

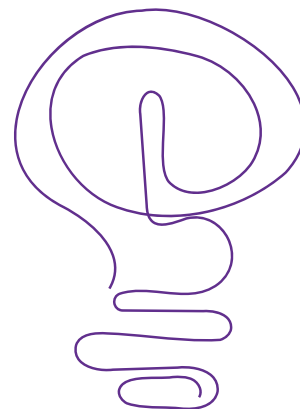
JAK ROZPOZNAT PSYCHOSOCIÁLNÍ KRIZI RODINY A VČAS JI PROPOJIT S POMOCÍ

Cíl checklistu: Pomoci zdravotníkům včas zachytit psychosociální zátěž rodiny a nabídnout bezpečné propojení s podpůrnými službami, bez nutnosti poskytovat terapii.

ZÁKLADNÍ RÁMEC

- Má pacient malé děti / závislé osoby?
- Je pacient hlavním pečujícím nebo živitelem rodiny?
- Dochází na vyšetření s doprovodem (partner, rodič)?
- Je rodina v akutní fázi léčby / čekání na výsledky?

Ano na 2 a více otázek = zvýšená psychosociální zátěž



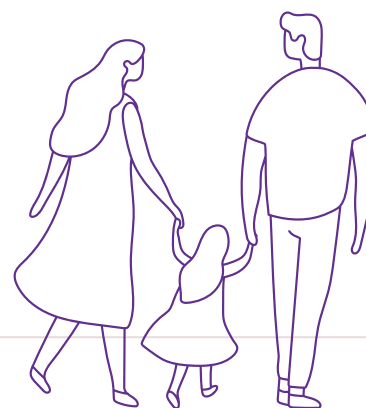
VAROVNÉ SIGNÁLY U PACIENTA - ZPOZORNĚTE, POKUD SE OBJEVUJE:

- výrazná únava neodpovídající klinickému nálezu zmatek,
- potíže s porozuměním informacím
- opakované dotazy na stejné věci silná úzkost mezi kontrolami
- minimalizace vlastních potřeb („to je v pohodě“)
- stud nebo vina („nechci obtěžovat“)

Tyto projevy nejsou „přecitlivělost“, ale signál přetížení

VAROVNÉ SIGNÁLY V RODINĚ

- napětí mezi partnery při vyšetření
- vyčerpaný / zahlcený doprovod
- mluví se o dětech s obavami nebo mlčením
- rodina působí dezorganizovaně
- opakované logistické problémy (hlídání, práce, finance)



JAK OTEVŘÍT TÉMA (BEZ TLAKU)

Vyberte 1–2 věty:

- „Jak to doma teď zvládáte?“
- „Máte kolem sebe někoho, kdo vám pomáhá?“
- „Je toho na vás hodně?“
- „Co je pro vás teď nejtěžší mimo samotnou léčbu?“

pacient reaguje otevřeně

pacient se rozpláče / ztichne / vyhýbá se odpovědi

Jakákoli z těchto reakcí = téma je relevantní

✗ NESNAŽTE SE:

- SITUACI „OPRAVIT“
- DÁVAT RYCHLÉ RADY
- BAGATELIZOVAT („TO ZVLÁDNETE“)

✓ STAČÍ:

- POJMENOVAT ZÁTĚŽ
- VALIDOVAT EMOCE
- NABÍDNOUT DALŠÍ PODPORU

„Dává smysl, že je toho na vás hodně. Nemusíte na to být sami.“

POKUD MÁTE POCIT, ŽE BY BYLO DOBRÉ RODINU NĚKAM ODKÁZAT, PRAVDĚPODOBNĚ MÁTE PRAVDU.

mám kam pacienta odkázat

vysvětlím, co pomoc obnáší

zdůrazním, že nejde o selhání

DOPORUČENÍ:

„Existuje služba, která pomáhá rodinám v podobné situaci. Neřeší léčbu, ale to kolem – emoce, děti, vyčerpání. Můžete se tam obrátit, když budete chtít.“

RYCHLÉ SHRNUTÍ NA ZÁVĚR

- Psychosociální krize je častá a často tichá
- Zdravotník ji nemusí řešit, jen rozpoznat
- Jedna otázka může zabránit kolapsu
- Propojení s pomocí je klíčový moment léčby
- Když léčba zasahuje víc než tělo, jsme tu pro vás jako partnerská psychosociální podpora pro pacienty a jejich rodiny



MOJE POZNÁMKY
