تمكين المريض

تمكين المريض:

← مقدمة عن تمكين المريض

1. تمكين المريض في أخذ رأي طبي اخر
2. تمكين المريض في أخذ موافقته قبل العلاج (الإذن الطبي)
3. كيف تكون مريض متمكن (فعال)

ما هو تمكين المريض؟

تمكين المريض هو قدرة المريض على التحكم في حالته الصحية واتخاذ القرارات فيما يتعلق بصحته في القضايا التي يرى أنها مهمة.

المريض المتمكّن هو المريض الذي لا ينظر إليه فقط كمستخدم للخدمات الصحية، بل يتم التعامل معه كشريك في القطاع الصحي.

المريض المتمكّن والفعّال هو الذي:

- يفهم حالته الصحية وتأثيرها على الجسم.
- يشعر بأنه قادر على المشاركة في صنع القرار مع مقدم الرعاية الصحية.
- يشعر بالقدرة على اتخاذ قرارات. تختص بالخطة العلاجية
- يفهم الحاجة إلى إجراء التغييرات اللازمة على نمط حياته الصحية.
- يطرح أسئلة على مقدمي الرعاية الصحية.
- يتحمل مسؤولية حالته الصحية ويبحث عن الرعاية عند الحاجة لذلك.
- يبحث عن المعلومات بشكل فعّال ويقيمها ويستخدمها.

أولا: تمكين المريض في أخذ رأي طبي آخر

الرأي الطبي الآخر

الرأي الطبي الآخر هو عندما يقوم طبيب اخر بخلاف طبيبك الأساسي، بمراجعة ملفك الطبي ونتائج الفحوصات ليقدم لك رأيه في التشخيص والعلاج. قد يتضح أن رأي الطبيب الآخر هو نفس رأي طبيبك الأساسي أو أنه قد يوحي بنهج مختلف أو يتضمن توصيات إضافية. قد يكون لديهم تفسير بديل لمشاكلك الصحية أو قد يقدم لك خطة علاجية مختلفة.

فيما يلي بعض الأسباب التي تجعلك تفكر في البحث عن رأي ثان قبل اتخاذ أي قرارات بشأن خطة العلاج:

شعوربأنك مريض متمكّن ومسيطر

من خلال السعي للحصول على رأي طبي آخر، ستصبح بطبيعة الحال أكثر اطلاعًا على جميع خيارات العلاج المتاحة لديك، وحتى يكون لديك تعامل أفضل مع الآثار الجانبية المحتملة لكل منها. يقول العديد من المرضى إن معرفة المزيد عن حالتهم وعلاجهم يساعد على الشعور بتحكم أكثر في صحتهم والتأكد من اتخاذ القرار الأفضل.

الثقة وراحة البال

يمكن أن يساعدك الرأي الطبي الآخر على اختيار الخطة العلاجية الصحيحة، وإذا وافق الطبيبان على مسار العلاج، فسوف تشعر بثقة أكبر في خطتك العلاجية.

في حال قال لك طبيبك لا توجد خيارات آخرى

إذا قال أحد الأطباء أنه من المحتمل ألا تستجيب حالتك للعلاج، أو تكون اختياراتك محدودة للغاية، فقد يكون هناك طبيب آخر على دراية بخيارات إضافية غير معروفة لأول مرة ويستكشفها معك. ليس لديك ما تخسره وكل شيء تكسبه من خلال البحث عن رأي طبي آخر.

ابحث عن الطبيب الذي يناسبك

يفهم معظم الأطباء أن للمرضى الحق في الحصول على رأي طبي آخر وأحياناً يشجعونه. أنت لست ملزماً بالتعامل مع الطبيب الأول الذي تراه، إذا شعرت أن طبيبًا آخر يلبي احتياجاتك بشكل أفضل. عند مقابلة طبيب جديد، انتبه للممرضات وموظفي المكاتب والبيئة للتأكد من اختيار أفضل فريق لعلاجك.

