

Педагогика для нефрологов: аудиотерапия в помощь пациенту и врачу

Елизавета Александровна Вацкель
Первый Санкт-Петербургский Государственный Медицинский
Университет им. акад. И.П. Павлова
Кафедра педагогики и психологии ФПО



Факторы, обуславливающие необходимость психолого-педагогического взаимодействия с пациентами с ХНИЗ

- Рост числа хронических неинфекционных заболеваний
- Биопсихосоциальная парадигма понимания здоровья
- Необходимость повышения качества жизни пациентов

Психолого-педагогическое взаимодействие с пациентами с ХНИЗ

- при работе с пациентами, которые должны изменить стиль жизни в связи с хроническим заболеванием
- в условиях, когда от активности в соблюдении предписаний врача, осознании собственной роли в сохранении здоровья зависит состояние здоровья пациента
- в условиях, когда нарушение комплаенса несет угрозу здоровью и жизни больного

Особенности жизни пациентов с ХБП V стадии, получающих лечение гемодиализом

- Витальная угроза в случае нарушения режима лечения
- Изменение стиля жизни
- Значительные временные затраты, связанные с лечением
- Определенные ограничения свободы передвижения
- Возможное изменение семейного, профессионального, финансового статуса
- Зависимость от процедуры, медицинского персонала, родственников
- Необходимость соблюдать диету, водно-питьевой режим
- Зависимость от врачей и медицинского персонала
- (Н.П. Ванчакова 2004; И.А. Васильева 2010; К.В. Рыбакова 2004; Meijer S.A. 2002 и др.)

Значимость психолого-педагогического взаимодействия с больными, получающими ГД обусловлена :

- Необходимостью обучения новому стилю жизни
- Последствиями нарушения комплаенса (такими, как ухудшение соматического состояния, повышение риска смерти)
- Психосоциальными последствиями заболевания
- Особенности процедуры лечения и режима лечения



Нарушение комплаенса у пациентов, получающих лечение гемодиализом может выражаться в:

- недисциплинированности больных
- нарушении водно-питьевого режима
- нарушении диеты
- пропусках сеанса гемодиализа, сокращениях сеанса гемодиализа
- полном отказе от лечения
- курении, употреблении алкоголя
- (И.А. Васильева, Ю.С. Михеева 2003; В.Ю. Шило с соавт. 2004)

Основные критерии нарушения комплаенса у пациентов на ГД

- большие междиализные прибавки в весе, (вследствие несоблюдения водно-питьевого режима)
- пропуски сеансов ГД более одного раза в месяц или сокращение диализного времени на 10 минут и более
- гиперфосфатемия (повышение уровня фосфора в крови вследствие несоблюдения диеты и пропуска приемов фосфоросвязывающих препаратов)

(Васильева И.А., Михеева Ю.С., 2003)

Последствия нарушения комплаенса у ГД пациентов

- корреляция между недисциплинированностью пациентов и отдаленным риском смерти (Kimmel P.L., Peterson R.A., Wheis K.L. et al. 1998)
- Повышение риска смерти на 25% у пациентов, пропускавших один и более сеансов ГД в месяц (Leggat J.E., Orzil S.M., 1998)
- Повышение риска смерти на 20% у пациентов, сокращавших сеанс ГД более 10 минут более 3 раз в месяц (Leggat J.E., Orzil S.M., 1998)

Психосоциальные последствия ХБП V стадии и лечения гемодиализом

- Тревога и депрессия (Kohli S. et al. 2011)
- Расстройства настроения (McDade-Montez E.A. et al. 2006)
- Синдромы хронической боли и хронического зуда (Рыбакова К.В. 2004)
- Психосоматические и невротические конфликты (Ванчакова Н.П. 2004)

В ряде исследований выявлена корреляция между наличием умеренной и сильной боли, депрессией, расстройствами настроения и отказом от лечения гемодиализом (Davison S., Jhangri G, 2005; Bargiel-Matusiewicz K. 2006; McDade-Montez E.A. et. al. 2006)

Во время сеанса гемодиализа пациент может испытывать:

- страх
- тревогу
- неприятные физиологические ощущения (зуд, боль, понижение или повышение давления, судороги)
- скуку



Психолого-педагогическое взаимодействие с пациентами, получающими гемодиализ

- Различные направления школы пациента (очные, дистанционные, очно-дистанционные программы обучения больных)
- Неформализованное психолого-педагогическое взаимодействие, реализуемое врачом в ходе лечебной деятельности



