

Lea Takács, Daniela Sobotková, Lenka Šulová a kolektiv

Psychologie v perinatální péči

Praktické otázky a náročné situace



Lea Takács, Daniela Sobotková, Lenka Šulová a kolektiv

Psychologie v perinatální péči

Praktické otázky a náročné situace

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována ani šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.

**Mgr. Lea Takács, PhDr. Daniela Sobotková, CSc.,
prof. PhDr. Lenka Šulová, CSc. – editorky**

Psychologie v perinatální péči Praktické otázky a náročné situace

Autorský kolektiv:

Mgr. Klára Borůvková, PhDr. Jaroslava Dittrichová, CSc., MUDr. Petra Hanulíková, doc. PhDr. Zuzana Havrdová, CSc., PhDr. Simona Hoskovcová, Ph.D., PhDr. Markéta Hrdličková, Ph.D., Mgr. Zuzana Hrušková, PhDr. Alena Javůrková, Ph.D., JUDr. Helena Krejčíková, Ph.D., doc. MUDr. Pavel Mohr, Ph.D., PhDr. Marie Pečená, MUDr. Eva Procházková, PhDr. Jaroslava Raudenská, Ph.D., prof. MUDr. Aleš Roztočil, CSc., PhDr. Daniela Sobotková, CSc., PhDr. Iva Štětovská, Ph.D., Mgr. Lea Takács, MUDr. Blanka Vavřínková, CSc.

Recenze:

MUDr. PhDr. Pavel Čepický, CSc.
MUDr. Radovan Hrubý, Ph.D.
Mgr. Zuzana Masopustová, Ph.D.
doc. MUDr. Martin Procházka, Ph.D.

Vydání odborné knihy schválila Vědecká redakce nakladatelství Grada Publishing, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2015
Cover Photo © allphoto, 2015

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, Praha 7
jako svou 5837. publikaci
Obrázek 2.2 nakreslila dle podkladů autorů Jana Nejtková
Sazba a zlom Antonín Plicka
Počet stran 208
Vydání první, Praha 2015

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

Dílo bylo vytvořeno v rámci grantového projektu č. 316111 s názvem „Psychosociální klima porodnice očima rodičky – teorie a diagnostika“ řešeného na Univerzitě Karlově v Praze, Filozofické fakultě, s finanční podporou Grantové agentury Univerzity Karlovy.

Tato kniha vznikla v rámci Programu rozvoje vědních oblastí na Univerzitě Karlově č. P07 Psychosociální aspekty kvality života, podprogram Psychologické a sociální aspekty utváření životních drah, životních stylů a kvality života – determinanty a perspektivy.

© Univerzita Karlova v Praze, Filozofická fakulta, 2015

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků, což není zvláštním způsobem vyznačeno.

Postupy a příklady v této knize, rovněž tak informace o lécích, jejich formách, dávkování a aplikaci jsou sestaveny s nejlepším vědomím autorů. Z jejich praktického uplatnění ale nevyplývají pro autory ani pro nakladatelství žádné právní důsledky.

ISBN 978-80-247-9716-8 (ePub)
ISBN 978-80-247-9715-1 (pdf)
ISBN 978-80-247-5127-6 (print)

Obsah

Seznam autorů	9
Seznam zkratk	11
Předmluva	13
Úvod	15
1 Komunikace v perinatální péči (Lea Takács, Marie Pečená)	17
1.1 Rodička a zdravotník – dvě odlišné perspektivy a východiska	17
1.2 Budování důvěry: respekt, zájem, empatie a vyjádřené porozumění	18
1.3 Model komunikace: symetrie a emoční podpora	19
1.3.1 Symetrická a asymetrická komunikace	19
1.3.2 Direktivní a nedirektivní komunikace	23
1.3.3 Styly komunikace	23
1.4 Neverbální a paraverbální komunikace	25
1.4.1 Oční kontakt a mimika	25
1.4.2 Gestika	26
1.4.3 Haptika	26
1.4.4 Posturika	26
1.4.5 Proxemika	26
1.4.6 Uspořádání prostoru	27
1.4.7 Nahota pacienta	27
1.4.8 Paraverbální projevy	27
1.5 Co komunikaci narušuje?	27
1.6 Komunikace v náročných situacích	28
1.6.1 Jak rozptýlit hněv	28
1.6.2 Jak rozptýlit stres	29
1.6.3 Jak sdělovat špatné zprávy	30
1.6.4 Co říci, když udělám chybu	31
1.6.5 Co říci, když nastane vážná komplikace v důsledku volby rodičky	32
Doporučení pro praxi – komunikace a informace v konkrétních situacích	32
Přijetí do porodnice	32
Průběh porodu	33
Poporodní období	33
Obecná doporučení pro komunikaci v perinatální péči	34
Literatura	35
2 Porodní bolest a její psychologické souvislosti (Jaroslava Raudenská, Petra Hanulíková, Alena Javůrková)	37
2.1 Mechanismus bolesti při porodu	37
2.1.1 První doba porodní	37
2.1.2 Druhá doba porodní	38
2.1.3 Třetí doba porodní	38
2.1.4 Doba poporodní	39
2.2 Diagnostika porodní bolesti	39
2.2.1 Senzorická složka bolesti	39
2.2.2 Emoční složka bolesti	41
2.2.3 Behaviorální složka bolesti	42
2.2.4 Kognitivní složka bolesti	42
2.3 Psychosociální vlivy	42

