



**Kako pripraviti specializanta
družinske medicine na vsakdanje
delovne obremenitve v ambulanti?**

Davorina Petek

Katedra za družinsko medicino Poljanski nasip 58,
1000 Ljubljana

I - Zakaj to predavanje?



2 - Zakaj to predavanje?

- Ali želimo, da bi specializant zmoget takšne obremenitve?



Kako “hiter” naj bo zdravnik?

- “Hitrost” bolnikov je različna
- Bolniki neradi čakajo
- Želijo dovolj časa za obravnavo
- Želijo biti vključeni v obravnavo, odločitve, načrt
- Želijo občutek edinstvenosti in individualnosti
- S specializanti so velikokrat zadovoljni, ker jim le ti namenijo dovolj časa...

Hitrost specializanta

- Na začetku specializacije je počasen
 - Razumljivo
 - Bojimo se že v začetku hitrih specializantov
- Na koncu specializacije je počasen
 - Imamo problem
 - Kako se bo vključil samostojno v delo?

Običajna situacija

- V začetku je specializant počasen
- Postopoma se osamosvaja in pridobiva na kompetentnosti in tudi hitrosti pri delu
- Kdaj pričakujemo, da bo “dovolj hiter?”
 - Določene razlike med ljudmi obstajajo
 - Po končanem kroženju v ambulanti
 - Do specialističnega izpita

Zakaj je specializant počasen pri delu?

- Značilnosti specializanta
 - Osebnostne lastnosti
 - Specializant je v učni dobi
- Značilnosti sistema
 - Šola ni opravila svojega dela
 - Zahteve stroke
 - Položaj specializanta
 - Organizacija dela
- Defenzivna medicina

Zakaj je specializant počasen pri delu? Značilnosti specializanta

- Nekateri so preprosto počasni
- Nekateri se težko odločajo
- Nekaterih ne zanima
- Odnos do dela (ob 2h pa grem jaz domov...)
- Specializacija, naloge, mlada družina, krediti, dežurstva, podiplomski študij...

Značilnosti specializanta

Kaj lahko naredi mentor?

- ?
- ?
- ?
- ?
- pogovor

Zakaj je specializant počasen pri delu?

Negotovost

- Znanje: ko ga je ravno toliko, da vidiš vse možnosti
- Pomanjkanje izkušenj
- Nepoznavanje kliničnih poti
- Nepoznavanje delovanja sistema
- Anksioznost, strah pred napako

Kaj lahko naredi mentor? Zmanjševanje negotovosti

- Jo je treba sprejeti (odnos)
- Več znanja in izkušnje jo zmanjšujejo (znanje)
- Veščina komuniciranja je pomembna (veščine)

- Negotovost pri bolniku!

Kaj lahko naredi mentor? Zmanjševanje negotovosti

- Ugotoviti glavni razlog negotovosti
- Ugotoviti, kako ravna (napotitve, številne preiskave?)
- Podpora specializantu, pogovor,
- Izobraževanje, trening veščin

Zakaj je specializant počasen pri delu? **Učinkovito sporazumevanje**

- Ali je naš model komuniciranja “počasen?”
- Odprta vprašanja
- Kontekst bolnika
 - Ideje
 - Skrbi
 - Pričakovanja
- Razlaga (izhodišče bolnikovega znanja in zanimanja, vključevanje bolnika)
- Pogajanje, načrt



Kaj lahko naredi mentor?

Struktura posveta

- Ugotoviti vzroke za prihod
- Prioritete zdravnika (strokovno znanje, ogrožujoči simptomi najprej)
- Prioritete bolnika (kaj ga najbolj muči ali skrbi)
- Posvet prilagoditi časovnim zmožnostim

- Nekateri specializanti slabo strukturirajo posvet, ki je vsebinsko ustrezen

Zakaj je specializant počasen pri delu?

