



# Συμμόρφωση με τη θεραπεία

---

Μαρία Σαμακουρή  
Καθηγήτρια Ψυχιατρικής Δ.Π.Θ.



# ορισμός

---

- Ο βαθμός κατά τον οποίο η συμπεριφορά ενός ατόμου αντιστοιχεί με τις συμφωνημένες οδηγίες ενός παρόχου υγείας
- Η συμπεριφορά αφορά:
  - τη λήψη φαρμακευτικής αγωγής
  - τη δίαιτα
  - αλλαγές του τρόπου ζωής



# Η σχέση κλινικού ασθενούς

---

- Η ποιότητα αυτής της σχέσης σημαντικός παράγοντας της συμμόρφωσης
- Συζητούνται εναλλακτικά θεραπευτικά σχήματα
  - Το θεραπευτικό σχήμα επιδέχεται διαπραγμάτευση
  - Συζητείται η συμμόρφωση
  - Σχεδιάζεται η παρακολούθηση



# adherence-concordance- compliance

---

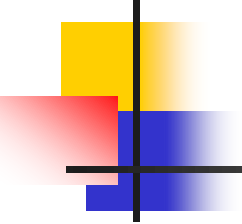
- Προσκόλληση, συμφωνία, συμμόρφωση
- Με την έννοια compliance υπονοείται  
ότι
  - ο ασθενής ακολουθεί παθητικά τις ιατρικές οδηγίες και
  - το σχέδιο θεραπείας δεν έχει στηριχθεί στη θεραπευτική συμμαχία



# συμμόρφωση

---

- Υψηλότερη μεταξύ των ασθενών με οξείες καταστάσεις
- Μετά τους 6 μήνες θεραπείας μειώνεται πολύ
- Στις αναπτυγμένες χώρες
  - Η συμμόρφωση σε μακροχρόνιες θεραπείες, στο γενικό πληθυσμό, είναι περίπου 50%
- Στις αναπτυσσόμενες είναι πολύ μικρότερη

- 
- 
- Πτωχή συμμόρφωση συνεπάγεται
    - Σημαντική επιδείνωση της νόσου
    - Θάνατο
    - Αυξημένο κόστος των υπηρεσιών υγείας
    - Υπάρχουν αυξανόμενες αποδείξεις ότι καλύτερη συμμόρφωση μπορεί να έχει ευνοϊκότερη επίδραση στην υγεία του πληθυσμού από οποιαδήποτε άλλη πρόοδο που αφορά εξειδικευμένες ιατρικές θεραπείες



# συμμόρφωση-μέτρηση

---

- Στην περίπτωση των φαρμάκων:
  - ποσοστό συμμόρφωσης είναι το ποσοστό των συνιστώμενων δόσεων που πράγματι έλαβε ο ασθενής σε μια συγκεκριμένη χρονική περίοδο
- Καλή – κακή συμμόρφωση
- Η ικανότητα των κλινικών να αξιολογούν τη συμμόρφωση είναι περιορισμένη
- Δεν υπάρχει απολύτως ικανοποιητική μέθοδος μέτρησης
- Συνδυασμός μεθόδων ασφαλέστερος

# Μέθοδοι μέτρησης

## άμεσες μέθοδοι

δοκιμασία	πλεονεκτήματα	μειονεκτήματα
άμεσα επιτηρούμενη θεραπεία	περισσότερο ακριβής	Κρύβουν δισκία στο στόμα / μη πρακτική
μέτρηση επιπέδων φαρμάκου σε αίμα	αντικειμενική	ποικιλομορφία μεταβολισμού / συμμόρφωση λευκής μπλούζας / ακριβή
μέτρηση στο αίμα, βιολογικού σημασμένου δείκτη που προστίθεται στο φαρμακευτικό σκεύασμα	αντικειμενική / μέτρηση του εικονικού φαρμάκου /	ακριβή / απαιτεί συλλογή βιολογικών υγρών



# Μέθοδοι μέτρησης

## έμμεσες μέθοδοι

δοκιμασία	πλεονεκτήματα	μειονεκτήματα
ερωτηματολόγια και αυτοαναφορές ασθενών	απλή / φτηνή / η πιο χρήσιμη στην κλινική	πιο εύκολα λάθη, όσο αυξάνεται ο χρόνος μεταξύ των επισκέψεων / παραποίηση από ασθενή
μέτρηση δισκίων	αντικειμενική / ποσοτικοποιούμενη / εύχρηστη	ο ασθενής μπορεί να πετάει δισκία
ρυθμός ανανέωσης συνταγών	αντικειμενική / εύκολη συλλογή δεδομένων αν υπάρχουν αρχεία	διαθέσιμη βάση συνταγών / μπορεί να προμηθεύεται και να μην καταναλώνει τα φάρμακα

