

# Smernice in miselnice v družinski medicini

Davorina Petek, Mateja Bulc

Katedra za družinsko medicino Ljubljana

[davorina.petek@mf.uni.lj.si](mailto:davorina.petek@mf.uni.lj.si)

# Vsebina predavanja

- Opredeliti definicijo in pomen miselnic in smernic
- Kako se uporabljajo pri odločanju v vsakdanji klinični praksi
- Prednosti in omejitve obeh metod razmišljanja
- Vloga bolnika v miselnih

# Primer 1 - PSA

Zelo zakrbljen 60 let star pacient, ki sicer nima težav, vas prosi za PSA test.

- Kaj boste storili?
- Kako bo vaša odločitev vplivala na vajin odnos?
- Kaj priporočajo smernice?
- Kaj vam nalagajo vaši vodilni?
- Kako to počno kolegi?
- Ali vse to smernice upoštevajo?

# Primer 2 - Antibiotik

Starši šestletnega dečka, ki ima vneto žrelo, odhajajo v petek na počitnice. Prosijo za antibiotik (za vsak slučaj).

- Kako ukrepate?
- Kako bo vaša odločitev vplivala na vaš odnos?
- Kaj svetujejo smernice?
- Kaj bi naredil kolega?

# Primer 3 - Holesterol

47 letni bolnik ima celokupni holesterol 7.9 mmol/L in LDL 5,6 mmol/L. Kadilec, oče je imel AMI pri 53 letih. Vsi ostali DT so normalni.

- Kaj priporočajo smernice?
- Bolnik ne želi zdravil
- Kakšno odločitev boste sprejeli?

# Definicije

- SMERNICE: informacije, kako je treba določen zdravstveni problem reševati (Cambridge)
- MISELNICE: skupek vaših notranjih „tihih“, s prakso podkrepljenih smernic (Gabbay)



# Gabbay in May

- Etnografska raziskava med GPji
- Opazovanje zdravnikov z bolniki
- Pogovori z zdravniki, med. sestrami, študenti
- Opazovanje timskih sestankov
- Opazovanje ambulant v bolnicah
- Opazovanje poučevanja študentov

## **Mindlines:** making sense of evidence in practice

“Miselnice so veliko prožnejše, prilagodljivejše in kompleksnejše od smernic, zato so boljše prilagojene obvladovanju številnih vlog in funkcij zdravnikov.,”

- **John Gabbay,**  
Emeritus Professor, Wessex Institute for Health Research and Development, University of Southampton.
- **Andrée le May,**  
Emeritus Professor, Faculty of Health Sciences, University of Southampton.

British Journal of General Practice, August 2016



# ZDM si ustvari miselnice s pomočjo:

- kolegov
- pacientov
- izkušenj
- infrastrukture
- poučevanja, učenja
- stalnega strokovnega izpopolnjevanja
- učbenikov
- medijev
- strokovnih revij
- 'tako so mi rekli...'
- vodilnih v stroki, avtoritet
- navodil vodilnih
- lokalnih razmer
- farmacije

# Prednosti smernic

- Na dokazih temelječa medicina
- Standardi dobre prakse
- Kazalniki kakovosti
- Merljivost ukrepov in rezultatov,
- Klinični izidi zdravljenja
- Primerljivost klinčnega dela

# Slabosti smernic

- Kuharska knjiga
- Pomanjkanje ustvarjalnosti
- Kaznovanje tistih, ki se jih ne držijo
- Konflikt interesov avtorjev smernic
- Ogromno različnih, celo nasprotujočih si, smernic
- Ne upoštevajo želja, ciljev, ozadja bolnika
- Pomembnejša cena kot zdravje

# Slabosti smernic

- EBM dokazi
  - neujemanje med dokazi iz populacije in potrebami posameznih pacientov
  - Prekomerno diagnosticiranje, diagnoze in zdravljenje povezano z EBM
- Multimorbidnost
- Kontekst bolnika
- Strokovne izkušnje

Wieringa et al. How knowledge is constructed and exchanged in virtual communities of Physicians: Qualitative study of mindlines online. J Med Internet Res 2018;20(2):e34

