

Program podpory zdraví

Psychiatrická nemocnice Marianny Oranžské (PNMO) vytvořila program podpory zdraví se zaměřením na prevenci a propagaci zdravého životního stylu. Její činnost v této oblasti se centruje na pacienty a jejich blízké, na zaměstnance i na veřejnost.

Priority podpory zdraví pro klienty a jejich blízké

Všechna oddělení mají ucelený léčebný program a zároveň využívají metodu individuálního plánování. Komplexní přístup k léčbě je soustředěn primárně na podporu duševního zdraví a zdravého životního stylu. Všechny programy jsou cílené nejen na klienty, ale i na osoby blízké. Klient je v léčbě partnerem a spolupodílí se na své léčbě.

Programová koncepce zahrnuje lékařské preventivní a léčebné služby zaměřené na komplexní přístup ke zdraví pacienta. Dále je nabízená individuální a skupinová psychoterapie, ergoterapie, rodinná terapie, rehabilitace, nutriční poradenství, režimová terapie, edukace, program psychosociální rehabilitace, relaxace, arteterapie, muzikoterapie, dramaterapie. Důraz je dáván na spirituální potřeby klientů, nejen ve smyslu víry, ale i v oblasti životní filozofie, vztahování se k inspirující autoritě apod. Součástí programu je účelné využívání volného času. PNMO podporuje sportovní, zážitkové i zátěžové aktivity. Ty jsou zacíleny jak na pohybové a sportovní, tak na kulturní.

PNMO má rovněž své programy koncipovány na oblast prevence užívání všech návykových látek. Umožňuje absolvovat preventivní adiktologické programy řešící problémy s nikotinem, alkoholem, nelegálními drogami, kombinováním návykových látek atd.

Zdraví klientů je podporováno pravidelným nutričním screeningem, možností konzultovat zdravou výživu, regulovat tělesnou hmotnost. V kombinaci se spánkovým režimem a osobní strukturou volného času s pohybovými aktivitami, může každý klient získat schopnost zdravě uspokojovat své základní potřeby. Pracovní činnosti vedou k možnosti zvýšit sebevědomí díky úspěchům. Psychoterapie a terapeutické techniky podporují především ventilaci emocí a směřují k pozitivnímu sebehodnocení a vztahovému kotvení. Každý pacient a jeho blízcí mají možnost naučit se mírnit stres a získat fyzickou i duševní pohodu.

PNMO uplatňuje ke klientovi bio-psycho-sociálně-spirituální přístup. O klienty pečují multidisciplinární týmy. Všechny aktivity tvoří celek a tím podporují změnu životního stylu směrem ke zodpovědnosti za své duševní i fyzické zdraví.

Priority podpory zdraví pro pracovníky zařízení

PNMO dbá na management zdraví a zdravého životního stylu na pracovišti. Zdravé pracovní návyky a profesní zdraví má přímý vliv na produktivitu práce. Většina zaměstnanců pracuje ve směnném provozu a je nezbytné, aby měli možnost péče o zdraví a svou bezpečnost.

Vzhledem k specifické práci v psychiatrii je dbáno především na prevenci syndromu vyhoření. Zaměstnancům je poskytována intervize i externí supervize. PNMO dává možnost osobního růstu pomocí vzdělávání, účasti na odborných seminářích a konferencích. Sama je pořadatelem řady vzdělávacích aktivit. Umožňuje i stáže a exkurze v jiných zařízeních a to jak v rámci republiky, tak v zahraničí. Někteří pracovníci se zapojují do vědecko-výzkumných projektů ve spolupráci s univerzitními pracovišti. V terapeutických týmech jsou podporovány teambuildingové aktivity mimo prostory PNMO.

Zaměstnanci mají zajištěnu péči pracovně-lékařské služby. PNMO zajišťuje možnost vyváženého stravování pracovníků ve vlastním kuchyňském provozu. Dostupný je pitný režim. Zaměstnanci mohou využívat rehabilitační program oddělení, k dispozici je speciální masážní křeslo. Bioimpedanční měření s vyhodnocením u nutričního terapeuta, dále adiktologické poradenství - především program odvykání kouření.

Pro pomoc s mírněním stresové zátěže mohou zaměstnanci získat zaměstnanecký příspěvek v podobě permanentky na bazén, wellnes nebo rekondiční masáže. Je rovněž možné účastnit se poznávacích zájezdů a odborných exkurzí pořádaných PNMO.

Priority v oblasti podpory zdraví pro veřejnost

V oblasti styku s veřejností jsou každoročně realizovány exkurze pro gymnázia Jeseník a střední odborné školy s programem prevence užívání návykových látek. Na vyžádání probíhají přednášky o duševním zdraví na žádost školních zařízení a nízkoprahových zařízení pro děti a mládež. Úspěšná je spolupráce s pracovníky vězeňské

služby ČR, kde jsou realizovány vzájemné odborné stáže a workshopy. Probíhá spolupráce v oblasti sportovních aktivit s okolními obcemi, především s obcí Bílá Voda a Uhelná. Kulturní aktivity PNMO pořádá např. pro Dětský domov Černá Voda a pro sociální službu pro seniory Oáza Javorník, nebo podle zájmu spřátelených organizací.

Někteří pracovníci se zapojují do edukačních a vědeckovýzkumných projektů ve spolupráci s univerzitními pracovišti a školicími středisky. Úzká výzkumná spolupráce probíhá např. s Klinikou adiktologie 1. lékařské fakulty UK Praha, katedrou sociální pedagogiky PedF OU v Ostravě, katedrou psychologie FF UP Olomouc. Pro NCO NZO děláme Program prevence syndromu vyhoření.

V rámci regionu máme úzkou spolupráci se sociálními službami Zahrada 2000 a Darmoděj Jeseník s cílem vytvořit síť regionálních služeb. Mimo koordinace práce pro klienty, pořádáme společné vzdělávání, účastníme se bálintovských skupin a setkání regionálního týmu. Naši zaměstnanci pracují na zkrácené úvazky v těchto službách. Na krajské úrovni se společně spolupodílíme na komunitním plánování.

V rámci České republiky máme navázanou spolupráci se všemi certifikovanými doléčovacími centry. Jsme aktivními členy České asociace psychiatrických léčeben. V rámci koordinace péče o klienty komunikujeme s ambulantním sektorem a všemi K-centry a službami harm reduction v ČR. Na celorepublikové úrovni spolupracují všechny čtyři terapeutické komunity v Sekci terapeutických komunit A.N.O., náš zaměstnanec je člen výkonného výboru. V České asociaci adiktologů máme zaměstnance členem výkonného výboru a většina adiktologů je řádným členem. Máme tak možnost veřejně odborně podporovat koncepci oboru, připomínkovat zákony, podílet se na tvorbě a prosazování standardů RVKPP, jeden zaměstnanec je certifikátorem. Naše pracovnice je řádným členem Českého institutu pro supervizi a je členkou etické komise ČIS. Podílíme se i na různých edukačních programech jako lektori.

Aktualizace dne 17. 9. 2018

Schválil: MUDr. Pavlína Danielová