2.3.1	Prostředí a kultura	43
2.3.2	Psychologické souvislosti	43
2.4	Metody úlevy od porodní bolesti	46
2.4.1	Farmakologické přístupy	46
2.4.2	Nefarmakologické a psychologické metody	47
	Doporučení pro praxi	50
	Literatura	51
3	Porodnické operace a jejich psychologické souvislosti (<i>Lea Takács, Aleš Roztočil</i>)	57
3.1	Operace v těhotenství	57
3.1.1	Operace v prvním trimestru těhotenství	57
3.1.2	Operace ve druhém trimestru těhotenství	58
3.1.3	Operace ve třetím trimestru těhotenství	59
3.2	Operace v průběhu porodu	59
3.2.1	Vaginální operační porod	59
3.2.2	Císařský řez	61
	Doporučení pro praxi	67
	Vaginální extrakční operace	67
	Císařský řez na přání	68
	Akutní císařský řez	69
	Literatura	70
4	Poporodní psychické poruchy (<i>Pavel Mohr</i>)	75
4.1	Poporodní deprese	75
4.1.1	Prevalence, rizikové faktory, etiologie	75
4.1.2	Diagnostika	77
4.1.3	Diferenciální diagnostika	78
4.1.4	Terapie	79
4.2	Úzkostné poruchy	81
4.2.1	Úzkost v puerperiu, prevalence, rizikové faktory	81
4.2.2	Panická porucha	85
4.2.3	Obsedantně-kompulzivní porucha	86
4.2.4	Posttraumatická stresová porucha	87
4.2.5	Generalizovaná úzkostná porucha	87
4.2.6	Sociální fobie	88
4.2.7	Terapie	88
4.3	Bipolární afektivní porucha	89
4.3.1	Prevalence, rizikové faktory	89
4.3.2	Terapie	90
4.4	Schizofrenie	91
4.4.1	Prevalence, rizikové faktory	91
4.4.2	Terapie	92
4.5	Poporodní psychóza	96
4.5.1	Prevalence, etiologie, klinický obraz	96
4.5.2	Terapie	97
	Doporučení pro diagnostiku a terapii poporodních psychických poruch	99
	Diagnostika	99
	Terapie	99
	Specializovaná psychiatrická péče	101
	Literatura	101
5	Drogově závislé matky a jejich děti (<i>Blanka Vavřínková, Markéta Hrdličková</i>)	105
5.1	Vývojové aspekty vzniku a rozvoje závislostí	105
5.2	Rodinné faktory vzniku a rozvoje závislostí	106

5.3	Péče o ženu v průběhu těhotenství	106
5.3.1	Ultrazvukové vyšetření	107
5.3.2	Laboratorní vyšetření	108
5.3.3	HIV pozitivní pacientka	108
5.3.4	Hepatitida C	108
5.4	Péče o ženu v průběhu porodu	108
5.4.1	Porodnická analgezie a anestezie	109
5.5	Abstinenční syndrom novorozence	109
5.5.1	Diagnostika novorozeneckého abstinčního syndromu	110
5.5.2	Terapie u novorozence s novorozeneckým abstinčním syndromem	111
5.6	Možnosti poporodní péče	112
	Doporučení pro praxi	115
	Literatura	115
6	Rizikový novorozenec a jeho rodiče (<i>Daniela Sobotková, Jaroslava Dittrichová, Eva Procházková</i>)	117
6.1	Přesun zájmu od snížení perinatální mortality ke snížení perinatální morbidity	117
6.2	Péče zaměřená na vývoj („developmental care“)	117
6.2.1	Pět důležitých kategorií péče zaměřené na vývoj (VP)	118
6.2.2	Možné důsledky nedostatečné péče zaměřené na vývoj (VP)	128
6.3	Specifika zátěže u rodičů rizikových novorozenců	130
	Doporučení ohledně kontaktu s rodiči v průběhu hospitalizace dítěte	131
	Literatura	133
7	Psychosociální intervence v případě úmrtí dítěte (perinatální ztráta, potrat) (<i>Klára Borůvková, Simona Hoskocová, Zuzana Hrušková</i>)	141
7.1	Průběh krize	141
7.1.1	Truchlení	142
7.2	Ochranné faktory	145
7.2.1	Sociální opora ze strany nejbližších	146
7.2.2	Přístup zdravotníků	146
	Konkrétní praktické postupy v případě perinatální ztráty – doporučení pro zdravotníky	147
	Literatura	150
	Informační leták pro rodiče	151
8	Syndrom vyhoření v práci zdravotníka (<i>Iva Štětovská</i>)	153
8.1	Vymezení pojmu vyhoření a stres (zátěž)	153
8.2	Koncept syndromu vyhoření	154
8.3	Jak vzniká vyhoření	155
8.3.1	Faktory podílející se na vzniku syndromu vyhoření	155
8.4	Dopady pracovního stresu	157
8.5	Syndrom vyhoření a specifické profese	158
8.6	Specifické zátěžové momenty v perinatální péči	159
	Doporučení pro praxi – identifikace a preventivní opatření	161
	Literatura	162
9	Supervize v perinatální péči (<i>Zuzana Havrdová</i>)	163
9.1	Vývoj supervize	163
9.2	Překážky zavedení supervize do klinické praxe	164
9.3	Zásady supervizní práce	165
9.3.1	Příprava na supervizi	166
9.3.2	Užitečnost supervize	166
9.3.3	Supervize a organizační kultura	167
9.4	Příklady užití supervize v jejích různých formách	167