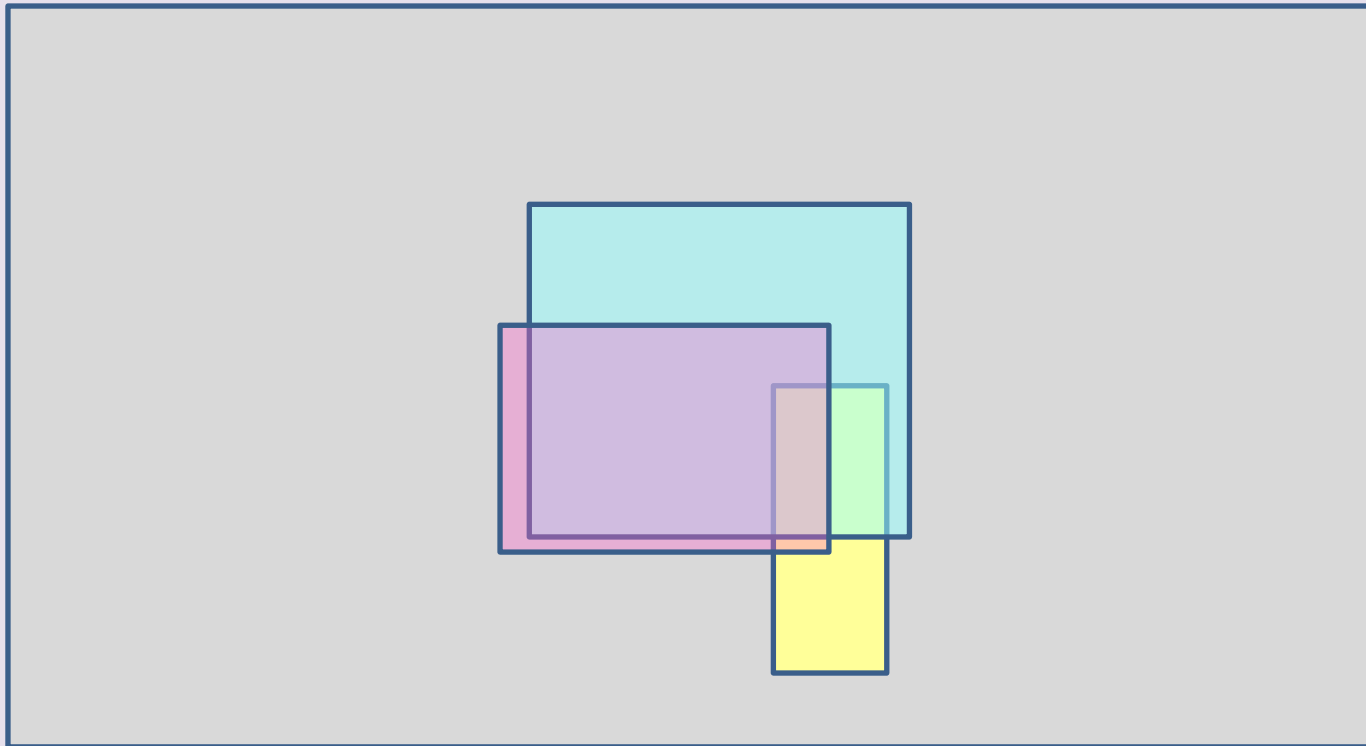
# Premikanje ciljev zdravljenja- prediagnosticiranje



- ACC/AHA Hypertension guideline 2017, evropske in slovenske smernice: prag AH 130/80 mmHg
- JNC8: 140/90?
- Prevalenca zraste z 32% na 45% populacije
- Kakšna bo škoda?
- Konflikt interesov ?



- Konflikt interesov? SPRINT study!!
  - „Substantial weight was given to SPRINT trial, which provided the basis for the recommended change in blood pressure targets. It is a serious intellectual COI that the Chair of the SPRINT trial steering committee was commissioned as chair of the guideline panel. The new threshold would lead to 46% of the U.S. adult population being categorized as having hypertension, while using the previous threshold that figure would be 32%. ***Should we call this change as overdiagnosis?***“

**AMERICAN ACADEMY OF FAMILY PRACTICE DOES NOT ENDORSE THE NEW GUIDELINE**

# Men



 All men  
 QRISK2  
high risk

 Develop cardiovascular disease  
 NICE Framingham high  
risk

**Table 1. Changes in Disease Definitions and Prevalence of a Condition**

Condition	Population	Previous Definition	Old Definition Prevalence, %	New Definition	New Definition Prevalence, %
Osteoporosis	Community sample of US women aged >65 years <sup>7</sup>	Femoral neck BMD T-score of -2.5 or less	21	NOF 2008 guideline	72
Myocardial infarction	Patients presenting to hospital with a troponin level measure $\geq 30$ ng/L <sup>8</sup>	WHO criteria using MB fraction of creatine kinase	18	ESC/ACC 2000 criteria using troponin	29
Polycystic ovary syndrome	Sample of women aged 12-44 years in China <sup>9</sup>	NIH criteria	7	Rotterdam criteria	11
Prediabetes	Survey of adults aged >18 years in China <sup>10</sup>	Impaired fasting glucose	26	ADA 2010 criteria	50
	NHANES survey of adults $\geq 18$ years in the United States <sup>11</sup>	Impaired fasting glucose	26	ADA 2010 criteria	31