# Μέθοδοι μέτρησης

## έμμεσες μέθοδοι (συνέχεια)

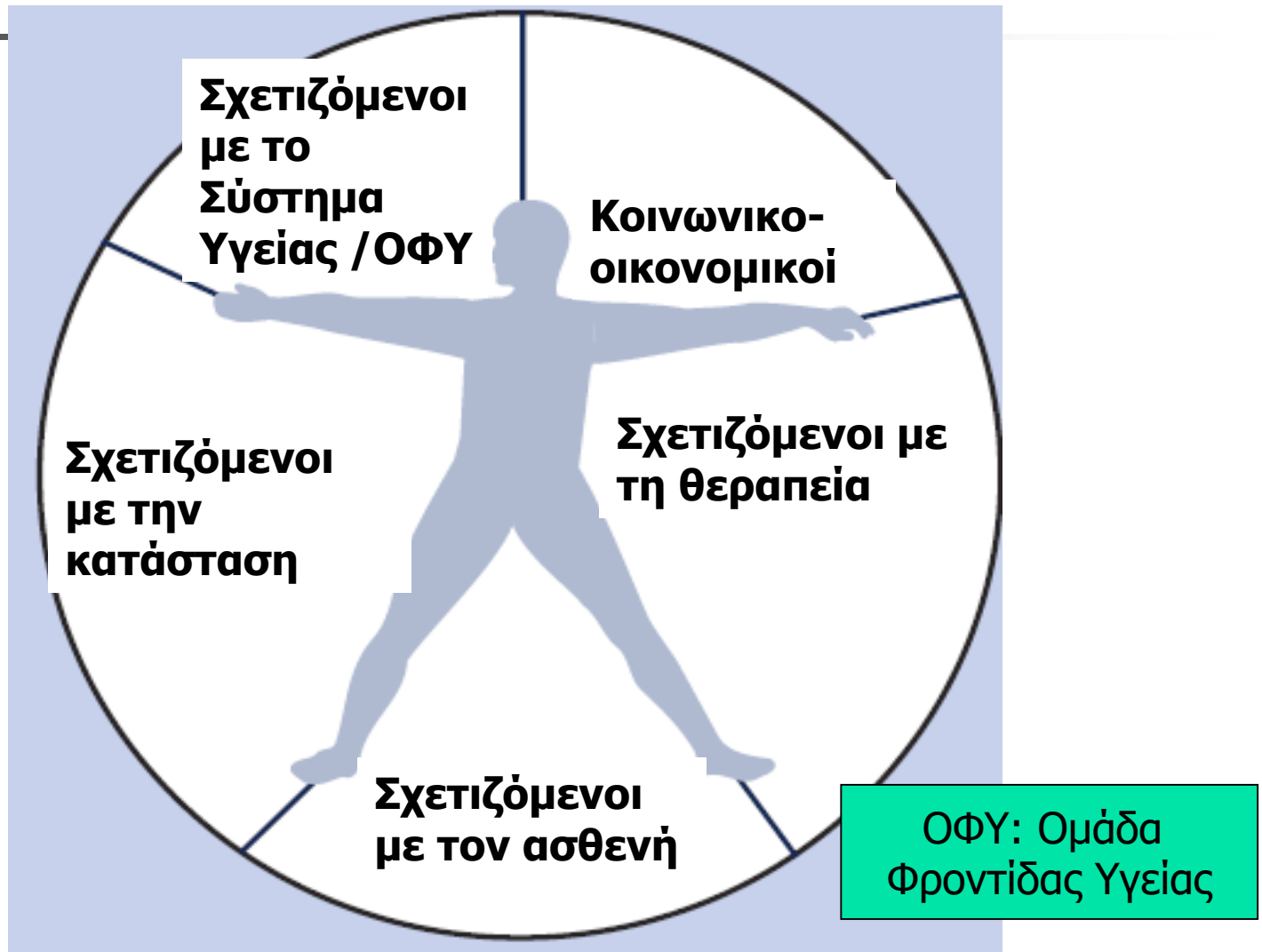
δοκιμασία	πλεονεκτήματα	μειονεκτήματα
αξιολόγηση της κλινικής απάντησης	απλή / εύχρηστη	επηρεάζεται και από άλλους παράγοντες
ηλεκτρονική παρακολούθηση των φαρμάκων (ειδικοί περιέκτες)	ακριβής / εύκολη ποσοτικοποίηση / υποδεικνύει τα πρότυπα λήψης φαρμάκων	ακριβή / απαιτεί επανειλημμένες επισκέψεις και «κατέβασμα» δεδομένων
μέτρηση φυσιολογικών δεικτών (π.χ. σφυγμός)	εύχρηστη	άλλοι λόγοι για απουσία του δείκτη (έλλειψη απάντησης, ποικιλομορφία μεταβολισμού)