اكتشاف خيارات العلاج البديلة

لا يمكن لجميع المستشفيات والأطباء الوصول إلى خيارات العلاج نفسها. يمكن أن يقودك الرأي الثاني إلى علاج أكثر تقدماً أو إلى علاج آخر يناسب احتياجاتك الفردية.

المخاوف من الرأي الطبي الآخر

قد يشعر بعض المرضى بالقلق من تعرض الطبيب الرئيسي للإهانة إذا قررت طلب رأي طبي آخر.

سيفهم الطبيب الجيد أنك تريد البحث عن رأي طبي آخر وسيشجعك على القيام بذلك حتى تشعر بالراحة والاطمئنان قبل بدء العلاج. ضع في اعتبارك أنه من المحتمل أن يفعلوا ذلك إذا كانوا في وضعك كمريض.

الصدق مهم في علاقة طبيبك / المريض، لذلك من الجيد إبقاء طبيبك على علم بخياراتك النهائية حول كيفية المضي قدمًا في الرعاية.

تذكر، إذا تعرض الطبيب للإهانة من اختيارك للحصول على رأي طبي آخر أو الضغط عليك بأي شكل من الأشكال، فقد لا يكون الخيار الأفضل للتعامل معه في المستقبل. ثبت أن الضغط النفسي الإضافي بين الأطباء والمرضى يمنع المرضى من الشفاء بأسرع ما يمكن.

كيف تستعد لموعدك مع الرأي الطبي الآخر

يوافق الأطباء الخبراء ومرضى السرطان على أن الحصول على رأي طبي آخر أمر بالغ الأهمية، حتى لو كنت سعيدًا للغاية بفريقك الطبي الأساسي. إنها صحتك وحياتك؛ اعتني بنفسك!

سيساعدك الرأي الطبي الآخر في معرفة المزيد عن المرض وخيارات العلاج. ما سوف تتعلمه أيضًا سيساعدك على التواصل بذكاء مع فريقك الطبي للحصول على أفضل رعاية شخصية.

ولأن هناك احتمال وجود أخبار سيئة وفزع من تلقي معلومات مربكة يصعب فهمها. إليك بعض النصائح لمساعدتك في تحقيق أقصى استفادة من موعدك في الرأي الطبي الآخر:

الاستعداد مقدما

خطط لأخذ صديق موثوق به أو أحد أفراد أسرتك معك

هذا أمر بالغ الأهمية. الاحتفاظ بالذاكرة هو 10٪ فقط وأقل عندما تتعرض للضغوط. لن تتذكر كل ما يقال خلال الموعد. يجب أن يكون معك شخص ما ليساعدك في الحفظ والتذكر والاستيعاب. بعد ذلك يمكنك مناقشة

النقاط الرئيسية مع هذا الشخص الآخر للتأكد من سماعك لك نفس المعلومات، وتصفح الخيارات، وإذا لزم الأمر، طلب مدخلاتهم وآرائهم.

سجل المحادثة

اسأل الطبيب إذا كان يمكنك تسجيل المحادثة. اسحب هاتفك الذكي وسجله! ثم يمكنك تشغيله في وقت فراغك ومناقشته مع عائلتك والشخص الذي رافقك إلى الموعد. يمكنك بعد ذلك معالجة القضايا الرئيسية، وإعادة تشغيل المناقشات الهامة وعدم تفويت أي شيء!

فكر في الأسئلة التي يجب طرحها وكتابتها مسبقًا

لا أحد يفكر ويتحدث في نفس الوقت ويفعل ذلك بفعالية. لذلك، خطط للمستقبل واكتب أسئلتك لإعداد نفسك لهذا الموعد. فمثلا:

- تأكيد التشخيص
- ما هي الخطوات التالية؟

- ما هي خيارات العلاج الخاصة بي وهل يتفق طبيب الرأي الآخر مع خيارات العلاج التي قدمها الطبيب الأساسي؟
- ما هي الآثار الجانبية لخيارات العلاج؟

خلاصة القول: أنت لست بحاجة إلى أن تصبح خبيرا طبيا في مرضك. باتباع الإرشادات المذكورة أعلاه، يمكنك أن تصبح أكثر دراية لاتخاذ قرارات مستنيرة بشأن طريقك إلى تحسين الصحة ونوعية الحياة.