JAMA Internal Medicine Published online May 15, 2017



# Mislím hitro in počasi

## Sistem 1

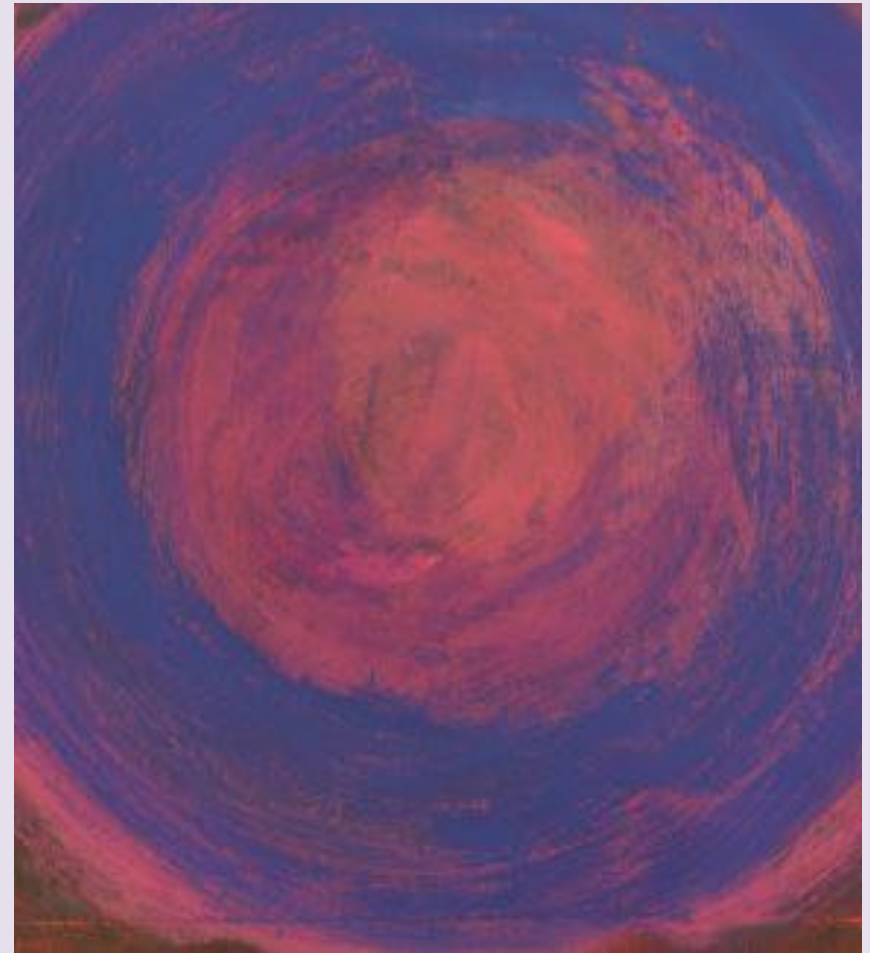
- hiter
- avtomatski
- pogosto uporabljan
- čustveno
- stereotipno
- nezavedno
  
- Miselnice?

## Sistem 2

- počasen
- naporen
- redko uporabljan
- logičen
- preračunljiv
- zavedno
  
- Smernice?

# Kognitivna pristranost: diagnoza in zdravljenje

- Preveč informacij
- Premalo pomembnih
- Časovna stiska
- Kaj naj si zapomnim?



# Pravilo palca (kar na pamet odmerjeno)

- Bolečina v križu, ki traja 3 tedne, zahteva Rtg
- Če diši po streptokoku, daj antibiotik
- Boj se odsotnih sorodnikov!
- Če že ni indikacije, je pa komplikacija
- Polovica bolnikov potrebuje glukokortikoide, druga polovica pa ima težave zaradi jemanja

# Kaj mora vedeti ZDM- 2

## ZNANJE

- Splošno sprejeti postopki ravnanja v določenih situacijah
- Dogovorjena praksa , znanstveno utemeljena
  - Kako zanesljiva pa je znanost?
  - Kakšne so lokalne posebnosti, odkloni in zakaj so?
  - Kako izvedljive so smernice in zakaj?
- Tveganje proti koristi proti stroškom različnih načinov zdravljenja
- Katero zdravljenje pa podpira moj miselni sistem?

