

Opieka nad pacjentem z chorobami sercowo-naczyniowymi i współistniejącymi zaburzeniami psychicznymi



CHECKLISTA



Podczas każdej wizyty

- Zapytaj o samopoczucie psychiczne (nastrój, poziom stresu, lęk, utratę zainteresowań lub przyjemności z aktywności, które wcześniej sprawiały radość).
- Oceń jakość snu (czas trwania, trudności z zasypianiem, wybudzenia nocne, senność dzienna).



Komunikacja terapeutyczna

- Zastosuj aktywne słuchanie (kontakt wzrokowy, parafraza, pytania otwarte).
- Zapewnij pacjenta o zrozumieniu jego trudności i potrzeb.



Edukacja pacjenta

- Wyjaśnij związek między lękiem, depresją i funkcjonowaniem układu sercowo-naczyniowego.
- Podkreśl rolę zdrowia psychicznego jako elementu terapii choroby somatycznej.



Styl życia jako element leczenia

- Zarekomenduj regularną aktywność fizyczną dostosowaną do możliwości pacjenta.
- Omów wpływ ruchu na nastrój i kontrolę objawów sercowo-naczyniowych.



Interwencje antynikotynowe

- Zapytaj o palenie tytoniu przy każdej wizycie.
- Zaproponuj wsparcie farmakologiczne i behawioralne w zaprzestaniu palenia.



„Recepta społeczna”

- Rozpoznań stopień izolacji społecznej pacjenta.
- Zaproponuj udział w lokalnych grupach wsparcia, zajęciach ruchowych lub warsztatach.
- Skieruj pacjenta do zasobów niemedycznych dostępnych w jego środowisku lokalnym.