# Μέθοδοι μέτρησης

## έμμεσες μέθοδοι (συνέχεια)

δοκιμασία	πλεονεκτήματα	μειονεκτήματα
ημερολόγια ασθενών	υποβοηθητική σε περιπτώσεις διαταραχών μνήμης	εύκολα τροποποιείται από τον ασθενή
ερωτηματολόγια για γονείς/δασκάλους	απλή, αντικειμενική	εύκολη η παραποίηση

# Παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμόρφωση

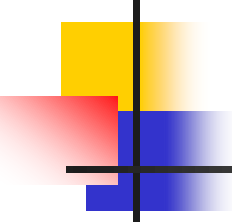




# Επιβαρυντικοί κοινωνικοοικονομικοί παράγοντες

---

- Χαμηλό ΚΟΕ
- Φτώχεια
- Χαμηλό επίπεδο εκπαίδευσης-αναλφαβητισμός
- Ανεργία
- Έλλειψη επαρκών κοινωνικών υποστηρικτικών συστημάτων
- Ασταθείς συνθήκες διαμονής
- Μεγάλη απόσταση από τον σταθμό θεραπείας
- Περιβαλλοντικές αλλαγές
- Αρνητικές δοξασίες για τη νόσο και τη θεραπεία
- Δυσλειτουργία στην οικογένεια



# Επιβαρυντικοί παράγοντες που αφορούν την ομάδα φροντίδας υγείας και το σύστημα υγείας

- Κακή σχέση κλινικού ασθενούς
- Ανεπαρκής ανάπτυξη υπηρεσιών υγείας
- Ανεπαρκής ασφαλιστική κάλυψη
- Ανεπαρκείς γνώσεις και εκπαίδευση των κλινικών
  - για τις διαταραχές
  - τη συμμόρφωση και τις μεθόδους βελτίωσής της

# Επιβαρυντικοί παράγοντες που αφορούν την ομάδα φροντίδας υγείας και το σύστημα υγείας

- Υπεραπασχόληση των κλινικών
- Μικρές συνεδρίες
- Έλλειψη κινήτρων και ανατροφοδότησης
- Ανεπαρκής συνέχεια στη φροντίδα
- Ανεπάρκειες του συστήματος στο
  - να εκπαιδεύει τους ασθενείς
  - να εξασφαλίζει την παρακολούθηση
  - να εξασφαλίζει κοινοτική υποστήριξη



# Παράγοντες που συνδέονται με το είδος της διαταραχής

---

- Σοβαρότητα των συμπτωμάτων
- Βαθμός προκαλούμενης ανικανότητας
  - σωματικής
  - κοινωνικής
  - επαγγελματικής
- Ρυθμός εξέλιξης και σοβαρότητα της νόσου
- Ύπαρξη αποτελεσματικής θεραπείας
- Συννοσηρότητα
  - κατάθλιψη
  - εξαρτήσεις





# Παράγοντες που συνδέονται με τη θεραπεία

---

- Πολυπλοκότητα του θεραπευτικού σχήματος
- Διάρκεια της θεραπείας
- Ιστορικό θεραπευτικών αποτυχιών
- Συχνές αλλαγές στη θεραπεία
- Αμεσότητα θεραπευτικού αποτελέσματος
- Παρενέργειες και διαθεσιμότητα του ιατρού να τις αντιμετωπίσει



# Παράγοντες που συνδέονται με τον ασθενή

---

- Ο ασθενής
  - αμελεί, ξεχνάει
  - έχει ψυχοκοινωνικό στρες
  - έχει ανησυχία για ενδεχόμενες παρενέργειες
  - έχει ανεπαρκές κίνητρο
  - έχει ανεπαρκή γνώση και ικανότητες για τη διαχείριση των συμπτωμάτων της νόσου και της θεραπείας



