

# Indra Majore-Dūšele

Veselības psiholoģijas un pedagoģijas katedra,  
Mākslas terapijas programma, RSU

## MĀKSLU TERAPIJAS PAMATPRINCIPI DARBĀ AR PACIENTIEM AR HRONISKĀM SASLIMŠANĀM



RĪGAS STRADIŅA  
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

# Jēdzieni

- **Mākslu terapija (MT)** – četras specializācijas veselības aprūpē – deju un kustību, mūzikas, drāmas un vizuāli plastiskā mākslas terapija
- **Hroniskas saslimšanas** – slimības ar pārsvarā lēnu attīstības gaitu un ilgstošu norisi, kas nav atrisināmas ar ārstniecisku kursu vai ķirurģisku iejaukšanos.
- **Pamatprincipi** – struktūra, kā uzstādīt MT mērķus un veidot MT plānu, saskaņā ar pierādījumiem (evidence based)

# Hroniskas saslimšanas

- 5 vadošās hroniskās slimības - vēzis, cukura diabēts, psihiskās saslimšanas, sirds un elpošanas slimības
  - Arī autoimunās saslimšanas, hroniskas sāpes u.c.
- «Pasaules lielākā slepkava» - ik gadu HS pasaulē nogalina 36 miljonus cilvēku; (PVO, 2011);
  - Rada nopietnu ekonomisko slogu
  - Sociālie un vides faktori ir nozīmīgi (80% gadījumu skar cilvēkus ar zemu un vidēju ienākumu līmeni)
  - galvenie riska faktori – smēķēšana, alkoholisms, neveselīgs uzturs un mazkustīgs dzīvesveids (Eiropas komisijas Sabiedrības veselības ziņojums, 2016)
- Pieprasa uz pacientu centrētu integratīvu /biopsihosociālu pieeju (ir būtiska ietekme uz dzīves kvalitāti)

# Pacientu ar hroniskām slimībām rehabilitācija

- Starptautiskās konferences “Hronisko slimību izaicinājums 21. gadsimta Eiropā. Pacientu perspektīva un ekonomiskā aktivitāte” 2015.g. rezolūcijā tiek norādīts
  - Veicināt multidisciplināru ārstēšanās procesu ar integrētu pieeju no brīža, kad hroniskās slimības tiek diagnosticētas, ietverot ārstēšanu, psiholoģisko atbalstu, rehabilitāciju un sociālo palīdzību, balstot šo procesu biopsihosociālā pieejā.
  - Veicināt rehabilitāciju (medicīnisku, fizisku un psihosociālu) kā atbalsta sistēmu hroniski slimiem pacientiem jau no brīža, kad slimība tiek diagnosticēta, līdz pat brīdim, kad pacients atgūst adekvātu dzīves kvalitātes līmeni.
  - Latvijā no hroniskām slimībām cieš aptuveni 40% iedzīvotāju