Šola in razvoj stroke

- Klinični pouk na fakulteti ne upošteva vidika časa
- Družinska medicina
 - Bio-**psiho-socialni** model
 - Celostni pristop
 - Kontekst bolnika
 - Kompleksnost obravnave “kompleksnega” bolnika (multimorbidni, socialni kontekst, psihološko ozadje, polifarmakoterapija...)
 - Zahteve po kakovostni obravnavi
 - Aktivno vodenje

Kaj lahko naredi mentor?

Učenje vodenja kompleksnih obravnav

- Takšne obravnave pač zahtevajo čas (dvojni termin)
- Naj vodi kompleksne bolnike (pomoč mentorja)
- Obvladovanje kompleksnosti s pomočjo širšega tima
- Delo med pregledi (psihologi, socialni delavci, možnosti pomoči v skupnosti)

Kaj lahko naredi mentor?

Podpora IT

- Specializanti so spretni pri uporabi IT!
- Naj spoznajo program in možnosti IT
- Naj podajo predloge za izboljšanje

- Uporaba zbirk podatkov (stalna terapija, cepljenja, problemska lista, registri bolezni...)
- Podakovne baze (smernice, priporočila, pravila ZZZS...)
- Opozorila (kontrolna kolonoskopija, kontrola SB...)
- Pregledni arhiv dosedanjih preiskav, IH

Sistem dela v ambulanti

- Kompetence specializanta
- Položaj v timu
- Sistem naročanja
- Reševanje vmesnih potreb
- Prioritete, protokoli
- Nadomeščanja,
- Čas za mentorja in specializanta

Kaj lahko naredi mentor?

Sistem dela v ambulanti

- Kontinuiteta dela (da ne menjava ambulant, da pozna predhodno oskrbo bolnika)
- Ustrezni pogoji za delo
- Odgovornost, da je delo opravljeno (učinkovitost? ...saj mentor dela...)

Kaj lahko naredi mentor?

Sistem dela v ambulanti – upravljanje s časom

- Poznavanje sebe: sposobnosti, šibkost, cilji, navade
- Naročanje:
 - Upoštevanje priprave na pregled (registracija bolnika...)
 - Naj si prilagodi sistem naročanja
- Timsko delo:
 - Ustrezen položaj v timu, jasne vloge, kompetence
 - Naj ne prevzema nase nalog drugih članov tima

Kaj lahko naredi mentor?

Sistem dela v ambulanti – upravljanje s časom

- Vmesne dejavnosti naj si razporedi med delovni čas, ne na konec (sporočila bolnikov)
- Jasnost prioritiet (npr. patološki izvidi...)
- Aplikacije, orodja
- Naj ne odlašá z opravili in dokonča, kar je začel

- Upravljanje s časom je upravljanje s stresom
- Če ne zna upravljati s časom, naj si o tem kaj prebere!


Kaj lahko naredimo mentorji?

- Kakovostni program specializacije
- Stimulativno okolje
- Mentorski nadzor, podpora, biti na razpolago

- “V vodo z njim, pa naj splava!”
- Postopnost obremenjevanja, stopnjevanje samostojnosti in delovnih obremenitev

Zelo počasen specializant - primer

- Pretirano natančen
- Ne loči zrna od plevela
- Pretirano previden, nesiguren (številne kontrole, laboratorijski pregledi, napotitve)
- Paciente obremenjuje
- Pacienti ga izkoriščajo
- Dolgi, neučinkoviti posveti

- 
- V timu ni priljubljen, ker ne konča v ustreznem času
 - Delo podaljšuje
 - Mentorja kliče zaradi manj pomembnih organizacijskih/strokovnih dilem

Kaj lahko naredimo?

- Resen pogovor s specializantom
- Obveščanje koordinatorja specializacije
- Pomoč katedre (dodatna vsebina specializacije?)

Za konec

- Delo v ambulanti je naporno
- Specializanti so prihodnost DM
- Mentorsko delo je delo za prihodnost DM
- Vsi specializanti ne bodo dosegli zaželenega cilja