# Παράγοντες που συνδέονται με τον ασθενή

---

- Ο ασθενής
  - δεν αντιλαμβάνεται την ανάγκη θεραπείας
  - δεν αντιλαμβάνεται τα αποτελέσματα της θεραπείας
  - δεν πιστεύει στην αποτελεσματικότητα της θεραπείας
  - Παρανοεί ή/ και δεν αποδέχεται τη νόσο
  - Δυσπιστεί ως προς τη διάγνωση



# Παράγοντες που συνδέονται με τον ασθενή

---

- Ο ασθενής
  - δεν αντιλαμβάνεται τους κινδύνους που διατρέχει λόγω της νόσου
  - παρανοεί τις θεραπευτικές οδηγίες
  - δεν αποδέχεται την παρακολούθηση
  - έχει χαμηλές προσδοκίες από τη θεραπεία
  - δεν προσέρχεται τακτικά στα ραντεβού



# Παράγοντες που συνδέονται με τον ασθενή

---

- Ο ασθενής
  - έχει αίσθημα απέλπιδου και αρνητικά συναισθήματα
  - έχει απογοήτευση από τους λειτουργούς της υγείας
  - αισθάνεται φόβο εξάρτησης
  - αισθάνεται ανησυχία για την πολυπλοκότητα του θεραπευτικού σχήματος
  - αισθάνεται στιγματισμένος λόγω της νόσου