# Pacientu ar hroniskām slimībām vispārējie rehabilitācijas mērķi

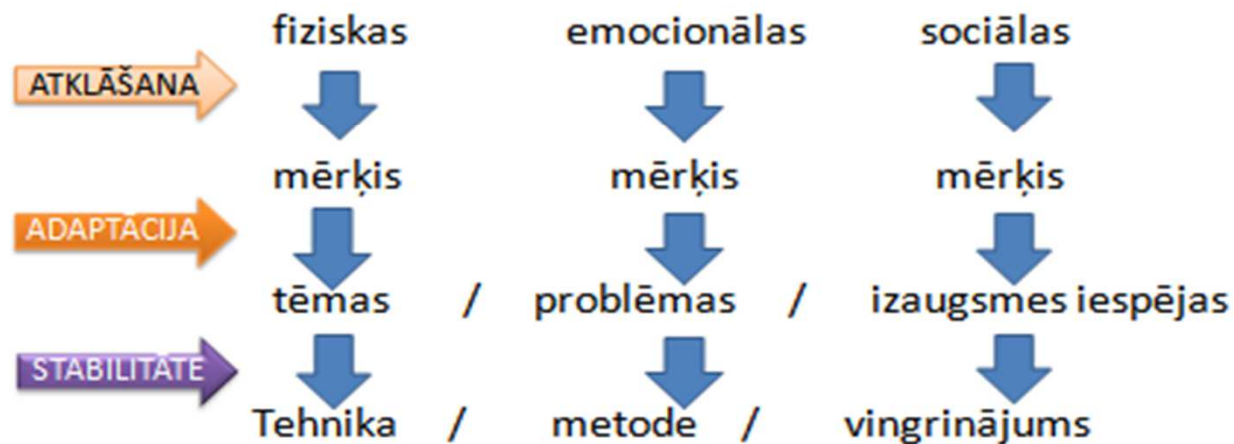
- Dot iespēju cilvēkam ar HS dzīvot tā, kā viņš vēlas (Gutenbrunner, et al., 2006)
- Funkcionēšanas (fiziskās, psiholoģiskās, sociālās) uzlabošana
- Palīdzēt pacientiem adaptēties HS izraisītajām sekām:
  - saņemt atbilstošu informāciju
  - ieviest izmaiņas dzīvesveidā
  - pielāgoties pārmaiņām attiecībās ar citiem cilvēkiem
  - saglabāt pēc iespējas normālu dzīves ritmu un kontroli pār savu dzīvi
  - izdzīvot slimības radītās zaudējuma sāpes
  - tikt galā ar smagām un pretrunīgām emocijām
  - saglabāt optimismu (White, 2013)

# MT mērķi HS pacientu rehabilitācijā

- *Primārie* - mazināt saslimšanas vai traucējuma simptomus papildus pamata ārstēšanai
- *Sekundārie* - uzmanība uz pacienta fiziskām spējām, domāšanu, jūtām, uzvedību, t.s.k, dzīves veidu, u.c faktoriem, kas ietekmē pamatproblēmu un uzlabo pacienta sensori – motoro, emocionālo, kognitīvo, sociālo funkcionēšanu
- *Terciārie* - atbalstoša pieeja, kas palīdz pacientam tikt galā ar esošo problēmu, mazināt problēmas sekas vai mazināt problēmas attīstību preventīvā kontekstā (*Smeijster H. (2009) Research in Practice in the Arts Therapies.*)
- ***Mērķiem ir jābūt uzstādītiem saskaņā ar pacienta grūtībām un vajadzībām katrā no rehabilitācijas (arī hroniskās slimības) etapiem***

