

Laikusoknak szóló összefoglaló – Az önmenedzselts intervenciók osztályozásának létrehozása, valamint az ezzel kapcsolatos megállapodások

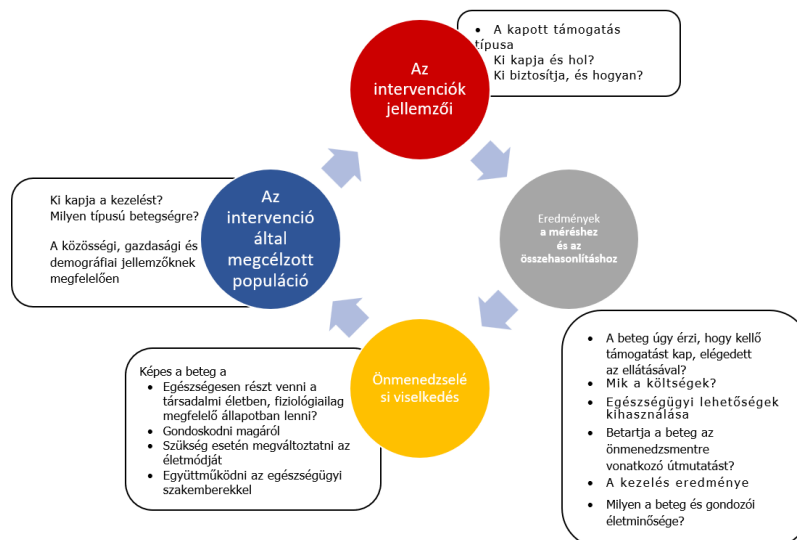
Összegzés

Háttér – Az önmenedzselés iránti érdeklődés fokozódik, mivel **a betegek szerepe is átalakulóban van az egészségügyben**: a legtöbb beteg szeretne aktívabb részt vállalni saját egészségügyi ellátásában. Az önmenedzselts intervenciók (SMI-k)*¹ hatékonyságát vizsgáló tanulmányok száma gyorsan nő, de a kutatások minősége változó, és sokszor eltérő terminológiát is használnak. Ha kialakítunk egy konzisztens **taxonómiát**, azaz elnevezzük és osztályozzuk a különféle intervenciókat, „közös nyelvet” teremthetünk a kutatók, törvényhozók, egészségügyi szakemberek és vezetők, de a betegek és a betegjogi szervezetek számára egyaránt, ami megkönnyíti az önmenedzselts intervenciók területén végzett jövőbeni kutatásokat, valamint megítélésüket is javíthatja.

Cél – Kidolgozni egy **széles körben elfogadott taxonómiát, egy eszközt**, amely egységes elnevezési osztályozási módot kínál az önmenedzselts intervenciókhoz — és segít azonosítani ezeknek az SMI-knek a legfontosabb alkotóelemeit (a COMPARE-EU alá tartozó négy krónikus betegség terén), valamint lehetővé teszi az SMI-k összehasonlítását.

Módszerek – a taxonómia/más néven a **COMPARE-EU eszköz** kidolgozása során a szakirodalom feldolgozására támaszkodtunk. A taxonómiát később ellenőrizte a COMPARE-EU csapata, majd egy, az önmenedzselts-módszerek és a krónikus betegségek nemzetközi szakértőiből, valamint betegképviselőkből álló csapat is validálta.

Eredmények – Kutatásunk 132 központi elemet azonosított az önmenedzselts intervenciók terén, amelyeket négy kategóriába sorolhatunk: 1) az intervenciók jellemzői, 2) az önmenedzseltshez kapcsolódó viselkedési módok, 3) a különböző intervenciók és fókuszcsoportok felmérésére és összehasonlítására szolgáló eredmények, valamint 4) populáció, amely számára alkalmasak lehetnek az egyes intervenciók. Az alábbi ábra a legrelevánsabb kategóriákat ismerteti.



¹ *Az önmenedzselts intervenciók fontos egészségügyi eszközök, mivel segítenek kezelni a krónikus betegségekhez kapcsolódó összetett egyéni, társadalmi és gazdasági hatásokat, javítani az eredményeket, valamint csökkenteni a krónikus betegségekhez kapcsolódó egészségügyi költségeket. A jelen projekt kontextusában az **önmenedzselts** definíciója a következő: „amit az egyének, a családok és a közösségek tesznek az egészségügyi szakemberek támogatásával vagy anélkül az egészség javítása, fenntartása vagy helyreállítása, valamint a betegséggel és fogyatékkal való megbirkózás érdekében”. Ide tartozik többek között az önálló megelőzés, az öndiagnózis, az öngyógyítás, valamint a betegség és a fogyatékos önműködő kezelése.