# Kaj mora vedeti ZDM- 3

## POSVET IN NAPOTITEV

- Kako ravnati, ko si izčrpal vse možnosti DM?
- Lokalne službe, specialisti, posveti...
  - K komu je najbolje napotiti?
  - Njegovi interesi, spretnosti, pomanjkljivosti?
  - Kaj bo naredil ? (novo zdravilo, operacija...)
  - Kaj bo hotel od mene?
  - Kako dobiti čim več od napotitve in posveta?
  - Zanesljivost?
  - Čakalne dobe, dostopnost... ?
  - **Pacientove želje**

# Kaj mora vedeti ZDM - 4 KOLEGI

- Ko se nadomeščate:
  - Kakšne spretnosti imajo drugi?
  - Kako si organizirajo delo?
  - Na koga lahko kaj dela preneseš ?
  - Kako želijo, da zdraviš njihove bolnike?
  - Kako ukrepaš, če se ne strinjata?



# Kaj mora vedeti ZDM - 5

## VODENJE AMBULANTE

- Sporočanje različnih stvari zelo različnim ljudem
- Delo z računalnikom
- Kako sploh deluje ambulanta
- Administracija (zaposleni- tim, finance, zakoni, obvladovanje tveganj, infekcij, ocenjevanje izidov, varnosti...
- Osnovna pravila delovanja ambulante (organizacijska/ logistična/kulturna)

# Kaj mora vedeti ZDM - 6

## OKOLJE

- Ambulanta- demografske, kulturne, lokalne posebnosti, prevalence
- Kako delajo ostale ambulante
  - Medsebojna komunikacija
  - Dogovori (nadomeščanja, dežurstva..)
- Kako deluje mreža v državi, organizacijske spremembe, IT, mediji
- 'Novosti' – nevarnosti za zdravje, nova zdravila, medijska hvala ali linči načinov zdravljenja....



# Kaj pa pacient?

- Kaj je najboljša odločitev za tega pacienta, v tem trenutku, pri njegovih zdravstvenih težavah?
- Kaj je pomembno za bolnika?
- Kakšne so njegove dileme, kaj tvega?
- Do katere mere želi biti vključen in soodločati pri svojem zdravljenju?
- Kako se prilagoditi na njegove potrebe, situacijo, želje?

# Smernice v praksi, za bolnika

- Na dokazih temelječa klinična oskrba, prilagojena na individualne okoliščine.
- ekspertna uporaba/presoja dokazov
- **deljeno odločanje z bolniki**
- **humanizem in etika v oskrbi**
- **odnos bolnik-zdravnik**

Greenhalgh T, Howick J, Maskrey N. Evidence based medicine: a movement in crisis? BMJ 2014; DOI:10.1136/bmj.g3725.

# Kateri izidi zdravljenja so pomembni za bolnika

- manjša obolevnost, preprečevanje bolezni
- manjša umrljivost,
- kakovost življenja,
- zmanjšanje simptomov,
- ohranitev telesnega, duševnega in socialnega funkcioniranja,
- neodvisnost v vsakdanjem življenju
- preprečevanje neželenih učinkov zdravljenja: slabost, zaspanost, omotičnost, zmedenost

# Bolniki s sočasnimi boleznimi – težave s smernicami

- več kroničnih stanj
- polifarmakoterapija
- interakcije zdravil in bolezni
- nasprotujoče si terapevtske strategije
- izobraževalne intervencije, številni nasveti
- samozdravljenje
- spremljanje

# Kompleksnost obravnave bolnika s sočasnimi boleznimi

Vsak akutni problem se obravnava

- glede na ozadje bolnikove kompleksne kronične obolevnosti,
- psihosocialne okoliščine,
- družinske razmere,
- bolnikove vrednote,
- življenjski cilji in prioritete,
- zdravljenje kroničnih bolezni,
- bolnikovi načini iskanja zdravstvene pomoči
- **MISELNICE IN VEŠČINE**

# Realistični cilj izdravljenja

- Miselnice
  - individualizirana obravnava
  - prioritete bolnika
- Smernice:
  - ugotavljanje interakcij med boleznimi in zdravili
  - zmanjševanje simptomov, usklajevanje in predpis zdravil,
  - spremljanje, ugotavljanje psiholoških problemov,
  - kognitivno funkcioniranje
  - ....

- premik ciljev zdravljenja
  - specifični za bolezen(npr., vrednost glukoze v krvi)
  - k splošnim (npr., telesno funkcioniranje).
- Bolnikova želja po preživetju ob dobri kakovosti življenja,
- želja in zmožnost soočanja in obvladovanja bremena njegove bolezni in zdravljenja

# Zaključek

- Za varno, učinkovito in poosebljeno delo v DM potrebujemo tako smernice kot miselnice.
- Zavedati se moramo o dveh sistemih razmišljanja.
- Uporabite te informacije za odkrivanje svojih miselnih in svojega odnosa do smernic.