9.4.1	Individuální supervize	168
9.4.2	Případová supervize	168
9.4.3	Týmová supervize	169
9.5	Dokumenty a výzkumy supervize v zahraničí	169
9.5.1	Statutární pozice supervize v porodní asistenci	169
9.5.2	Poznátky z publikovaných supervizních kazuistik porodních asistentek	171
9.5.3	Výzkumy dopadů supervize	171
	Literatura	173
10	Duševní hygiena – praktické postupy (Iva Štětovská)	175
10.1	Vymezení pojmu duševní hygiena a jeho vztah ke zdraví	175
10.2	Stres a zátěž	176
10.3	Individuální odlišnosti ve zvládnání zátěže a pomáhající profese	178
10.4	Specifika práce zdravotníků	179
10.5	Rezervy v každodenním životě (přechodové rituály, sdílení společenství, individuální intuitivní postupy)	180
10.6	Strukturované postupy duševní hygieny	182
10.7	Sociální opora	185
	Literatura	186
11	Právní aspekty perinatální péče (Helena Krejčíková)	187
11.1	Základní principy právní odpovědnosti ve zdravotnictví	188
11.1.1	Občanskoprávní odpovědnost	188
11.1.2	Správněprávní odpovědnost	189
11.1.3	Trestněprávní odpovědnost	190
11.2	Práva rodičky	190
11.2.1	Právo na informace o zdravotním stavu	192
11.2.2	Informovaný souhlas	193
11.2.3	Právo na péči poskytovanou na náležité odborné úrovni. Postup <i>lege artis</i>	196
11.3	Praktické problémy v perinatologii	198
11.3.1	Porodní plán	198
11.3.2	Otec u porodu	200
11.3.3	Péče po narození dítěte	200
	Literatura	203
	Rejstřík	204
	Souhrn	207
	Summary	208

Seznam autorů

Editoři:

Mgr. Lea Takács

Katedra psychologie, Filozofická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

PhDr. Daniela Sobotková, CSc.

Pracovní skupina pro raný vývoj dětí při Českomoravské psychologické společnosti, Praha

prof. PhDr. Lenka Šulová, CSc.

Katedra psychologie, Filozofická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Autorský kolektiv:

Mgr. Klára Borůvková

Ambulance klinické psychologie pro děti a dospělé, Trutnov

PhDr. Jaroslava Dittrichová, CSc.

Pracovní skupina pro raný vývoj dětí při Českomoravské psychologické společnosti, Praha

MUDr. Petra Hanulíková

2. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Fakultní nemocnice v Motole, Gynekologicko-porodnická klinika

doc. PhDr. Zuzana Havrdová, CSc.

Katedra řízení a supervize v sociálních a zdravotnických organizacích,

Fakulta humanitních studií Univerzity Karlovy v Praze

PhDr. Simona Hoskocová, Ph.D.

Katedra psychologie, Filozofická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

PhDr. Markéta Hrdličková, Ph.D.

Dětské centrum při Thomayerově nemocnici, Praha

Mgr. Zuzana Hrušková

Psychosomatická klinika, Praha

Dlouhá cesta, z.s., Praha

PhDr. Alena Javůrková, Ph.D.

2. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Fakultní nemocnice v Motole, Oddělení klinické psychologie

JUDr. Helena Krejčíková, Ph.D.
Centrum zdravotnického práva, Právnická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

doc. MUDr. Pavel Mohr, Ph.D.
Národní ústav duševního zdraví, Klecany
3. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze

PhDr. Marie Pečená
Ambulance klinické psychologie, Praha

MUDr. Eva Procházková
1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze
Všeobecná fakultní nemocnice, Gynekologicko-porodnická klinika

PhDr. Jaroslava Raudenská, Ph.D.
2. lékařská fakulta Univerzity Karlovy v Praze
Fakultní nemocnice v Motole, Oddělení klinické psychologie

prof. MUDr. Aleš Roztočil, CSc.
Nemocnice Jihlava, Gynekologicko-porodnické oddělení

PhDr. Daniela Sobotková, CSc.
Pracovní skupina pro raný vývoj dětí při Českomoravské psychologické společnosti,
Praha

