С. П. Боткина Департамента здравоохранения города Москвы

— Когда появился ваш отдел и как сформировалось решение о его организации, какова предыстория? Какой опыт изучался для его создания, или оно уникально?

— Отдел был организован в 2014 году в ГКБ им. С. П. Боткина. Впервые в России была разработана и внедрена уникальная служба оказания психологической помощи пациентам в условиях скоромощного многопрофильного стационара. Для его создания изучался опыт работы психологов ведущих психологических лабораторий, а также опыт работы психологов, работающих в соматических стационарах. В нашей больнице была поставлена цель — поддержание и восстановление психического и психологического здоровья пациентов всех отделений, их родственников при помощи методов психотерапии и психологической коррекции. Этим наше отделение уникально.

В БОЛЬНИЦЕ ИМЕНИ С. П. БОТКИНА ВПЕРВЫЕ В РОССИИ БЫЛА РАЗРАБОТАНА И ВНЕДРЕНА УНИКАЛЬНАЯ СЛУЖБА ОКАЗАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПАЦИЕНТАМ В УСЛОВИЯХ СКОРОПОМОЩНОГО СТАЦИОНАРА



В НАШЕЙ БОЛЬНИЦЕ БЫЛА ПОСТАВЛЕНА ЦЕЛЬ – **ПОДДЕРЖАНИЕ И ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ПАЦИЕНТОВ ВСЕХ ОТДЕЛЕНИЙ, ИХ РОДСТВЕННИКОВ**

— **Какие функции выполняет отдел для сотрудников и пациентов?**

— Отдел проводит работу, направленную на восстановление психологического самочувствия, улучшение адаптации. Условно можно разделить работу психолога на диагностическую и консультативную. Консультацию медицинского психолога в лечебных отделениях назначает лечащий врач. Он же ставит перед психологом клиническую задачу в процессе обсуждения программы диагностической и лечебно-восстановительной работы. Лечащий врач в нашей больнице также может назначить консультацию психолога по просьбе пациента. Если услуга оказывается пациенту, самостоятельно обратившемуся за помощью, то психолог опирается в первую очередь на его запрос.

Известны слова Сергея Петровича Боткина: «Бодрое состояние духа врача необходимо как для больного, так

и для окружающих». Врачи, медицинские сестры могут обратиться к нам в отдел в удобное для них время. Опираясь на запрос коллеги, психолог подберет метод и методики.

Персонал больницы, с учетом сложности и интенсивности выполняемой работы, может сталкиваться с синдромом эмоционального выгорания. Психолог поможет определить его степень (диагностическая часть консультации включает беседу, серию тестов), в зависимости от выявленной степени предложит способы восстановления.

Помощь психолога очень нужна многим пациентам с тяжелыми недугами



Фото: mos.ru

ТЕХНИКИ АУТОГЕННОЙ ТРЕНИРОВКИ ХОРОШО ПОДХОДЯТ КАК ДЛЯ МЕДИЦИНСКИХ РАБОТНИКОВ, ТАК И ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ, ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ НАУЧИТЬСЯ РЕГУЛИРОВАТЬ СВОЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

— Как организована работа?

— В отделе в настоящее время работают четыре медицинских психолога (вместе с заведующим отделом). Ежедневно происходит коллегиальное обсуждение проделанной работы с акцентом на сложные диагностические и терапевтические случаи, планирование предстоящей работы. В течение дня происходит постоянный мониторинг поступающих задач. Для решения диагностических задач медицинский психолог использует экспериментально-психологическое обследование, нейропсихологическое исследование. Комплексная диагностика включает диагностику клинических поражений головного мозга, оценку характера и локализации повреждения, определение основных текущих когнитивных, эмоциональных, поведенческих и психосоциальных проблем пациента, получение информации об особенностях характера пациента и образе его жизни до болезни, выявление нарушений повседневной активности, наиболее значимых для самого пациента или ухаживающих за ним лиц для определения целей и задач восстановления. В связи с тем, что в нашей больнице пациенты находятся, как правило, в состоянии кризиса либо в ослабленном состоянии (из-за тяжелого соматического заболевания), психологическая помощь носит поддерживающий характер.