ثانيا: تمكين المريض في أخذ مو افقته قبل العلاج (الإذن الطبي)

تعريف الإذن الطبي

موافقة المريض أو مَن يمثله أو وليّه للمنشأة الصحية والممارسين الصحيين على الإجراءات الطبية

طريقه التعبيرعن الإذن الطبي

1. الإذن باللفظ الصريح: (مثل أن يقول المريض أذنت بإجراء عملية جراحية أو فحص معين).
2. الإذن غير الصريح: (مثل أن يأذن المريض لإجراء فحص أو تدخل طبي معين، ثم يتبين أن سبب المرض غير ما أذن به؛ فيتم اتخاذ الإجراء الطبي المناسب بناء على الإذن غير الصريح)، مع تقييد ذلك بما يحافظ على تحقيق الغرض الصحي في سبيل شفاء المريض.
3. الإذن بالإشارة: (مثل أن يهز المريض رأسه؛ كعلامة على رضاه).
4. الإذن بالكتابة: (مثل أن يكتب المريض موافقته على الإجراء الطبي دون أن يتلفظ).

الإذن الطبي المكتوب يكون في الإجراءات التي فيها خطورة أو خشية حصول آثار جانبية على المريض **مثال** إجراءات الغسيل الكلوي.

* كل ما يدل على رضا المريض وموافقته فهو كافٍ في حصول الإذن على الإجراء الطبي. ويلزم توثيق ذلك في الملف الطبي للمريض

* لا يصح الاستناد إلى سكوت المريض باعتباره إذنًا في الإجراء الطبي.

المرضى الذين لا يُعتد بإذنهم:

1. القاصرون
2. فاقدو الوعي أو المغمى عليهم.
3. فاقدو الأهلية العقلية.

أ- المصابون بالأمراض العقلية ذهانيه كالفصام.

ب- المصابون بأمراض إعاقات ذهنية أو أمراض خرف تؤثر بشدة على مدى إدراكهم، ومنهم:

ت- المتخلِّفُون عقليًّا. (بدرجات متوسطة إلى شديدة)

ث- المصابون بالخَرَف.

تفويض الإذن الطبي وتوكيله للغير:

يصح تفويض المريض وتوكيله غيره في الإذن الطبي، لكن يشترط أن يكون الموكل والوكيل أو المفوض أو المفوض إليه جائزي التصرف، ولهما أهلية مباشرة الإذن الطبي، وأن يكون الإجراء الطبي مأذونًا فيه شرعًا.

الحالات الخاصة للإذن الطبي:

1. **حالات إنقاذ الحياة والحالات الحرجة:**

عند وجود مرض أو إصابة تهدِّد حياة المريض، أو قد تؤدي لفقدان عضو من جسده أو فقدان منفعته، فيجوز للطبيب تجاوز أخذ الإذن الطبي وعلاج المريض بدون أخذ موافقته، ويلزم توثيق ذلك في الملف الطبي للمريض وإخباره بكافة الإجراءات المتخذة بعد علاجه أو شرحها لمن يمثله من ذويه عند حضورهم

2. **الإذن الطبي للمرأة الحامل:**

يؤخذ الإذن الطبي لعلاج المريضة الحامل منها إذا توفرت لديها الأهلية الكاملة لذلك، ولا يجوز تجاوُزها، ولها أن تختار مَن يمثلها في إعطاء الإذن الطبي؛ كالأب أو الأخ أو الزوج أو غيرهم من الأقارب ذكورًا أو إناثًا، أو غيرهم؛ إذا ثبت توكيلها لهم.