PhDr. Iva Štětovská, Ph.D.
Katedra psychologie, Filozofická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

Mgr. Lea Takács
Katedra psychologie, Filozofická fakulta Univerzity Karlovy v Praze

MUDr. Blanka Vavřínková, CSc.
První česká lékařská společnost, s.r.o., Praha

Seznam zkratk

BAP	bipolární afektivní porucha
BFH	Baby Friendly Hospital
CNS	centrální nervový systém
cPVL	cystická periventriculární leukomalacie
COPE	Creating Opportunities for Parent Empowerment
CTG	kardiotokografie
DC	dětské centrum
DMO	dětská mozková obrna
ECT	elektrokonvulzivní terapie
EEG	elektroencefalografie
EFCNI	European Foundation for the Care of Newborn Infants
EMG	elektromyografie
EOG	elektrookulografie
EPDS	Edinburgh Postnatal Depression Scale (Edinburská škála postnatální deprese)
GAD	Generalized Anxiety Disorder (generalizovaná úzkostná porucha)
GIT	gastrointestinální trakt
HIV	virus lidské imunodeficiency
IPB	Index přítomné bolesti
JIRPN	jednotka intenzivní a resuscitační péče pro novorozence
KBT	kognitivně-behaviorální terapie
KÚ	kojenecký ústav s dětským domovem pro děti do 3 let
MPQ	McGill Pain Questionnaire (dotazník bolesti McGillovy univerzity)
NAPI	Neurobehavioral Assessment of the Preterm Infant
NAS	neonatal abstinence syndrom (abstinenční syndrom novorozence)
NNS	nenutritivní sání
NIDCAP	Newborn Individualized Developmental Care Assessment Program
OCD	Obsessive-Compulsive Disorder (obsedantně-kompulzivní porucha)
PBIS	Present Behavioral Intensity Scale
PCP	fenylcyklidin
PCR	polymerázová řetězová reakce
PDSS	Postpartum Depression Screening Scale (Screeningová škála poporodní deprese)
PTSD	Posttraumatic Stress Disorder (posttraumatická stresová porucha)
RT	respirační trakt
SC	sectio caesarea (císařský řez, sekce)
SF-MPQ	krátká forma MPQ
SNRI	antidepresiva se zpětným vychytáváním serotoninu a noradrenalinu
SSRI	antidepresiva se zpětným vychytáváním serotoninu
STAI	State-Trait Anxiety Inventory (Dotazník stavu a rysu úzkosti)
STAXI	State-Trait Anger Expression Inventory (Dotazník stavu a rysu zlosti)
STD	Sexually Transmitted Diseases (sexuálně přenosné nemoci)
STDI	State-Trait Depression Inventory (Dotazník stavu a rysu deprese)

VAS	Visual Analogue Scale (Vizuální analogová škála)
VP	vývojová péče
W-DEQ	Wijma Delivery Expectancy/Experience Questionnaire

Předmluva

Táto kniha je dielom významných autorov, odborníkov ako teoretických, tak aj klinických disciplín. Svojím spôsobom nadväzuje na predchádzajúce mimoriadne významné dielo „Perinatální neuropsychická morbidita dítěte“ pod redakčným vedením prof. MUDr. Zdenka Štemberu, DrSc., PhDr. Jaroslavy Dittrichovej, CSc., a PhDr. Daniely Sobotkovej, CSc., z ktorých posledné dve menované prispeli aj k tejto aktuálnej knihe.

Kniha prináša dôležitý interdisciplinárny pohľad na komplexnú problematiku tehotenstva, pôrodu a perinatálnej starostlivosti so špeciálnym zreteľom na užšie psychologicko-medicínske, ale aj širšie spoločenské aspekty. Vzhľadom na unikátne biologické, medicínske, psychologické aj sociálne charakteristiky tohto obdobia, ktoré predstavuje v mnohých ohľadoch kritické obdobie v živote matky aj jej dieťaťa, sa autori systematicky zaoberajú identifikovaním interakcií rôznorodých faktorov v perinatálnej psychológii a medicíne. Osobitný dôraz kladú na dôležité psychologické faktory a mechanizmy a individuálne psychické prežívanie tehotnej ženy – matky, ktoré patria k najdôležitejším determinantom tejto špecifickej situácie v klinickej praxi. Systematicky vysvetľujú dôležitosť psychologických premenných, ktoré je potrebné chápať ako faktory zásadného významu a prijímať ich ako samozrejmu súčasť modernej koncepcie komplexnej perinatálnej starostlivosti. Okrem aktuálneho prehľadu poznatkov v tejto oblasti sú cenným prínosom aj príklady z klinickej praxe, rovnako tak aj praktické rady a odporúčania pre správnu klinickú prax.

Nechcel by som komentovať jednotlivé kapitoly, pretože táto kniha má hovoriť sama za seba. Je to dielo veľmi vzácne, obohacujúce znalosti a knižnice nielen odborníkov, ale aj vzdelanej laickej verejnosti. Je to dielo s vysoko informačným charakterom. Veľmi silnou stránkou je interdisciplinárna škála odborníkov od psychológov cez psychiatrov, pôrodníkov, neonatológov a právnikov, ktorí sa zaoberajú komplexnou perinatálnou problematikou. Táto v sebe zahrňuje prenatalne, natálne aj postnatálne obdobie, ktoré sa od seba nedajú oddeliť.