— В особенной психологической поддержке нуждаются люди, которые ухаживают за тяжелобольными близкими. Какая работа проводится для них?

— Родственники больных и ухаживающие за ними люди нередко сталкиваются с чувством вины, неосознанно ограничивают себя в удовлетворении базовых и социальных потребностей, не позволяя себе отвлечься от ситуации болезни родственника. Необходимо информировать человека о том, что забота о себе — это не проявление эгоизма, а важнейшая необходимость для поддержания собственных ресурсов, для совладания со стрессом.

— Какие инструменты работы есть у психолога в медицинской организации? Какие методики используются?

— Психолог, работающий в медицинской организации, должен использовать научно обоснованные методы работы. К ним относятся беседа или интервью, двигательные и интеллектуальные упражнения, письменные и рисуночные задания, диагностические методики (бланковые и компьютеризированные тесты, опросники), элементы творческой терапии, упражнения на саморегуляцию, психологическое консультирование и коррекция, мотивационное интервью и др. Например, мы просим пациента рассказать о своих жалобах, оценить, как повлияло его заболевание на эмоциональное состояние, выполнить задания диагностических методик, обсуждаем с ним их результаты, после чего психолог дает рекомендации, предоставляет необходимую информационную поддержку и передает результаты лечащему врачу.

Техники аутогенной тренировки хорошо подходят как для медицинских работников, так и для пациентов, для того чтобы научиться регулировать свое эмоциональное состояние с помощью когнитивных, дыхательных, физических упражнений. Все это способствует редукации уровня тревоги, эмоционального напряжения, а также может быть полезно для совладания со стрессом, паническими состояниями, тревогой, раздражительностью.

Довольно часто возникает потребность в предоперационном консультировании пациентов, которые, несомненно, испытывают сильный стресс, обусловленный тревожным ожиданием в ситуации неопределенности. Из-за этого часто проявляются соматовегетативные симптомы: повышенное артериальное давление, учащенное сердцебиение, обострение заболеваний ЖКТ, которые могут стать противопоказанием к проведению оперативного вмешательства. Психологи в таких случаях обучают пациентов техникам саморегуляции, способствуя редукации повышенного уровня тревоги.

— Какова, на ваш взгляд, роль медицинского психолога в здравоохранении в целом и в московском здравоохранении в частности?

— Психолог видится мне равноправным участником лечебного процесса в персонализированной медицине.



Фото: ГКБ им. С. П. Боткина

ПСИХОЛОГ ВИДИТСЯ РАВНОПРАВНЫМ УЧАСТНИКОМ ЛЕЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННОЙ МЕДИЦИНЕ

— Какие результаты работы уже получены?

— Отдел справляется с выполнением не только оперативных задач, но и непрерывно расширяется, совершенствует свою работу, профессионально растет. Ежегодно к нам обращаются за помощью более трех тысяч человек. Наши сотрудники оказывали помощь в организованном во время пандемии COVID-центре, а сейчас оказывают кризисную помощь с учетом новых вызовов нашего времени. Модель работы полностью оправдала себя.

— Какие перспективы развития психологической составляющей в московском здравоохранении вы видите?

— Важны поддержка и развитие существующих отделов, служб, лабораторий медицинской психологии, а также создание новых психологических служб, которые смогли бы оказывать широкий спектр помощи населению.



Отдел медицинской психологии Боткинской больницы

— В каких направлениях здравоохранения наиболее востребованы, с вашей точки зрения, медицинские психологи?

— В настоящее время самой важной нам представляется доступность психологической помощи в первичном звене медико-санитарной помощи не только лицам трудоспособного возраста, но и пациентам более старшего и даже «хрупкого» возраста, с учетом особенностей патологии и, конечно, запроса. Вторая задача — это наше участие в реализации программы борьбы с онкозаболеваниями. И наконец, особое значение приобретает квалифицированная психологическая помощь в реабилитации людей, утративших трудоспособность вследствие боевых действий и военной травмы. 