Háttér –

Az elmúlt tíz évben több mint 41 100 cikket publikáltak az önmenedzselte intervenciokról (SMI-kről) és a kapcsolódó módszerekről. Ez a növekvő érdeklődés arra is utalhat, hogy a **betegek egyre aktívabb szerepet töltenek be az egészségügyben, egyre inkább a kezelési módok közös tervezőiként tekintik őket, nem csupán a kezelés passzív alanyainak.**

Számtalan tanulmány létezik, de az önmenedzsmentre nem létezik **általánosan elfogadott** definíció, és a kutatások, orvosok és egészségügyi törvények gyakran eltérő lépéseket írnak elő hozzá. Ez megnehezíti a különféle kezelések összehasonlítására törekvő kutatók dolgát, mivel *túlzottan nagy* eltérések mutatkoznak az elvégzett tevékenységek és az elért eredmények leírása terén.

Az önmenedzselte intervenciók betegek számára képviselt értéke

A krónikus betegségekben szenvedő emberek általában maguk menedzselik az állapotukat, amire otthon és a közösségekben kerül sor, ebben gyakran családtagok vagy más informális támogatók segítik őket. A krónikus betegségek megfelelő ellátásának alapvető része, hogy megfelelő támogatást nyújtsunk a szülőknak és a gondozóknak az önmenedzseléshez, és elősegítsük, hogy a betegek teljes életet élhessenek. A megfelelő önmenedzselte intervenciók segítségével a betegek egészségesebben élhetnek, mivel aktívan részt vehetnek ellátásuk alakításában. **Az önmenedzsmen az egészségügyi kirakós fontos darabja: ha a betegek hatékonyabban tudják kezelni a betegségüket, érzelmi és fizikai szempontból egyaránt jobb életminőséget érhetnek el.**

Kinek lehet szüksége erre az eszközre?

Az osztályozást elősegítő eszköz segítségével a kutatók közös és univerzálisan elfogadott elképzelésekre támaszkodhatnak a különféle, sokszor összetett tényezők besorolásakor. Ez a formalizált eszköz segít, hogy a COMPAR-EU projekt résztvevői meghatározzák a krónikus betegségekhez kapcsolódó önmenedzselte intervenciók legfontosabb típusait, és összehasonlítsák a sokszor rendkívül különböző intervenciókat. Ezért olyan fontos ez az eszköz a COMPAR-EU projekt munkájához.

A [COMPAR-EU](#) egy uniós támogatással futó projekt, amelynek célja, hogy hidat teremtsen a kutatásokból nyert ismeretek és az intervenciók terén ténylegesen alkalmazott gyakorlatok között. A COMPAR-EU eszköz segítséget nyújt egy közös nyelv kialakításában, amely segíthet megérteni az önmenedzselte intervenciókat, felmérni a jövőbeni kutatások tényleges hatását, valamint összehasonlítani a különböző intervenciókat. Fontos, hogy az eszközt bármilyen háttérű olvasó könnyen megértse, emellett hiánytalan és velős legyen.

Hiszünk benne, hogy ezzel az önmenedzselte intervenciókhoz készült módszerrel hasznos eszközt adunk a jövőbeni kutatók kezébe, amellyel hatékonyabban elemezhetjük, létrehozhatjuk és alkalmazhatjuk a krónikus betegségekkel élőket segítő önmenedzselte intervenciókat.

Az „önmenedzsmen” kifejezés alatt azt értjük, amikor egy krónikus betegségben szenvedő személy maga teszi meg az állapota menedzseléséhez szükséges lépéseket, figyeli és kézben tartja a betegség jeleit, tüneteit, és orvosával/orvosaival együttműködve szükség esetén kiigazítja a kezelést, és tisztában van vele, hogy mikor kell változtatnia a viselkedésén (például szigorúan követni az előírt kezelést, valamint a munkával, pihenéssel és más napi tevékenységekkel kapcsolatos előírásokat).

Hogyan fejlesztették ki az eszközt?

A COMPAR-EU eszközt meglévő kutatások alapján fejlesztették ki, és jóváhagyásában egy önmenedzsmet-módszerekben és krónikus betegségekben jártas nemzetközi szakértőkből, valamint betegképviselőkből álló csoport is részt vett. A jóváhagyáshoz strukturált kommunikációs módszert használtunk, amelynek segítségével a csoportok kérdésekre válaszolva tudnak egyetértésre jutni. A szakértői csoport két kérdéssorozatra válaszolva jutott megállapodásra.

Az eszköz 132 fontos elemet határoz meg az önmenedzselte intervenciók terén, amelyeket négy kategóriába sorolhatunk: 1) az intervenciók jellemzői, 2) az önmenedzsmenethez kapcsolódó viselkedési módok, 3) a különböző intervenciók felmérésére és összehasonlítására szolgáló eredmények, valamint 4) populáció, amely számára alkalmasak lehetnek az egyes intervenciók. Az alábbi ábra a legrelevánsabb kategóriákat ismerteti.