Prenatálna a perinatálna psychológia a medicína je relatívne nový interdisciplinárny vedecký odbor, ktorý sa snaží o integráciu rôznych disciplín a smerov zaoberajúcich sa základnými otázkami života a jeho poruchami. Dôležité je zdôraznenie interdisciplinárneho charakteru, ktorý umožňuje, že rôzne vedecké odbory ako medicína, psychológia, antropológia, etológia, sociológia, filozofia a iné, sa stretávajú, nachádzajú spoločný jazyk a prechádzajú procesom vzájomného plodného a kreatívneho ovplyvňovania.

Prenatálna a perinatálna psychológia a medicína môže súčasne slúžiť ako „psychosomatický“ model zdôrazňujúci nedeliteľnosť „psychologických“ a „somatických“ procesov v nedeliteľnom kontinuu ľudského života od jeho prvých začiatkov a nedeliteľnosť vývoja všetkých funkcií centrálného nervového systému a imunologických a neuroendokrinných procesov.

Je všeobecne akceptované, že podnety, podmienky a okolnosti, ktorým bol ľudský jedinec vystavený v kritickom prenatalnom a perinatálnom období, ako aj v období včasného detstva predstavujú z hľadiska vývoja „kritické časové okno“, v priebehu ktorého dochádza k základnej organizácii mozgových systémov, kľúčovým neuronálnym koordináciám a neurovývojovým procesom, ktoré sa vyznačujú dlhodobým až celoživotným ovplyvnením správania, osobnosti a adaptačných procesov človeka.

Ďalšie dôležité poznatky a prísluby prináša výskum v oblasti vzťahovej väzby, ktorá vzniká už v prenatálnom období a pokračuje aj v období po narodení dieťaťa. Je známe, že aj v priebehu vytvárania tohto vzťahu, vrátane prenatálneho obdobia života, dochádza k mimoriadne dôležitým reguláciám, ktoré ďalej modulujú neurobehaviorálne stratégie, adaptačné mechanizmy a osobnostné charakteristiky jedinca.

Prenatálna fáza života tak predstavuje unikátnu a neopakovateľnú možnosť primárnej prevencie psychických, emocionálnych, fyzických a sociálnych porúch v ďalšom živote. V tomto štádiu môžeme rozvinúť preventívne postupy k zníženiu prenatálnej, perinatálnej a postnatálnej chorobnosti, predčasného pôrodu a v konečnom dôsledku aj perinatálnej úmrtnosti. Primárna prevencia začína hlbokým rešpektom pre prenatálne dieťa v jeho prvej ekologickej pozícii v maternici a rešpektom pre matku aj pre dieťa pri pôrode, ktoré by sa malo privítať s veľkou dôstojnosťou ako rovnocenný partner v spoločnosti.

Záverom chcem povedať, že predložená kniha „Psychologie v perinatální péči“ má univerzálne hodnoty a zaslúži si byť preložená aj do iných jazykov. Táto publikácia je vzácnym skvostom do klenotnice odbornej literatúry a patrí do každej knižnice vedeckých inštitúcií ako aj klinických pracovísk a pedagogicko-sociálnych zariadení, ale nájde si svojich vďačných záujemcov aj vo vzdelanej laickej verejnosti. Je knihou pre inteligentného čitateľa. Veľmi úprimne odporúčam túto knihu všetkým, ktorí sa zaoberajú prenatálnou a perinatálnou problematikou a rovnako aj rodičom. Prajme jej šťastnú cestu do života a nech poskytne okrem odborných poznatkov aj veľa kreatívnych podnetov a radosti.

Dr.h.c. mult. prof. Peter G. Fedor-Freybergh, MD, PhD.

gynekológ a pôrodník, psychiater a detský psychiater

riaditeľ Ústavu pre prenatálnu a perinatálnu psychológiu, medicínu a integrované neurovedy, Vysoká škola sv. Alžbety v Bratislave

šéfredaktor, Neuroendocrinology Letters, including neuroscience, neurophysiology, neuropsychopharmacology, psychoneuroimmunology, reproductive medicine, chronobiology and human ethology

šéfredaktor, Biogenic Amines – International Journal of Stress and Neuroprotection

šéfredaktor, Activitas Nervosa Superior Rediviva – International Journal for Integrated Neurosciences

zakladateľ a šéfredaktor, International Journal of Prenatal and Perinatal Psychology and Medicine