3. **الإذن الطبي للمريض النفسي:**

يعامل المريض الذي لديه اضطرابات نفسية معاملة بقية المرضى ويجب طلب الإذن الطبي من المريض النفسي لكافة التدخلات العلاجية إما مشافهة أو كتابة لكن بتوفر **شروط معينة** كالقدرة على الفهم الكامل للمعلومات المقدمة له عن المرض والخيارات العلاجية.

4. **الإذن الطبي للمرضى الصم والبكم، ومن يصعب التواصل معهم:**

يتوجب على الفريق الصحي بذل أقصى الجهود للتواصل مع المرضى الصم أو البكم؛ من خلال المختصين في لغة الإشارة أو من خلال وسائل التواصل المتاحة، وفي حال تعذر ذلك يتم أخذ الإذن الطبي من ولي أمر المريض أو مَن يمثل المريض.

حقوق المريض في الإذن الطبي

- المريض له الحق في اختيار الطبيب المعالج بحسب إمكانيات المنشأة الصحية المتاحة وسياسة العمل المتبعة في توزيع الحالات على الاطباء.
- يحق للمريض العلاج اللازم لحالته، واحترام حقه في الرفض والتدخل في حالته في حالة الدواعي لإنقاذ الحياة والتدخل الاسعافي او العلاج الالزامي. عدم إهماله إذا رفض أيًّا من الإجراءات الطبية.
- معرفة البدائل العلاجية الأخرى المتاحة في نفس المنشأة، أو في غيرها بحسب المعلومات المتوفرة للفريق المعالج
- يحق للمريض أخذ رأي طبي من طبيب آخر بحسب إمكانيات وتوفر الخدمات الصحية المناسبة.
- يشرح للمريض جميع المضاعفات المتوقعة مع نسبة حدوثها،

- إعطاؤه مهلة زمنية مناسبة للتفكير قبل اتخاذ قرار بالإذن الطبي وبما يتناسب مع حالته.
- إلغاء الإذن بالإجراء الطبي بعد توقيعه.

واجباته في الإذن الطبي:

- وجوب التوقيع على نموذج الإذن الطبي سواء كان بالقبول أو بالرفض.
- ضرورة القراءة المتأنية للإقرار، وفهم الإجراءات الطبية، والاستفسار عنها قبل التوقيع.
- ضرورة إفصاح المريض أو من يمثله أو وليه عن المشكلات الصحية والتاريخ المرضي الذي يؤثر على الإجراء الطبي.
- الالتزام بالتعليمات الطبية المتعلقة واللازمة للإجراء الطبي.

ثالثا: كيف تكون مريض متمكن (فعال)

ماذا يعني أن تكون مريض متمكّن؟

غالبا ما يتم استخدام مصطلح "تمكين المريض" للتأكيد على أهمية جعل المريض متحكم بشكل أكبر فيما يخص صحته. تُعرِّف منظمة الصحة العالمية تمكين المريض بأنه "عملية يكتسب الناس من خلالها سيطرة أكبر على القرارات والإجراءات التي تؤثر على صحتهم". يعود هذا التحول في جزء كبير منه إلى استخدام التكنولوجيا التي تسهل زيادة وصول المرضى إلى المعلومات عبر الإنترنت، ومشاركتها مع الجميع، وتطبيقات الأجهزة المحمولة.

<u>المكونات الأساسية السبعة لتمكين المرضى</u>

1. **المعلومات**

المعلومات أساسية لعملية تمكين المريض. يتخذ المرضى أفضل القرارات عند التزود بالمعلومات الصحيحة. لاتخاذ قرارات سليمة حول العلاج، يجب أن نتمكن من الوصول إلى المعلومات اللازمة ذات الصلة لاتخاذ تلك القرارات. تظهر الأبحاث أن الوصول إلى المعلومات الصحيحة، في الوقت المناسب، والتي يتم تقديمها بالطريقة الصحيحة، يؤدي إلى زيادة رغبة المريض وقدرته على القيام بدور أكثر فعاليّة في صنع القرار. يعد الاتصال المفتوح والشفاف والوصول إلى السجلات الطبية الخاصة بالمريض محركًا رئيسيًا لتمكين المريض.