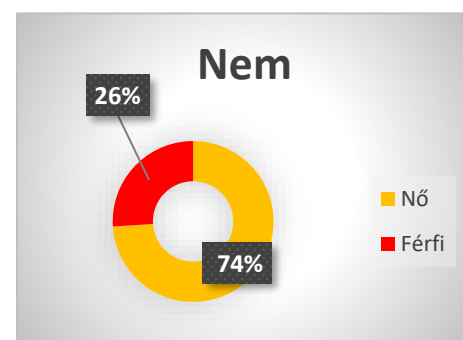
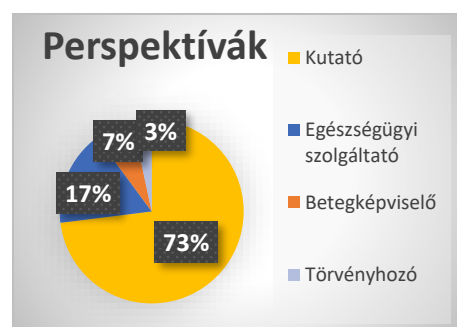
Mit érdemes tudni a szakemberekről?

A szakemberek a következő országokból érkeztek: Egyesült Királyság, Ausztrália, Írország, Kanada, Spanyolország, Norvégia, Belgium, Egyesült Államok és Németország.

Mivel egészíti ki az eszköz meglévő ismereteinket?

A COMPAR-EU eszköz legfontosabb jellemzője, hogy *teljes körű* áttekintést kíván nyújtani az önmenedzselte intervenciókról.

Korábbi kutatások megállapították, hogy az önmenedzselte intervenciók legfontosabb jellemzői közé tartozik az elvégzés módja, az intenzitás, valamint a viselkedés megváltoztatására való törekvés. Az önmenedzselte intervenciók témájában született 257 korábbi kutatás áttekintésével a COMPAR-EU csapata szilárd alapokat rakott le egy új és átfogó eszköz megalkotásához, amely az önmenedzselte intervenciók összes fontos aspektusát figyelembe veszi.



Az eszköz erősségei és korlátai

Erősségek

- ✓ Ez az első teljes taxonómia, amely nem csupán az önmenedzsmet lehetőségeire fókuszál, **hanem** az intervenciók más jellemzőit is figyelembe veszi, és az olyan tényezőkkel is foglalkozik, mint például a célcsoport, a betegek viselkedése, valamint az elért eredmények.
- ✓ A jóváhagyásában részt vevő szakértői csoport közel 10 év tapasztalatára támaszkodhatott, tagjai különböző szakmai területekről érkeztek. A csoport egyes tagjai egynél több területen is szakértőnek számítanak.
- ✓ A használt strukturált kommunikációs módszer a konszenzus elérésének tudományosan bizonyított módja.

Korlátozások

- A részvételi meghívásra a megkeresett szakemberek aránylag alacsony százaléka reagált, ugyanakkor a végleges minta alkalmasnak tekinthető a kérdéses módszer alkalmazásához.

- A kezelések száma, a kapott dózisok száma és/vagy az intervenciók hossza nem szerepel a jellemzők között, mivel ezeket nem tekintették a vizsgált önmenedzselt intervenciók kiemelten fontos elemeinek.
- Az egyik legnagyobb kihívás az volt, hogy egyensúlyt találjunk az osztályozás precizitása és a rendkívül részletes osztályozások korlátozott statisztikai hasznossága között.

Mik a következő lépések?

A COMPAR-EU projekt az eszközt felhasználva a projekt hatálya alá tartozó négy krónikus betegség (II-es típusú cukorbetegség, elhízás, krónikus obstruktív tüdőbetegség (COPD) és szívelégtelenség) tárgyában készült vizsgálatokat fog ellenőrizni, hogy megállapítsa, megfelelően működik-e az eszköz. E tevékenység alapján megtehetjük a szükséges módosításokat, és a jövőbeni kutatásokat is megkönnyíthetjük.

Hiszünk benne, hogy az eszköz hozzájárulhat a jövőbeni kutatások sikeréhez, mivel egyértelmű módszert kínál az intervenciók osztályozására. Javasoljuk, hogy a kutatók, az egészségügyi szakemberek, a törvényhozók és mások a következő célokra használják az eszközt:

- › Az önmenedzselt intervenciók kategorizálása az elfogadott terminológia és definíciók alapján.
- › A krónikus betegségekkel kapcsolatos kutatások átültetése a gyakorlatba.
- › Önmenedzsment-módszerek tervezése, a meglévő módszerek osztályozása.
- › A meglévő kutatások áttekintése, a különféle önmenedzselt intervenciók összehasonlítása.
- › Hatékonyabb beszélgetések lefolytatása a betegek és egészségügyi szolgáltatóik között az adott helyzetben legmegfelelőbb önmenedzselt intervencióról [ezt teszik a beteg/egészségügyi szakember közötti döntésszolgáltató eszközök].

Szeretne többet tudni?

Kérjük, vegye fel a kapcsolatot az: contact@self-management.eu

Vagy látogasson el a projekt honlapjára: <https://self-management.eu/>.

Projektkoordinátor –



Projekt partnerek –



This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 Research and Innovation Programme under grant agreement No 754936. The content of this leaflet reflects only the COMPAR-EU groups' views, and the European Commission is not liable for any use that may be made of the information contained herein.