Психолого-педагогическое взаимодействие с пациентами, получающими ГД

- Направления психолого-педагогической деятельности включают:
 - **обучение пациентов**
 - **воспитательную деятельность**
 - **коррекцию психологического состояния пациентов.**
- Формы и методы психолого-педагогического взаимодействия зависят от целей работы с определенными группами больных , и специфики заболевания
- Особое место в системе психолого-педагогического взаимодействия занимает терапия с помощью искусства и творчества (направленная на гармонизацию больничной атмосферы, способствующая адаптации больных, коррекции психологического состояния больных)

Направления психолого-педагогического взаимодействия с пациентами, получающими ГД

- Обучение пациентов (относительно режима лечения, диеты, приема лекарств, гигиены)
- Воспитательная деятельность (формирование комплаентности, формирование ценности сохранения собственного здоровья и жизни)
- Коррекция психологического состояния (релаксация, снятие напряжения, страха, саморегуляция во время сеанса гемодиализа)

Задачи аудиотерапии

- Повышение переносимости лечения гемодиализом
- Формирование позитивного отношения к сеансам гемодиализа
- Коррекция психологического состояния больных во время процедуры гемодиализа
- Релаксация
- Эстетизация больничной атмосферы



Метод аудиотерапии

Метод психолого-педагогического взаимодействия с больными, основывающийся на прослушивании сочетания музыкальных произведений и звуков природы

Может включать :

- *музыкальные произведения*
- *библиотерапию*
- *звуки природы*

Разработка плейлистов аудиотерапии:

- осуществляется психологами, педагогами, психотерапевтами, музыковедами
- осуществляется с ориентацией на терапевтические мишени, выявленные в ходе исследования психолого-педагогического состояния больных
- происходит с опорой на музыковедческие характеристики произведений и вызываемый ими эффект (изменение эмоционального состояния и настроения)

Метод аудиотерапии

- Эффективность аудиотерапии обусловлена эффективностью ее компонентов: рецептивной музыкальной терапии и прослушивания звуков природы
- Важный этап в проектировании методики аудиотерапии для больных с определенным заболеванием - исследование психолого-педагогических особенностей и потребностей пациентов.

Музыкальная терапия

- психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве лечебного средства (Б.Д. Карвасарский, 2000)
- клиническое воздействие с помощью музыки для достижения индивидуальных целей в рамках терапии, осуществляемое сертифицированным специалистом (Американская ассоциация музыкальной терапии)

Музыкальная терапия в условиях клиники

- **Активные методы музыкальной терапии** (терапевтически ориентированные активные формы занятий музыкой: игра на музыкальных инструментах, пение с терапевтической целью)
- **Рецептивные методы музыкальной терапии** (прослушивание музыки с терапевтической целью)

(С.В. Шушарджан, 2013)

Выбор формы обусловлен терапевтической целью, состоянием и возможностями пациента, возможностями клиники

Опыт использования музыкальной терапии у пациентов на хроническом гемодиализе

- **Снижение тревоги и депрессии** (Kim KB et. al 2004; Chung, Yeo-Sook 2004; Isin Cantekin 2012; Yasuhiro Itoh et. al. 2003)
- **Изменение субъективного восприятия длительности сеанса гемодиализа, уменьшение чувства беспокойства и скуки** (Chung, Yeo-Sook 2004; Isin Cantekin 2012; Yasuhiro Itoh et. al. 2003)

Опыт использования прослушивания звуков природы у пациентов различных нозологических групп

- **Психофизиологические реакции, способствующие релаксации** (снижение артериального давления, сердечного ритма, скорости дыхания, и повышение уровня насыщения крови кислородом) (Bauer B.A., Cutshall S.A. et. al. 2011; Ribeiro A.S., Ramos A. et. al. 2014)
- **Снижение тревоги** (Brauchli P. Z 1993)

Методика психолого-педагогического взаимодействия с помощью аудиотерапии

1. **Диагностика.** Исследование пациентов с помощью методов психологического и педагогического исследования, выявление специфических потребностей пациентов.
2. **Проектирование индивидуально маршрута** для пациента на основании полученных на предыдущем этапе данных (выявленных особенностях психологического, соматического состояния пациента, его поведения во время сеанса гемодиализа, выявленных потребностях)
3. **Реализация психолого-педагогического взаимодействия** с пациентами посредством регулярного взаимодействия с больным в ходе лечения
4. **Оценка эффективности** с помощью повторной психолого-педагогической диагностики, коррекция индивидуального маршрута в случае необходимости.