Úvod

Naším cílem bylo napsat knihu, která by poukázala na důležitost psychologické problematiky v široké oblasti perinatální péče a zároveň by zdravotníkům působícím v tomto oboru sloužila jako praktický „pomocník“ v náročných situacích. Při výběru témat jsme se proto zaměřili na problematické a krizové situace, mezi něž patří například operační porod, porod drogově závislé rodičky, poporodní psychické poruchy u matek, narození nemocného či nedonošeného dítěte či krajní situace perinatální ztráty. Snažili jsme se přitom sledovat perspektivu všech aktérů perinatální situace; zájem je zacílen nejen na jedinečnou situaci rodičky a jejího dítěte, ale též na ošetřující personál. Knihu jsme navíc koncipovali tak, aby se nesoustředila jen na průběh náročných situací samotných, nýbrž i na to, jak se mohou zdravotníci vyrovnávat se stresem, který jim tyto situace přinášejí, či jak mu mohou – v lepším případě – předcházet. Zařadili jsme i kapitolu o právních otázkách, neboť znalost práv obou stran (rodiček i zdravotníků) je důležitá nejen pro vlastní právní ochranu všech zúčastněných, ale i pro vzájemnou respektující komunikaci.

Kniha je společným dílem autorů z různých oborů (psychologie, medicíny, práva), kteří se na poli perinatální péče setkávají nebo by se zde setkávat měli. Právě interdisciplinární složení autorského týmu je výzvou jak pro jednotlivé autory, tak i pro čtenáře, kteří někdy mohou být uzavřeni v rámci svého profesního vzdělání a konkrétních profesních nároků. Při mezioborové spolupráci může docházet jak ke vzájemnému obohacování, tak také ke konfrontacím, vzájemnému neporozumění či zklamávání. Přes toto riziko předkládáme čtenáři interdisciplinární pohled na problematiku péče o těhotné a rodící ženy, ženy po porodu a jejich novorozené děti a věříme, že se tato kniha může stát užitečnou pomůckou pro všechny odborníky, kteří se na této péči podílejí – gynekology, porodníky, porodní asistentky, neonatology, zdravotní sestry a další. Domníváme se, že bude přínosem také pro psychology, psychiatry či další odborníky se zájmem o perinatální péči a že může být rovněž cenným zdrojem informací pro nastávající rodiče.

Jsme si vědomi toho, že některá z doporučení prezentovaných v této knize jsou ve stávajícím systému poskytování zdravotnické péče proveditelná jen obtížně, resp. že by jejich uvedení do praxe vyžadovalo zlepšení podmínek, za nichž zdravotníci péči těhotným, rodičkám, ženám v šestinedělí a jejich dětem poskytují; zmiňme například problém nedostatku času a financí pro zavedení pravidelných supervizí. Těmto tématům ponecháváme v knize prostor navzdory tomu, že se tak vystavujeme výtce jisté „odtrženosti od reality“. Máme však za to, že jde o důležité otázky, jejichž řešení by mohlo přispět ke zvýšení kvality perinatální péče, a že je proto potřebné, aby postupně vešly ve známost jak u samotných zdravotníků a dalších odborníků, kteří na této péči participují, tak i u osob, které se podílejí na vytváření koncepce zdravotní politiky.

Rádi bychom na tomto místě poděkovali všem recenzentům této knihy, MUDr. PhDr. Pavlu Čepickému, CSc., MUDr. Radovanu Hrubému, Ph.D., Mgr. Zuzaně Masopustové, Ph.D., a doc. MUDr. Martinu Procházkovi, Ph.D., za jejich cenné připomínky. Velký dík patří dále MUDr. Magdaleně Chvílové Weberové za doplňující informace a poskytnutí dvou fotografií a prof. MUDr. Zdeňku Štemberovi, DrSc., za jeho odborné připomínky. Děkujeme i porodním asistentkám Marii Vnoučkové a Jitce Vařákové, že věnovaly svůj čas přečtení rukopisu a obohatily nás o své názory. V neposlední řadě děkujeme prof. Peterovi G. Fedor-Freyberghovi, MD, Ph.D., Dr.h.c. mult., který stál u zrodu perinatální a perinatální psychologie a medicíny, za jeho ochotu napsat k této knize předmluvu.

*Lea Takács, Daniela Sobotková, Lenka Šulová
Praha, listopad 2014*

1 Komunikace v perinatální péči

Lea Takács, Marie Pečená

Dobrá komunikace s rodičkou je klíčovým momentem pro navázání vztahu důvěry a další bezproblémovou spolupráci. Vhodnou komunikací lze u rodičky a nedělky snížit úzkost a stres a přispět k pozitivnějšímu prožívání porodu a poporodního období a k větší patientské spokojenosti. Schopnost podat včas a vhodným způsobem důležitou informaci či projevit podporu v okamžiku, kdy to žena potřebuje, často rozhodne o celkovém hodnocení perinatální péče. Dobrá komunikace je zároveň nejefektivnější prevencí případných stížností či žalob, které jsou v oboru porodnictví častější než v jiných specializacích, neboť porod a období šestinedělí mají jakožto emočně náročné situace mimořádný potenciál pro vznik pocitů nespokojenosti a zklamání (Knowles, 2007). Stížnosti na skutečná či domnělá medicínská pochybení bývají často zástupné a mnohdy se za nimi skrývají problémy psychologické, především neuspokojivé interakce rodičky, případně jejích rodinných příslušníků, se zdravotníky.

