

Doc. MUDr. Bohumil Seifert, Ph.D.
MUDr. Markéta Pfeiferová

Ústav pro zdravotní gramotnost, z.ú.
Ústav všeobecného lékařství, 1. LF UK



ZDRAVOTNĚ GRAMOTNÝ PACIENT V ORDINACI PRAKTICKÉHO LÉKAŘE

ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST

- Jádrem zdravotní gramotnosti je pochopení hodnoty zdraví a jednání s cílem dosažení zdraví
- Zdravotní gramotnost navazuje na gramotnost obecnou. Jejím základem jsou ovšem **nejen znalosti**, ale i **motivace a schopnosti**
- *„Zdravotní gramotnost zahrnuje znalosti, motivaci a schopnosti lidí získávat, porozumět, vyhodnotit a aplikovat zdravotně relevantní informace tak, aby byli schopni se rozhodovat v zájmu udržení či zlepšení kvality života v průběhu životního cyklu.“*

Zdroj: Health Literacy. The Solid Facts. WHO 2013, s. 4.

ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST



Prosazovat své zdravotní
potřeby a získávat
adekvátní zdravotnické a
sociální služby

Získávat, chápat, hodnotit a
využívat zdravotnické informace

Náležitě komunikovat se
zdravotnickými
pracovníky

Uvážlivě
rozhodovat ve
zdravotní oblasti

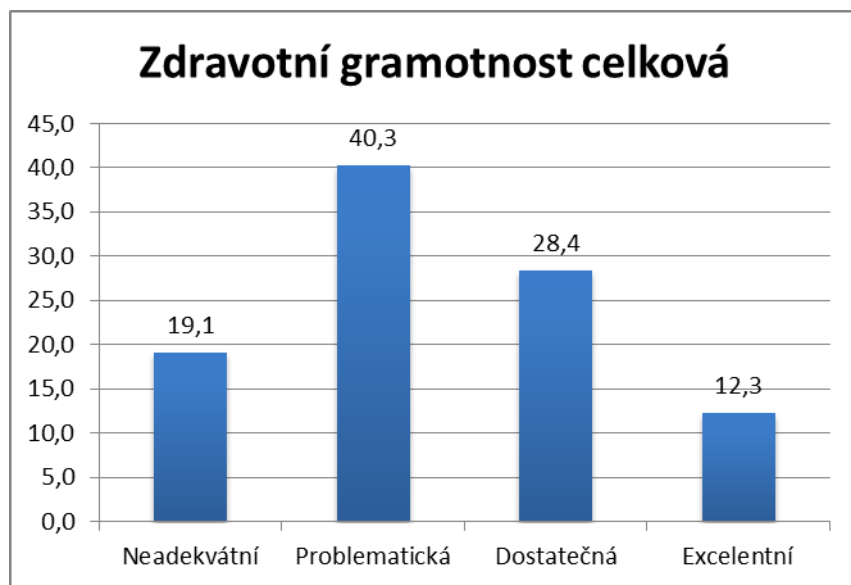
Preferovat zdravý životní styl a
vhodně ovlivňovat životní prostředí