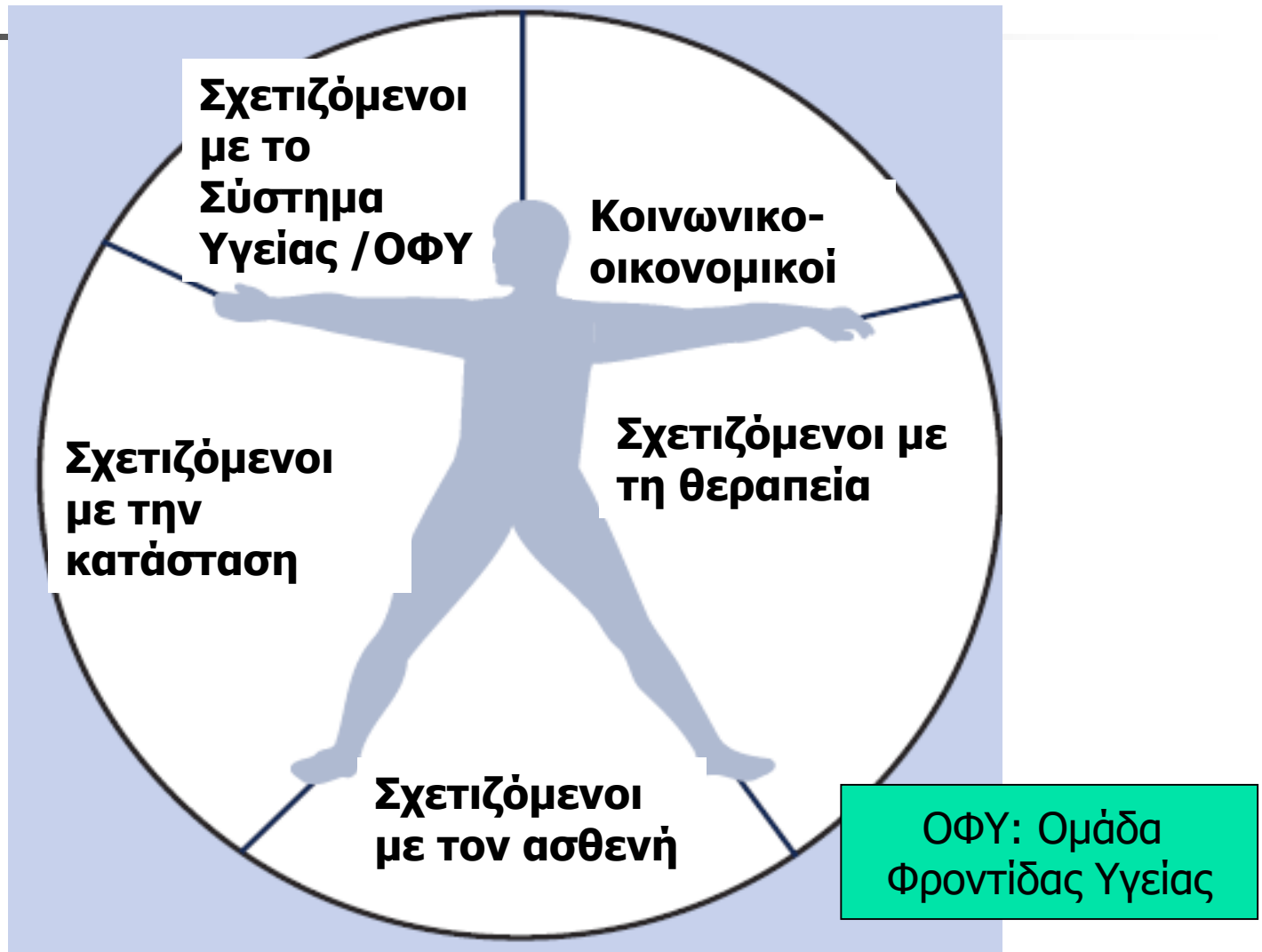


# Παρέμβαση στις 5 διαστάσεις

---

- Γιατί δεν λύνεται το πρόβλημα της μη-συμμόρφωσης?
  - αν και έχουν αναπτυχθεί αποτελεσματικές παρεμβάσεις;
- Οι πιο αποτελεσματικές παρεμβάσεις είναι αυτές
  - που στοχεύουν σε περισσότερες της μιας διαστάσεις συγχρόνως
  - πραγματοποιούνται από ομάδες παροχής φροντίδας υγείας

# Παράγοντες που επηρεάζουν τη συμμόρφωση





# Προγνωστικοί δείκτες ανεπαρκούς συμμόρφωσης

---

- Συνύπαρξη ψυχολογικών προβλημάτων και ιδιαίτερα κατάθλιψης
- Διαταραχές μνήμης
- Θεραπεία μη συμπτωματικής νόσου
- Ανεπαρκής παρακολούθηση
- Παρενέργειες θεραπείας
- Ο ασθενής δεν πιστεύει στην αποτελεσματικότητα της θεραπείας





# Προγνωστικοί δείκτες ανεπαρκούς συμμόρφωσης

---

- Ο ασθενής δεν έχει επίγνωση της νόσου
- Μη ικανοποιητική σχέση κλινικού-ασθενούς
- Εμπόδια στη φροντίδα ή τη φαρμακευτική αγωγή
- Χαμένα ραντεβού
- Πολύπλοκο σχήμα θεραπείας
- Θεραπεία υψηλού κόστους για τον ασθενή



# Στρατηγικές βελτίωσης της συμμόρφωσης

---

- Εξακρίβωσε μη ικανοποιητική συμμόρφωση
  - Δείκτες
    - Απώλεια ραντεβού
    - Έλλειψη ανταπόκρισης στην αγωγή
    - Δεν επαναλαμβάνει συστηματικά τη συνταγογράφηση
  - Ρώτα για εμπόδια στη συμμόρφωση, χωρίς να είσαι επικριτικός
- Υπογράμμισε τη σημασία της θεραπείας και της συμμόρφωσης



# Στρατηγικές βελτίωσης της συμμόρφωσης

---

- Εκμαίευσε τα συναισθήματα του ασθενούς που αφορούν την ικανότητά του να ακολουθήσει τη θεραπεία
- Σχεδίασε πώς θα τον βοηθήσεις να γινα βελτιώσεις τη συμμόρφωση
- Δώσε απλές και σαφείς οδηγίες και απλοποίησε το θεραπευτικό σχήμα
- Ενθάρρυνε τη χρησιμοποίηση «συστήματος λήψης φαρμάκων»



# Στρατηγικές βελτίωσης της συμμόρφωσης

---

- Άκου τον ασθενή και φτιάξε το θεραπευτικό σχήμα παίρνοντας υπόψη τις επιθυμίες του
- Εξασφάλισε βοήθεια από την οικογένεια, φίλους, και υπηρεσίες της κοινότητας, εάν είναι απαραίτητο
- Ενίσχυσε επιθυμητές συμπεριφορές και αποτελέσματα



# Στρατηγικές βελτίωσης της συμμόρφωσης

---

- Χρησιμοποίησε φάρμακα των οποίων η αποτελεσματικότητα δεν επηρεάζεται από την καθυστέρηση ή και την απώλεια δόσεων, εάν η συμμόρφωση δεν είναι πιθανή
  - Φάρμακα με μακρό χρόνο ημίσειας ζωής
  - Φάρμακα μακράς διάρκειας δράσης
  - Διαδερμικά σκευάσματα