Cílem této kapitoly je shrnout hlavní předpoklady a charakteristiky efektivní komunikace mezi zdravotníkem a rodičkou, upozornit na nejčastější chyby, které komunikaci narušují či znemožňují, nastínit, jak lze prostřednictvím vhodné komunikace u rodičky rozptýlit strach, stres či hněv, popsat pravidla pro sdělování špatných zpráv a formulovat doporučení pro zvládání nejčastějších problematických situací.

1.1 Rodička a zdravotník – dvě odlišné perspektivy a východiska

Ačkoli jde zdravotníkům i rodičkám o stejnou věc, totiž o to, aby porod proběhl co nejlépe a matka i s dítětem byly zdravý, jejich situace je odlišná – v porodnici zastávají rozdílné sociální role a jejich vzájemný vztah má pro každého z nich jiný význam a jinou hodnotu. Zdravotník je profesionál, který chce v první řadě dobře odvést svou práci, a i když se snaží rodič ženě porozumět a vžít se do jejích pocitů, nebývá na jejím osudu emočně angažován. Jakkoli se postavení rodičky v systému porodnické péče pozvolna posiluje, asymetrie ve vztahu rodička–zdravotník je ve své podstatě nezrušitelná. Zdravotník je v porodnici na své, „domácí“ půdě, je to on, kdo poskytuje pomoc a kdo nese odpovědnost za rozhodnutí v případě akutní krize. Považuje za samozřejmost, že může vstupovat do intimního prostoru rodičky, obráceně je to naopak nepředstavitelné. Pozice zdravotníka je v hierarchické a přísně strukturované instituci nemocnice pevně ukotvená a pojí se s ní (zvláště v případě lékařů) vysoký sociální status. Rodička naproti tomu vstupuje přijetím do porodnice na „cizí“ půdu a ocitá se ve vztahu závislosti co do většiny svých potřeb. To v ní může vyvolávat pocit odkázanosti, nebo dokonce bezmoci. V jejím těle se odehrává proces, který nemá pod kontrolou, a k pocitům odkázanosti se tak může přidružovat i úzkost a strach. Hormonální změny zvyšují senzitivitu vůči prostředí, především vůči naladění a postojům zdravotnického personálu (Kodyšová, 2014), a žena se stává velmi zranitelnou; zároveň pociťuje silnou potřebu emoční podpory. Na rozdíl od zdravotníků, pro něž je porodní situace každodenní zkušeností, je pro rodičku její porod událostí výjimečnou, emočně nabitou a v mnoha případech i zcela novou a neznámou.

1.2 Budování důvěry: respekt, zájem, empatie a vyjádřené porozumění

Rozdíl v perspektivě rodičky a zdravotníka předznamenává jejich vzájemnou komunikaci. To, zda se mezi nimi podaří navázat vztah důvěry, závisí v první řadě na schopnosti zdravotníka reflektovat výše zmíněnou asymetrii ve vztahu k rodičce a uvědomit si z ní plynoucí závazek jednat s rodící ženou s maximální ohleduplností a pochopením. Vytvoření vztahu důvěry předpokládá respekt a úctu k rodící ženě a akceptování prosté hodnocení. To ovšem neznamená, že by měl zdravotník bez výhrad souhlasit se vším, co rodička říká či požaduje; jde spíše o požadavek **afektivní neutrality** v situaci vzájemné neshody (Schüler, Dietz, 2004). Podle tohoto požadavku má být profesionál schopen kontrolovat negativní emoce, které v něm chování či požadavky rodičky mohou vyvolávat, a udržet vstřícný postoj a věcnou rovinu dialogu. Respekt a úcta k rodící ženě by měly být zachovány bez ohledu na to, zda se rodička chová konstruktivně či nikoli; rodička se nachází ve výjimečné situaci, a má proto právo na celou škálu projevů (pláč, křik atd.). Zdravotník je ve srovnání s rodící ženou ve snazší pozici – není pohlcen emocemi a paralyzován bolestí a snaží se zachovávat racionální kontrolu, byť nelze opomenout, že je pod tlakem odpovědnosti za výsledek porodu. Je nicméně na něm, aby se přizpůsobil potřebám rodičky a vyšel jí v maximálně možné míře vstříc, a to i tehdy, když její chování a projevy vnímá jako neadekvátní či přehnané.

Nezbytnou podmínkou pro navázání vztahu důvěry je i projevení skutečného zájmu o rodící ženu a její situaci. Zájem o druhého se vyjadřuje především neverbálně – přikývnutím, pohledem, nakloněním hlavy směrem k druhému (více o neverbální komunikaci viz kap. 1.4). Projevem zájmu však může být i mlčení, například necháme-li po prožití emočně náročné situace (např. po sdělení špatné zprávy týkající se zdraví rodičky či jejího dítěte) ženě prostor, aby řekla, co říct potřebuje, a nabízíme jí jen tichou přítomnost. Na druhé straně mlčení v situaci, kdy nám žena sděluje něco závažného, u ní povede spíše k pocitu, že jí nevěnujeme pozornost. K projevům zájmu patří i naslouchání, a to nejen ve smyslu vnímání toho, co žena říká, ale i toho, jak to říká a jak se při tom cítí (tj. dekodování latentního obsahu). Zvláště v situaci, kdy žena čelí krizové situaci (např. perinatální ztrátě), je vhodnější více naslouchat než mluvit a nespěchat s udílením rad.

