

prof. dr hab. n. med. Piotr Gałecki
Kierownik Kliniki Psychiatrii Dorosłych Uniwersytetu Medycznego w Łodzi
Konsultant Krajowy w dziedzinie psychiatrii

Zalecenia ogólne

Leczenie i terapia on-line są najlepszą alternatywą w czasie pandemii koronawirusa w przypadkach pacjentów niewymagających hospitalizacji spowodowanej bezpośrednim zagrożeniem życia. Dzięki rozporządzeniu Ministra Zdrowia oraz zarządzeniu Prezesa NFZ teleporady są dostępne również w psychiatrii, a ponadto wliczają się do koszyka świadczeń gwarantowanych. Obecnie NFZ kontraktuje zarówno teleporady lekarskie, jak i psychologiczne – oczywiście w ramach kontraktów, które poradnie posiadały wcześniej. Aktualnie teleporad można udzielać także z domu, a nie tylko z miejsca pracy. W wielu przypadkach pozwala to na utrzymanie ciągłości leczenia.

Jeśli po wstępnej konsultacji telefonicznej okaże się, że stan pacjenta nie wymaga pilnej interwencji medycznej, to wizytę u lekarza powinno się przełożyć lub przeprowadzić ją w formie teleporady.

W przypadku kontynuacji leczenia wcześniej występujących zaburzeń lękowych należy kontynuować proces leczenia, przedłużając leczenie farmakologiczne poprzez teleporady oraz e-recepty. Nie należy przerywać wcześniej rozpoczętego leczenia. Wyjątkiem jest konieczność związana z niezbędnym wprowadzeniem nowego leku, który będzie wchodził w interakcję z wcześniej stosowanym. W przypadku pacjentów, u których pojawia się paniczny, nasilony lęk związany z COVID-19, należy rozważyć wprowadzenie leczenia farmakologicznego – w szczególności, jeśli uniemożliwia to codzienne funkcjonowanie pacjenta. Zaleca się wówczas wybranie leku z grupy leków niewchodzących w interakcje z farmakologią potencjalnie stosowaną przy leczeniu COVID-19 (leki zaznaczone w tabeli na zielono).

W przypadku konieczności hospitalizacji pacjenta i/lub informacji związanej z zagrożeniem jego życia w związku z myślami samobójczymi należy niezwłocznie poinformować zespół ratownictwa medycznego (112). W przypadku znajomości stanu pacjenta pod względem COVID-19 należy poinformować o nim dyspozytora. Ułatwi to podjęcie decyzji o właściwym skierowaniu pacjenta na oddział dla osób z podejrzeniem lub rozpoznaniem COVID-19 oraz zniweluje ryzyko zarażenia innych hospitalizowanych pacjentów.

Nie podlega dyskusji fakt, że osobisty kontakt z lekarzem ma istotny wpływ na proces zdrowienia. W czasie pandemii ważne jest jednak, by brać pod uwagę zagrożenie związane zarówno z zaburzeniami psychicznymi, szczególnie występowaniem myśli samobójczych, jak i z COVID-19.

JAK ROZMAWIAĆ Z PACJENTEM Z NASILONYM LĘKIEM PRZED COVID-19?

Aktualna sytuacja jest trudna i wiąże się z:

- utratą poczucia bezpieczeństwa,
- realnym zagrożeniem życia,
- brakiem przewidywalności,
- dłuższą perspektywą czasową,
- poczuciem bezradności.

To, jak zareagujemy na wybuch pandemii, zależy od:

- naszych osobistych predyspozycji,
 - doświadczeń i uwarunkowań,
 - społeczności, w której żyjemy.
-

Zalecenia ogólne

JAK POMÓC?

Ważnym elementem jest w tej sytuacji akceptacja i zrozumienie – dokładne przeanalizowanie, czego dotyczy lęk:

„Co Panią/Pana przeraża?”, „Co mogłoby Pani/Panu pomóc, by bać się mniej?”, „Czego dokładnie dotyczy lęk, jakie konkretnie ma Pani/Pan obawy?”.

Sama rozmowa powoduje rozładowanie napięcia. Dolegliwości, które zgłaszają pacjenci wraz z nasilaniem się obsesji związanych z higieną (np. myciem rąk), mogą być „wierzchnią” warstwą przeżywanego problemu. W rzeczywistości pacjenci obawiają się najczęściej o życie swoje i bliskich, odczuwają lęki egzystencjalne. Rozmowa, której przyświeca chęć zrozumienia objawów, pozwala zatrzymać ich nasilanie się oraz potrzebę kontroli sytuacji, przejawiającą się np. poprzez nadmierną higienę. Warto także dopytać pacjenta o to, czy zabiegi higieniczne realnie nabierają w jego odczuciu charakteru nadmiernego, czy są jedynie uciążliwymi środkami ostrożności w obecnej sytuacji.

LEKI PRZECIWDEPRESYJNE W OKRESIE EPIDEMII COVID-19

Chlorochina	Azytromycyna	Leukopenia
Paroksetyna	Paroksetyna	Paroksetyna
Mianseryna	Mianseryna	Mianseryna
Duloksetyna	Duloksetyna	Duloksetyna
Wortiokestyna	Wortiokestyna	Wortiokestyna
Tianeptyna	Tianeptyna	Tianeptyna
Agomelatyna	Agomelatyna	Agomelatyna
Moklobemid	Moklobemid	Moklobemid
Opipramol	Opipramol	Opipramol
Reboksetyna	Reboksetyna	Reboksetyna
Pozostałe SSRI	Pozostałe SSRI	Pozostałe SSRI
Wenlafaksyna	Wenlafaksyna	Wenlafaksyna
TLPD	TLPD	TLPD
Trazodon	Trazodon	Trazodon
Mirtazapina	Mirtazapina	Mirtazapina
Bupropion	Bupropion	Bupropion

(na zielono zaznaczono leki bezpiecznie, które nie wchodzi w interakcję z lekami potencjalnie używanymi w leczeniu COVID-19)

PODSUMOWANIE – KONTAKT I WSPARCIE W RELACJI Z PACJENTEM

- Okazanie zrozumienia i akceptacji dla pacjenta, jego odczuć związanych z realnymi oraz wyobrażonymi lękami.
- Uściślenie, czego dokładnie dotyczy lęk.
- Urealnienie wpływu sytuacji, akceptacja poczucia bezradności.
- Zalecenie utrzymywania dotychczasowej rutyny lub wprowadzenie nowej.
- Farmakoterapia i utrzymanie dotychczasowego leczenia oraz środków ostrożności.
- Zalecenie ograniczenia nadmiernie napływających informacji, podjęcia aktywności, budowania relacji.