

## LINKA POMOCI NA INTERNETU

MUDr. Jan Tuček

Psychiatrické oddělení Nemocnice České Budějovice

Ve svém článku se pokusím shrnout možnosti, které nabízejí psychiatrii nové formy komunikace mezi lidmi. Internet se pomalu stává součástí běžného života a mnoho lidí ho využívá k získání informací, ke kterým by se dostávali jen velmi obtížně. Společně s rozvojem internetu je možné pozorovat i vznik nového podoboru psychiatrie, který se zatím nazývá e-psychiatrie. I když zcela jistě nedokáže nahradit klasickou formu péče o psychiatrické pacienty, své pole působnosti si nachází u specifických poruch a také jako forma zdroje informací pro příbuzné a přátele pacientů. Dobré zkušenosti máme i na psychiatrickém oddělení Nemocnice České Budějovice, kde tato forma pomoci funguje od roku 1998.

### Úvod

Pojem telemedicína a následně telepsychiatrie se začíná objevovat přibližně v polovině našeho století. V 50. letech proběhly pilotní studie, které prokázaly účinnost telepsychiatrie v léčbě depresivních poruch. Dalšímu rozvoji ale bránily poměrně vysoké náklady na vybavení a jeho nedostupnost. Větší rozvoj je možné zaznamenat pouze v Austrálii, kde velké vzdálenosti a náklady na cestu k lékařům dokázaly vyrovnat velké náklady při provádění videokonferencí. V Evropě, kde vzdálenost nepředstavuje takový problém, lze mluvit o rozvoji telepsychiatrie pouze v oblasti telefonního spojení. Je možné připomenout existenci mnoha různých linek důvěry zaměřených na ohroženou populaci. Teprve současná doba umožňuje snížení nákladů na technologické vstupy, a tak můžeme teprve v tomto desetiletí mluvit o výrazném nárůstu telemedicíny. Začíná se používat terminu e-psychiatrie, ve které dochází k použití webových stránek a jiných možností, které nabízí internet.

V současné době existuje více než 15 000 webových stránek zaměřených na medicínu. Podle ISMHO (International Society for Mental Health Online) v současné době existuje asi 300 e-terapeutů a jejich počet bude zcela jistě narůstat.

### Možnosti e-psychiatrie

V současné době nepozorujeme zájem pacientů, kteří jsou již zavedeni v psychiatrické péči, o změnu na terapii on-line. E-terapie bude výhodná pro populaci, která nemá možnost se běžnou cestou spojit s klasickými metodami psychiatrie. Mezi ně je možné zahrnout:

- lidí se zvláštními potřebami, např. hendikepovaní, nedoslýchaví
- agorafobiky
- lidí žijících v nepřístupných nebo vzdálených oblastech
- lidí s ambivalentními postoji k terapii
- lidí s nedostatkem času – obchodníci, manažeři a pod.
- lidí obávajících se stigma psychiatrie.

### Nevýhody

#### Bezpečnost a důvěrnost komunikace

Připojením na internet umožňujeme mnoha lidem nahlížet do svého soukromí, což nemusí být pro mnohé příliš příjemné. Existují ale již vyzkoušené možnosti zabezpečení, např. při on-line bankovních operacích, které se dají použít i v těchto případech.

### Kvalifikace e-terapeuta

Licence platná pro jeden stát nemusí být uznána v jiných zemích. Je lépe proto pacienty varovat před použitím neověřených stránek ze zemí, které nejsou jejich domovem.

### Vyšetření pacienta

On-line vyšetření se odlišuje od běžné praxe, kterou známe. Chybí fyzický kontakt, sledování chování pacienta. Ve většině případů odpadá nutnost vytvoření atmosféry počáteční důvěry – většina pacientů přistupuje přímo k problému již při prvním kontaktu.

### Stanovení diagnózy

Možnost stanovení diagnózy je omezená, pacient nám často uvede jen část problémů, které považuje za nutné, proto je lepší vyhnout se vyslovení konečné diagnózy. I přesto například zkušenosti z linek důvěry ukazují na účinnost tohoto způsobu terapie.

### Způsob úhrady

V naší zemi není placení po internetu příliš běžná věc. Reakce zdravotních pojišťoven na požadavek proplacení e-terapie z běžného zdravotního pojištění nelze příliš dobře předvídat.

### E-terapie na oddělení

On-line terapie existuje na oddělení již od roku 1998. V rámci internetových stránek mají klienti možnost se vyjadřovat k jejich obsahu ale i pokládat otázky.

Během doby, kdy naše linka důvěry existuje, se podařilo uskutečnit celkem 65 kontaktů. Hodnota, která je přiřazena položce „ostatní“, je kontakt antipsychiatrického hnutí, které propagovalo své stránky a chtělo nám za úhradu několika dolarů posílat informace o tomto hnutí. Zde skutečně nebylo možné rozhodnout o přiřazení k pohlaví. Součet všech kontaktů vypovídá, že někteří z klientů kontaktovali naši linku častěji než jednou (tabulka 1).

Ve většině případů klienti kladli dotazy, které se týkaly přímo jich a jejich zdravotního stavu. O polovinu méně by-

Tabulka 1. Počet kontaktů

muži	23
ženy	19
ostatní	1
celkem	65

lo dotazů na člena rodiny nebo jiného příbuzného (tabulka 2).

Nejvíce dotazů se týkalo depresivních a úzkostných syndromů, velkou část také představovaly různé psychotické stavy a problematika závislosti (tabulka 3).

I když je na vstupní stránce poznámka, že je možné psát i anonymně, žádný z e-mailů, které jsme dostali, nebyl nepodepsaný, kromě již uvedeného antipsychiatrického hnutí. Jako anonymní považujeme takové, které byly buď pod přezdívkou nebo podepsané jen křestním jménem. Otázka anonymity je sporná, protože i plné jméno může být vymyšlené (tabulka 4).

### Diskuze

Na první pohled se může zdát, že počet kontaktů není nijak vysoký. V úvahu je nutné ale brát nejen to, že internet i přes svůj nepochybný rozvoj není ještě dostupný tolik jako třeba telefon, ale také poměrně nízkou propagací našich stránek, které je možné najít na vyhledávači Seznam a přímo na stránkách Nemocnice České Budějovice ([www.nemcb.cz](http://www.nemcb.cz)).

E-terapie mění možnosti interakce v léčbě psychických nemocí. Pokud nepřijmeme šanci, kterou nám nabízí, je možné, že se mnoha našim klientům nedostane včasné po-

### Literatura

1. Marian O, Dunaway MA. L.M.F.T. Assessing the Potential of Online Psychotherapy, *Psychiatric Times* 2000: 10.

### Tabulka 2. Dotazy

rada pro sebe	22
rada pro někoho jiného	11
ostatní	2

### Tabulka 3. Nejčastější diagnostické okruhy, kterých se týkaly dotazy

depresivně úzkostný syndrom	15
partnerské potíže	8
psychózy	6
poruchy příjmu potravy	5
drogy	5
sociální fobie	4
sexuální problémy	3
patologické hráčství	2
obsedantně kompulzivní porucha	2
ostatní	1

### Tabulka 4. Anonymita

anonymní	21
podepsané	14

moci, která by mohla změnit jejich život. Je důležité, aby veřejnost byla o těchto možnostech informována a odborníci se naučili využívat výhod, které jim poskytuje.

2. Paul E, Ruskin. A Study of Telepsychiatry for the Treatment of Depression, *Spring/Summer* 1998; 1.