Zvládat roli pacienta ve smyslu aktivní
účasti na své léčbě

NÍZKÁ ZDRAVOTNÍ GRAMOTNOST

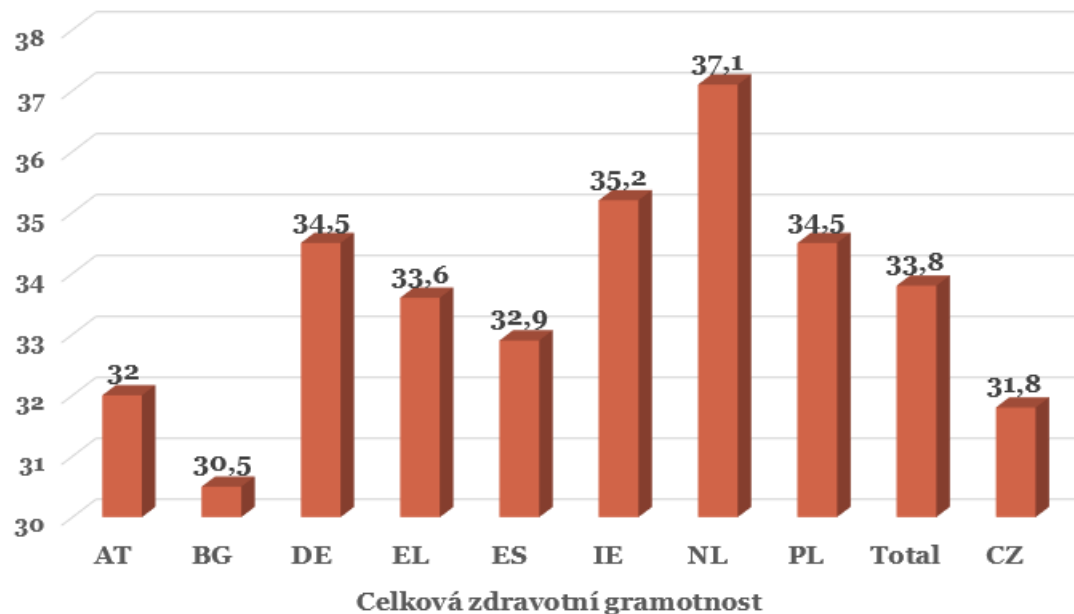
- Zvyšuje riziko horšího zdravotního stavu a vede k vyšším nákladům na zdravotní péči
- Je často spojena s nezdravým životním stylem
- Je provázena vyšší nemocností a předčasnou úmrtností
- Častější využívání pohotovostí, obtížnější vyrovnávání s chronickými nemocemi
- Devastuje systém péče o zdraví, znemožňuje plné využití nových medicínských metod a degraduje úsilí zdravotnických pracovníků
- Zvyšuje počet kontaktů s lékařem za rok (v ČR 11/rok)

Zdravotní gramotnost obyvatel ČR. Výsledky komparativního reprezentativního šetření



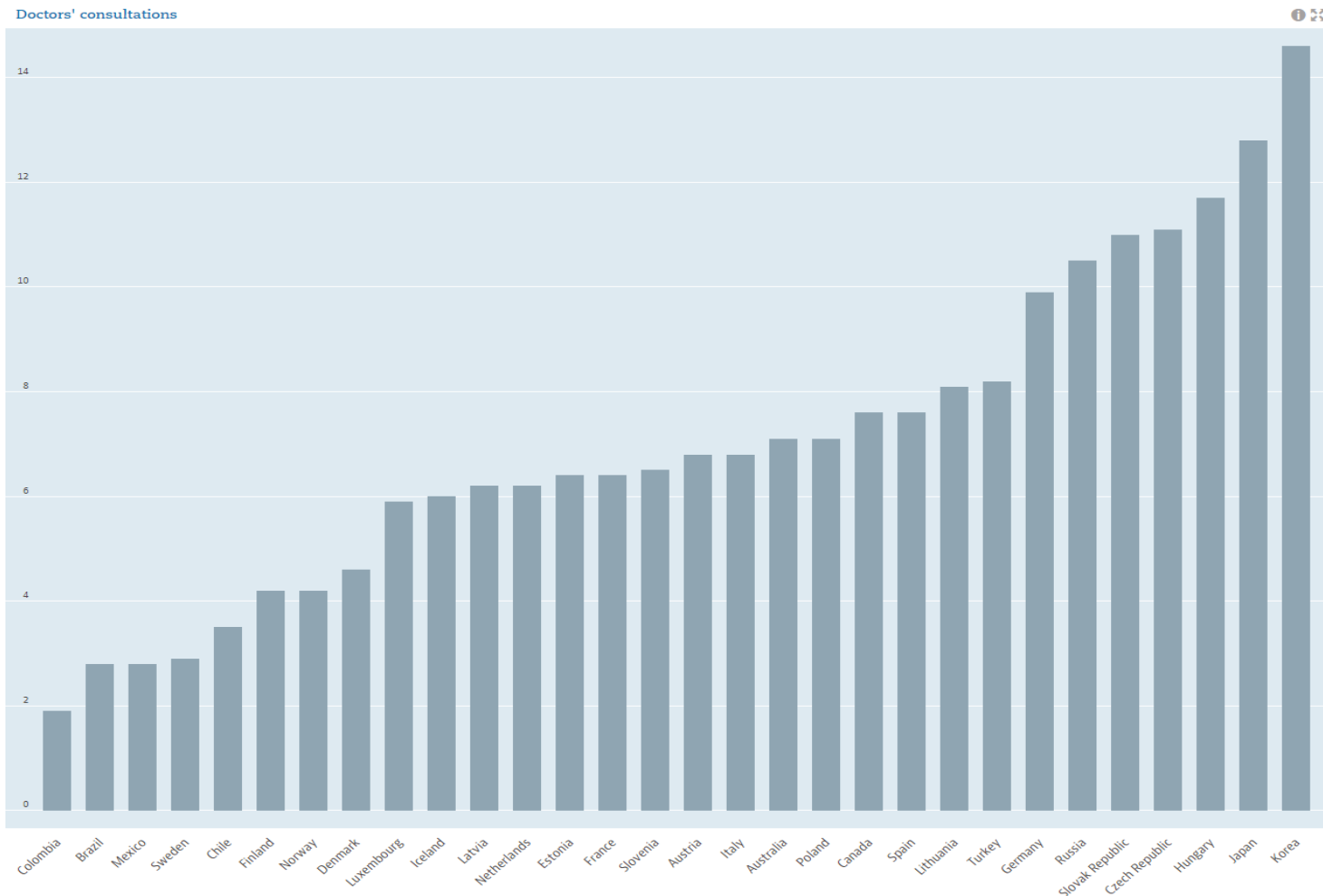
Zdroj: Kučera, Z.; Pelikan, J.; Šteflová, A.: Zdravotní gramotnost obyvatel ČR. Výsledky komparativního reprezentativního šetření. Časopis lékařů českých 5/2016; 155: 233-241