Mezi zdravotníky se občas objevuje názor, že pocity rodičky jsou ve srovnání s jejím zdravotním stavem druhořadou záležitostí. Avšak právě schopnost porozumět emočnímu rozpoložení rodící ženy či nedělký a vidět situaci z její perspektivy má při budování vztahu důvěry mimořádnou důležitost. Porozumění můžeme projevít například tím, že zopakujeme několik posledních slov sdělení rodičky, resp. nedělký (tzv. zrcadlení); navrhneme alternativní pohled na věc; shrneme, co řekla, a zdůrazníme důležité momenty; požádáme o vysvětlení a doplnění; upozorníme ji na to, co případně přehlédla; poukážeme na momenty, které sice vyslovila, ale nepřikládala jim podle našeho soudu dostatečný význam; formulujeme svůj závěr z řečeného, a to tak, aby žena měla možnost tento závěr korigovat – neformulujeme jej jako přímou otázku, ale spíše jako tvrzení, které vybízí k reakci (např.: „*zdá se, že je pro vás tato situace...*“; „*vypadá to, jako byste...*“) (Beran et al., 2010; Lohmann, 2007; Zacharová, Hermanová, Šrámková, 2007).

1.3 Model komunikace: symetrie a emoční podpora

1.3.1 Symetrická a asymetrická komunikace

Bylo již řečeno, že ve vztahu rodička–zdravotník existuje asymetrie, jejímž hlavním zdrojem je odkázanost rodičky na zdravotníky. Tuto asymetrii lze do značné míry kompenzovat takovou komunikací, při níž dá zdravotník rodičce najevo připravenost akceptovat ji jako rovnocenného partnera. Symetrická komunikace je navozena tím, že lékař či porodní asistentka formuluje své rady jako návrhy a doporučení, bere ohledy na přání a požadavky rodičky, podá jí dostatečné informace, vysvětlí jí důvody pro svá rozhodnutí a ponechá jí dostatek prostoru, aby se mohla doptat na případné nejasnosti. Rodička tak může v komunikaci figurovat jako aktivní činitel, a nikoli pouze jako pasivní příjemce (Takács et al., 2011).

„Jsem ráda, že jsem to byla já, kdo měl poslední slovo při veškerých úkonech. Nenařizovali, nabízeli paletu možností vhodných pro danou chvíli a společně jsme zkoušeli a vybírali, co mi nejlíp vyhovuje.“

„Doktor mi řekl, že pokud chci normální porod, tak to bude trvat dalších třeba 10–12 hodin. Takže jestli na tom trvám, tak to můžeme nechat běžet. To se mi líbilo. Za prvé se mnou opravdu mluvili a vysvětlovali mi všechno, co se bude dít, a za druhé mi dali vybrat, i když jsem neměla porodní plán. To oceňuju.“

„Sestřičky mi skoro vždycky nabídly různé možnosti a já jsem se mohla sama rozhodnout. To na vás působí taky mile, že tam má váš názor nějakou hodnotu.“¹

Asymetrie ve vztahu rodička–zdravotník je naopak zdůrazněna stylem komunikace, kdy lékař či porodní asistentka vystupují v roli bezvýhradných autorit, určují průběh rozhovoru, prosazují své hledisko a neberou v potaz hledisko rodičky, její prožitky a potřeby. Od rodičky se očekává, že zaujme pasivní postoj, bude dělat to, co se jí řekne, a nebude vstupovat do procesu rozhodování. Asymetrický postoj je často výrazem – mnohdy dobře míněného – přesvědčení zdravotníka, že on ví, co je pro rodičku nejlepší.

Rodička například projeví během vyšetření obavy, ale lékař to přejde bez odpovědi a hned se obrací v jiné věci na přítomnou porodní asistentku.

„Ani jeden člověk z personálu se nepředstavil, vizity probíhaly při snídani. Když vešel lékař, netušila jsem, že je to lékař (nikdy předtím jsem ho neviděla), a ještě byl protivný, že jsem si dovolila snídat, když je vizita.“

„Pan primář působil nadřazeně a při vizitě se mi ani neobtěžoval sdělit, jestli už půjdeme domů, v tu chvíli to řekl pouze ošetřující lékařce, ačkoli jsem stála před ním.“

¹ Příklady z praxe uvedené v tomto textu pocházejí z dat získaných v rámci výzkumných projektů „Psychosociální klima porodnice – teorie a diagnostika“, GAUK, projekt č. 316111, 2011–2013, a „Psychosociální klima porodnice očima rodičky“, Interní grant FF UK, 2010. Výsledky těchto výzkumů jsou zohledněny i v praktických doporučeních uvedených v této kapitole.