

Corso: 22 novembre 2014

IL PAZIENTE RESPONSABILE

Paola Zimmermann, collaboratrice Federazione Provinciale per il Sociale e la Sanità

Tecniche della comunicazione, analisi dei conflitti, rispetto reciproco, diritti dei pazienti, esempi pratici per la vita quotidiana ...

La maggior parte dei pazienti auspica una migliore comunicazione col proprio medico, vorrebbe ottenere più informazioni ed un maggior coinvolgimento nel proprio percorso di cura. Sono quindi molti i pazienti disposti ad acquisire un ruolo attivo nei confronti della propria malattia cronica, gestendo questa con un maggior grado di responsabilità.

Questo è il motivo per cui la Federazione per il Sociale e la Sanità di Bolzano ha organizzato il primo corso rivolto a tutte le Organizzazioni di pazienti, tra le quali anche l'Associazione Parenti

„Più di tutto mi è piaciuta la spiegazione delle differenze fra comunicazione efficace, comunicazione passiva e comunicazione aggressiva. Spero ci siano altri seminari sulla comunicazione efficace.“

ed Amici di Malati Psicici, il cui scopo è quello di erogare loro le corrette competenze per una comunicazione

efficace a colloquio col medico e di permettere loro di diventare dei moltiplicatori e di trasferirle ai propri assistiti.

„Il seminario mi è molto piaciuto, mi ha rinforzato e sono contento di aver potuto partecipare.“

Sabato 22 novembre 2014, data del corso, sono state poste le basi per un percorso che, Associazioni, pazienti e familiari di malati cronici hanno dimostrato di voler perseguire; se ne sente l'esigenza. La Dott.ssa Verena Hilpold, Sociologa e Counselor, ha tenuto il corso con grande professionalità (la prima edizione si è svolta in lingua tedesca) ed ha avuto modo di confrontarsi con persone stupende che si sono messe immediatamente in gioco, senza remore, esponendo esperienze toccanti.

E' un piccolo, ma importante passo per accrescere nei pazienti cronici la consapevolezza dei loro diritti, per supportarli a sviluppare le capacità

relazionali ed aiutarli a raggiungere con i medici quel livello di interazione "alla pari", tanto desiderato.

Sono state trattate varie tematiche: è stata fatta un'esamina di quelli che

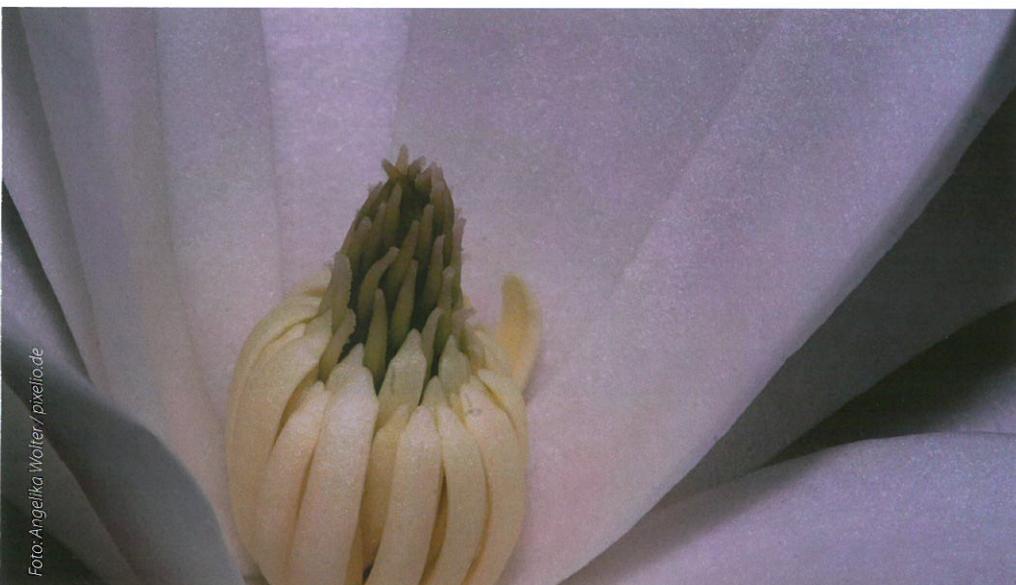
„Ho già tentato da me di muovermi in questa direzione, ad esempio andando preparato dal medico, e facendo molte domande, se il tempo lo permetteva, e ascoltando bene. Gentile e determinato anche a dire il mio, se era possibile...“