Опыт применения аудиотерапии в комплексном психолого-педагогическом сопровождении пациентов на гемодиализе

- Внедрение музыкальной терапии на базе отделения гемодиализа ПСПбГМУ им. акад. И.П. Павлова
- В исследовании принял участие 61 пациент с ХБП V стадии, получающий лечение ГД
- Пациенты разделены на контрольную (n=30) и экспериментальную (n=31) группы



Методы исследования

- шкала депрессии Бека
- опросник уровня личностной и ситуативной тревожности Спилбергера
- Методика УСК (уровень субъективного контроля)
- копинг-теста Лазаруса
- визуально-аналоговая шкала (ВАШ) для оценки пациентами своего состояния
- метод интервьюирования

Результаты первого этапа исследования

- Умеренные показатели тревоги (СТ $40,56 \pm 7,89$, ЛТ $42,89 \pm 7,49$)
 - Умеренные показатели депрессии ($11,66 \pm 6,83$)
 - Адаптивные копинг-стратегии
 - Показатели локуса контроля, приближенные к норме
-
- средний уровень расстройств настроения (64% пациентов)
 - показатели, приближенные к норме (36% пациентов)

Анализ результатов первого этапа исследования

По итогам психодиагностики пациенты были разделены на подгруппы внутри экспериментальной и контрольной групп

- **1 подгруппа:** пациенты с отсутствием депрессивных симптомов, умеренной или низкой тревогой, преобладанием конструктивных копинг-стратегий, приближенным к норме локусом контроля
- **2 подгруппа:** пациенты сочетанием легкой, умеренной, выраженной или тяжелой депрессии, умеренной или высокой ситуативной или личностной тревогой, преимущественно экстернальным локусом контроля

Проектирование методики аудиотерапии на отделении гемодиализа

- Осуществлялось на основании исследования психолого-педагогических особенностей и потребностей пациентов
- При создании плейлистов для аудиотерапии принималось во внимание состояние пациента, свойства самого музыкального произведения, а также предпочтения и культурный уровень самого пациента.
- Перед курсом аудиотерапии была проведена предварительная педагогическая работа, направленная информирование пациентов, а также на мотивирование слушателей участвовать в программе аудиотерапии

Апробация методики аудиотерапии

- Во время сеансов гемодиализа пациенты прослушивали плейлисты аудиотерапии, включающие музыкальные произведения и звуки природы
- Прослушивание осуществлялось непосредственно во время сеансов гемодиализа с помощью индивидуальных плееров и наушников
- Прослушивание длилось от 25 минут и более по желанию и состоянию пациента



Результаты второго этапа исследования

Показатели тревоги у контрольной группы (СТ $42,59 \pm 7,6$; ЛТ $45,63 \pm 66,4$)

Показатели депрессии у контрольной группы ($15,84 \pm 7,96$)

Показатели тревоги у экспериментальной группы (СТ $36,77 \pm 5,67$; ЛТ $38,9 \pm 8,34$)

Показатели депрессии у экспериментальной группы ($7,6 \pm 5,1$)

Анализ полученных результатов показал, что основные изменения во второй подгруппе экспериментальной группы

- Часть пациентов (6 человек) из второй подгруппы экспериментальной группы, по итогам курса аудиотерапии могла быть переведена в первую подгруппу
- Часть больных обладает высоким адаптационным потенциалом, который может быть активизирован, в том числе, с помощью аудиотерапии

Результаты интервьюирования пациентов

- у 53,3% пациентов возникали различные образы (активизировалось воображение)
- у 33,3% пациентов возникали воспоминания
- 96,7% пациентов испытывали чувство спокойствия и умиротворения
- 80% пациентов ощущали релаксацию
- 50% пациентов отметили субъективное улучшение соматического состояния (в том числе снижение интенсивности болевых ощущений и полное избавление от боли во время прослушивания)
- 93,3% пациентов отметили, что сеанс аудиотерапии изменил субъективное восприятие длительности сеанса гемодиализа и помог избавиться от скуки

Психолого-педагогическое взаимодействие с помощью аудиотерапии с пациентами, получающими ГД

- Психолого-педагогическое взаимодействие с помощью аудиотерапии с пациентами, получающими ГД способствует:
- повышению толерантности к лечению
- повышению переносимости сеансов гемодиализа
- формированию положительного отношения к лечению
- коррекции психологического состояния пациентов
- Эстетизации больничной среды



Спасибо за внимание!