Zdravotní gramotnost obyvatel ČR. Výsledky komparativního reprezentativního šetření



Zdroj: Kučera, Z.; Pelikan, J.; Šteflová, A.: Zdravotní gramotnost obyvatel ČR. Výsledky komparativního reprezentativního šetření. Časopis lékařů českých 5/2016; 155: 233-241

Konzultace u lékaře



Zdroj: <https://data.oecd.org/healthcare/doctorsconsultations.htm#indicator-chart>

Vývoj v počtu konzultací u lékaře ve vybraných zemích v letech 2000 – 2014 (data OECD)



Source: OECD Health Statistics 2016.

VÝZKUM U PL-

Jak těžké je pro pacienta pochopit:

Co mu říká lékař?

- - těžké **61,9 %** lékařů

Posoudit, kdy by mohl potřebovat názor od jiného lékaře?

- - těžké **76,2 %** lékařů

Získat informace o tom, jak zvládat psychické problémy – stres, deprese?

- - těžké **66,7%** lékařů

Posoudit, zda jsou informace o zdravotních rizicích hodnověrné?

- - těžké **66,6%**, z toho velmi těžké **47,6%** lékařů

PL = “KOUČ”

Koučování (koučink)

- je proces, podporující hledání individuálních řešení a rozvoj člověka v jím zvolené oblasti
- metoda užívaná „k taktnímu a ohleduplnému ovlivňování”
- partnerství s pacientem v tvořivém procesu, který provokuje myšlení a inspiruje pacienta k maximalizaci jeho potenciálu ve starosti o zdraví

INFORMOVANOST O RIZICÍCH

nadměrné diagnostiky (overdiagnosis) a nadměrné léčby (overtreatment)

- **Nadměrná diagnostika** – podporuje narůstání nerovnosti, kdy jsou příliš testováni zdraví lidé a péče o nemocné je nedostatečná, což poškozuje obě skupiny
- Kvůli omezeným zdrojům může nepřímo přispívat ke špatné distribuci zdrojů a paradoxně k poddiagnostikování
- Nadměrná diagnostika je pravděpodobně velmi často poháněna strachem (– vnímáme více strach z přehlédnutí problému než strach z problémů plynoucích z přílišného vyšetřování a následné léčby)
- Informace o zdraví a zdravotnických systémech (zahrnující screening a ostatní metody prevence) by měly obsahovat stanoviska typu, že život je nepředvídatelný a všechny léčebné zásahy mohou mít vedlejší účinky a své limity

“ Nemělo by být vždy využíváno vše, co je možné – zdaleka ne vše, co jde, je užitečné.”

- Petter Brelin, červen 2016 -

Česká republika ve všech složkách zdravotní gramotnosti zaostává za nejlepšími zeměmi EU. Zvláště nepříznivá situace je v oblasti podpory zdraví. Na tomto faktu se shodují i dotázaní praktičtí lékaři.

Lidé nemohou dosáhnout svého plného zdravotního potenciálu, pokud nejsou schopni převzít kontrolu nad věcmi, které determinují jejich zdraví.

- Ottawská charta podpory zdraví -



Děkuji za pozornost!

pfeiferova.mar@gmail.com

**“ČINY MOUDRÝCH LIDÍ
DIKTUJE ROZUM, MÉNĚ
MOUDRÝCH ZKUŠENOST,
NEVĚDOUCÍCH NUTNOST.”**

-MARCUS TULLIUS CICERO-