sono i diritti dei pazienti, sono state illustrate alcune tecniche per una comunicazione efficace e portati esempi, di contro, di stili relazionali sbagliati. Sono stati esposti i due opposti modelli di relazione medico paziente, ossia quello paternalistico e quello centrato sul paziente; quest'ultimo persegue un'alleanza terapeutica ed è rispettoso del paziente. E' stata l'occasione per riproporre alcuni concetti

„Molto utili sono i consigli per un colloquio medico-paziente soddisfacente, che sono stati elaborati insieme durante il corso. Me li rigarderò prima della prossima visita dal medico.“

della filosofia di Slow Medicine e ricordate le 5 domande che ogni paziente dovrebbe fare al proprio medico.

La partecipazione è stata intensa e la richiesta generale è quella di continuare su questa strada, di proporre ulteriori edizioni, più interattive, allo scopo di evidenziare le carenze comunicative dei singoli, ma anche i punti di forza, condividendo eventuali esperienze positive. ●



Come socio dell'Associazione Parenti ed Amici di Malati Psicici il corso mi è sembrato interessante, anche perchè i partecipanti venivano da varie associazioni. C'erano anche persone malate croniche. Tutti hanno potuto presentare un gran quantità di esperienze di esempi buoni e meno buoni di colloqui col medico. Da lì si è sviluppata una animata discussione. Peccato che il tempo purtroppo non bastasse – ci vorrebbe un altro seminario.

Da tutte le parti è stato criticato il fatto che i colloqui col medico di solito avvengono con troppa fretta, che ai pazienti si danno troppo poche spiegazioni, e che c'è poca attenzione per i farmaci che si devono prendere. Non ci si chiede mai se c'è veramente ancora bisogno dei farmaci che si prendono da anni, specialmente quando ne vengono prescritti di nuovi o diversi.

E' anche insufficiente lo scambio della storia clinica tra gli ospedali altoatesini, tra i medici di famiglia e l'ospedale, perfino all'interno dello stesso ospedale. Si ripetono spesso gli esami e così, oltre allo spreco di soldi, i pazienti si devono sottoporre nuovamente ad esami spesso spiacevoli.

Ed ora sul tema comunicazione: questa può essere passiva o aggressiva. Noi però desideriamo una comunicazione efficace, dove possiamo guardare ne-

gli occhi il medico o gli specialisti della sanità. Rispetto per sé e per gli altri. Noi cerchiamo una soluzione soddisfacente per entrambi.

Sono stati presentati miei diritti come paziente in Alto Adige: è dal 9 maggio 2014 che si può avere la Carta dei servizi sanitari negli ospedali e nelle strutture delle aziende sanitarie altoatesine. E' stato fatto un confronto con l'Austria e la Germania, dove con i colloqui medico-paziente si è molto più avanti.

In ogni caso dovremmo essere ben preparati per un efficace collo-

quio medico-paziente: eventualmente ci si può preparare una lista di controllo ed è anche consigliabile avere un elenco delle analisi già fatte e dei farmaci che si prendono.

Vale anche la pena di andare al colloquio con un accompagnatore. Dobbiamo anche avere il coraggio di dire di no se non siamo sicuri o se rifiutiamo una terapia.

E' anche importante ammettere di aver paura.

All'occorrenza si può anche avere il parere di un altro medico.

In tutte le spiegazioni, diagnosi, proposte di terapie bisogna continuare a fare domande, finchè non si è capito tutto, senza scoraggiarsi. E' diritto di ogni paziente avere dal medico informazioni esaurienti, finchè non si è capito tutto. ●



Foto: Angelika Wolter / pixelio.de

5 buoni e semplici consigli per prepararvi al colloquio con il medico:

- Cosa succede se non faccio questo esame/trattamento?
- Ci sono alternative più semplici e sicure?
- Ho veramente bisogno di questo esame/trattamento?
- Quali sono i rischi?
- Che spese devo affrontare?