# MT mērķu uzstādīšanas pamatprincipi

## Funkcionēšanas grūtības

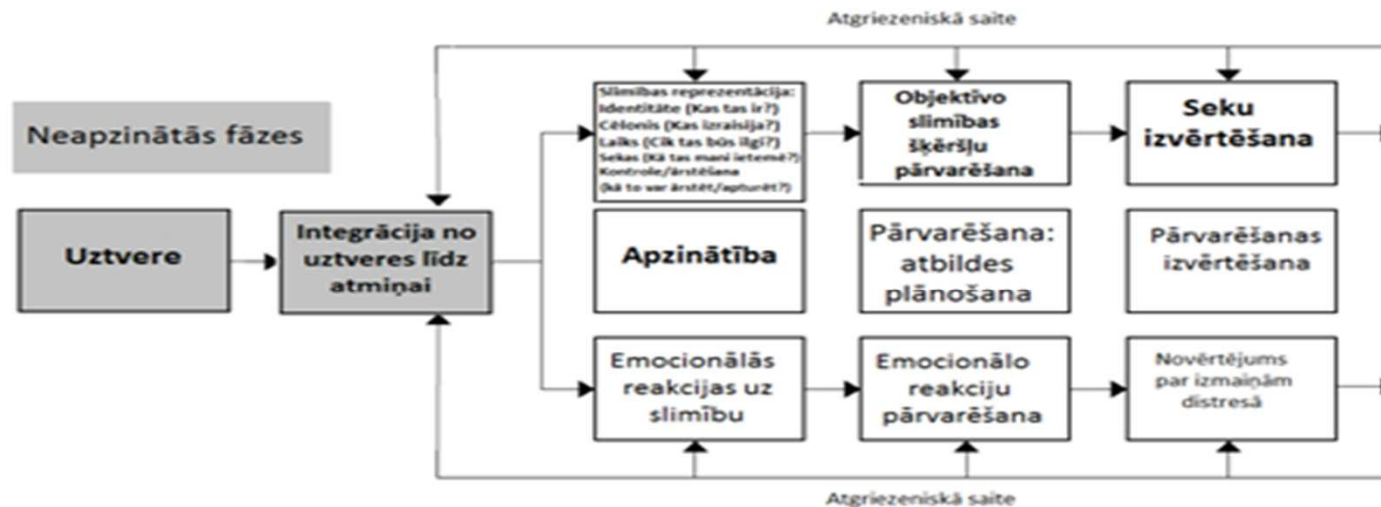


# MT mērķu uzstādīšana saskaņā ar pierādījumiem

- MT var būt efektīva, ja mt zina, ko dara (S.Silniece, 2015, Sistemātisks pārskats DKT onkoloģijā)
  - MūzT neiroloģisko trauc.rehabilitācijā palīdz uzlabot uzmanības, atmiņas un psihosociālās funkcijas (Weller, C.M., Baker, F., 2011).
  - DKT uzlabo ķermeņa tēla uztveri onkoloģijas pacientēm un uzlabot dzīves kvalitātes izjūtu (S.Silniece, 2015)
  - Samazina funkcionēšanas un emocionālās grūtības hronisku sāpju pacientiem (Christie, D., 2006)
- MT process ir uz rezultātu orientēts, tomēr paļaujas uz radošo procesu
- Ir svarīgi ņemt vērā pierādījumus arī no citām saistītajām jomām



# Apzināšanās loma – pašregulācijas teorijas modelis (Leventhal, Nerenz & Steele, 1984)



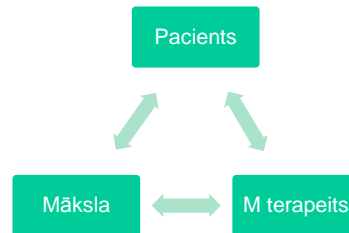
Slimības un ar to saistīto emociju apzināšanās ir mediators slimības izraisīto seku pārvarēšanai.

# Pieņemšanas loma

- Pieņemšana kā mediators uzvedības izmaiņām – piem., gatavībai iesaistīties rehabilitācijā (Wicksell et al., 2008)
- Kibleres – Rosas 5 fāzes zaudējuma pieredzē:
  - Noliegums – “tas nevar būt, ka tas uz mani attiecas”; “viss būs labi”
  - Dusmas – “kāpēc es? Tas nav godīgi!”
  - Kaulēšanās – “es kļūšu par citu cilvēku, ja man atgriezīs spējas kustēties”
  - Depresija – “kāda gan visam ir jēga, ja man jādzīvo šādi?”; “kāda jēga vēl kaut ko darīt?”
  - Pieņemšana – “ir tā kā ir; es nevaru ar to cīnīties, bet es varu tam pielāgoties un dzīvot pēc iespējas pilnvērtīgi”

# MT vieta HS pacientu rehabilitācijā

- *Māksla kā «ideālais starpnieks» sarunai par slimības ietekmēto dzīvi, attiecībām, jūtām*



- *Māksla kā kontainers intensīvām, nepanesamām jūtām*



# Mākslu terapija – droša vide, kur risināt attiecības ar slimību (Sickness by Anders Dahlstrom)



Mākslu terapija – *telpa un laiks* savas pieredzes integrētai izpaušmei, pārstrādei un pieņemšanai:  
*Mākslas ekspresijas pakāpeniskie līmeņi* (Lusebrink et al., 2012)



# Secinājumi

- MT mērķi ir jāveido saskaņā ar pacientu vajadzībām konkrētajā rehabilitācijas etapā un multiprofesionālās komandas mērķiem.
- MT vieta ir apzināšanās un pieņemšanas veicināšana rehabilitācijas procesa efektivitātei, vieta un laiks radošiem emocionālās un kognitīvās pārstrādes procesiem, psiholoģisks un sociāls atbalsts

Paldies par uzmanību!