2. **التثقيف الصحي**

في حين أن الوصول إلى المعلومات هو المحرك الرئيسي لمعلومات المريض، يتم تعريف التثقيف الصحي على أنه "قدرة الفرد على الحصول على المعلومات والخدمات الصحية الأساسية اللازمة والتعامل معها وفهمها لاتخاذ القرارات الصحية المناسبة."

3. **الثقافة الرقمية**

تعرف الثقافة الرقمية بأنها "القدرة على العثور على المحتوى واستخدامه ومشاركته وإنشائه باستخدام تكنولوجيا المعلومات والإنترنت".

4. **الكفاءة الذاتية**

الكفاءة الذاتية، وعلاقتها بالرعاية الصحية، هي الإيمان بقدرتك على إحداث تغيير في النتائج حتى تتمكن من تحقيق أهدافك الصحية الشخصية.

إن تطوير مفهوم التحكم بصحتك هو في حد ذاته تمكين. المريض المتمكّن واثق من قدرته على إدارة حالته الصحية. عندما تكون غير متأكد من أين تذهب أو ماذا تفعل بعد ذلك، سوف تشعر بأهمية طرح أسئلة لمقدم الرعاية الصحية.

5. **الاحترام المتبادل**

يعد مقدم الرعاية الصحية هو نقطة الاتصال الأكثر أهمية بالنسبة للمريض والنظام. وتمكين المريض غالبًا ما يتأثر بالعلاقة بين المريض ومقدم الرعاية الصحية. في صميم نهج التمكين، من المهم أن تكون العلاقة بين المريض ومقدم الرعاية الصحية كالشراكة.

هذا هو مفهوم الشراكة التي تسعى إلى تحقيق التوازن بين خبرة الطبيب مع ما يفضلّه المريض. على الرغم من أن مقدمي الرعاية الصحية هم الخبراء في معرفتهم بالمرض، إلا أن المرضى هم الخبراء بالتجربة. تدور عملية التمكين حول تبادل المعرفة والخبرة على حد سواء لوضع أهداف جديدة والتعلم من بعضهم.

6. **صنع القرار المشترك**

مفهوم الشراكة بين مقدم الرعاية الصحية والمريض يسمح لاتخاذ القرارات المشتركة للمحادثة التي تحدث بين المريض والطبيب للوصول إلى خيار الرعاية الصحية معًا. وتشمل الأمثلة القرارات المتعلقة بالجراحة والأدوية والإدارة الذاتية والفحوصات والاختبارات التشخيصية. تكون النتائج الصحية أفضل في المرضى الذين يشاركون بشكل أكبر في اتخاذ القرارات بشأن علاجهم.

في نموذج اتخاذ القرارات الصحية المشتركة، يقدم الطبيب معلومات حالية قائمة على الأدلة حول خيارات العلاج، ووصف المخاطر والفوائد، ويعبر المريض عن تفضيلاته وقيمه.

7. **بيئة تسهيل**

تُعرِّف ليندا فيرنون مشاركة المريض على أنها "تنشيط الأصول الداخلية للشخص ودعمها للاستفادة منها على أفضل وجه." إن الحصول على الدعم يعد مكونًا رئيسيًا في تمكين المريض. يود العديد من المرضى تحمل المزيد من المسؤولية عن صحتهم ورعايتهم، مع إعطاء الفرص والدعم للقيام بذلك. التمكين لا يحدث في فراغ: إنه عملية ثنائية الاتجاه. يحتاج المريض إلى نظيره في أخصائي الصحة الذي يرحب بمشاركة المريض ويعرف كيفية إنشاء بيئة رعاية صحية مواتية.