# υπέρταση

---

- Η θεραπεία περιλαμβάνει
  - φάρμακα
  - δίαιτα
- Δεν προκαλεί συμπτώματα
- Παρενέργειες αγωγής
- Ο ασθενής να συμμετέχει στην επιλογή και προσαρμογή της φαρμακευτικής αγωγής όπως και των αλλαγών στις συνήθειες ζωής του



# υπέρταση

---

- Αυτοέλεγχος της αρτηριακής πίεσης
- Απλοποίηση των οδηγιών
- Ελαχιστοποίηση του αριθμού των ημερήσιων δόσεων
- Χρησιμοποίηση φαρμάκων
  - μακρού χρόνου ημίσειας ζωής
  - που η αποτελεσματικότητά τους δεν επηρεάζεται από την παράλειψη λίγων δόσεων
  - Διαδερμικών σκευασμάτων



# παιδιατρική

---

- Απαιτείται τόσο η συνεργασία του παιδιού όσο και η επιμονή ενός αφοσιωμένου «συμμορφούμενου» γονέα
- Η συμμόρφωση των παιδιών και εφήβων με χρόνιες νόσους κυμαίνεται στο 50%, όπως και στους ενήλικες
- Συμπεριφορικές τεχνικές (token reinforcement system)
  - Προνόμια, συμμετοχή σε δραστηριότητες ή άλλες ανταμοιβές
- Χρήση εύγεστων φαρμάκων





# Σχιζοφρένεια

---

## ΑΡΑ

- συμμόρφωση: παραλείπεται <20% του φαρμάκου
- μερική συμμόρφωση: παραλείπεται μεταξύ του 20% & 80% του φαρμάκου
- Μη-συμμόρφωση: παραλείπεται >80% του φαρμάκου



# Σχιζοφρένεια

---

- Παράγοντες που συμβάλλουν σε μη-συμμόρφωση
  - συνδεδόμενοι με τη νόσο
  - συνδεδόμενοι με τη θεραπεία
  - ψυχοκοινωνικοί



# Σχιζοφρένεια

---

## Παράγοντες που συνδέονται με τη νόσο

### ■ Πτωχή επίγνωση

- Αναγνώριση της ψυχικής διαταραχής
- Ορθή απόδοση των συμπτωμάτων στην παθολογία της διαταραχής
- Αναγνώριση των πλεονεκτημάτων της θεραπείας
- Φαύλος κύκλος μη συμμόρφωση-πτωχής επίγνωσης



# Σχιζοφρένεια

---

Παράγοντες που συνδέονται με τη νόσο

- **Βαρύτητα της νόσου**
  - ιδέες μεγαλείου
  - καχυποψία
  - μεγάλη ανησυχία
  - διαταραχή γνωστικών λειτουργιών



# Σχιζοφρένεια

---

Παράγοντες που συνδέονται με τη  
φαρμακευτική θεραπεία

- ανεπιθύμητες ενέργειες
  - όχι όσο είχε υποθεθεί
- αποτελεσματικότητα
  - μείζονος σημασίας
- πολυπλοκότητα
- κόστος



# Σχιζοφρένεια

---

## Ψυχολογικοί και κοινωνικοί παράγοντες

- στιγματισμός της νόσου και της θεραπείας
- στρεσογόνοι παράγοντες στο περιβάλλον
- ανεπαρκής κοινωνική υποστήριξη
- ανεπαρκής θεραπευτική σχέση
- χρήση ουσιών



# Σχιζοφρένεια

---

## Παρεμβάσεις στη νόσο

- Συσκευές υποστήριξης (π.χ. Cognitive Adaptive Therapy)
  - Σε ασθενείς με γνωστικά ελλείμματα ή αποδιοργάνωση
  - Προειδοποιήσεις, περιέκτες μιας δόσης, ημερολόγια
- Γνωστική-συμπεριφορική θεραπεία
- Ψυχοεκπαίδευση



# Σχιζοφρένεια

---

Παρεμβάσεις στη φαρμακευτική θεραπεία (αναλόγως του αιτίου)

- βελτιστοποίηση της δοσολογίας για την αντιμετώπιση της συμπτωματολογίας
- επαρκής χρόνος πριν την αλλαγή της δοσολογίας ή την προσθήκη φαρμάκων
- χρήση ενέσιμων σκευασμάτων μακράς διάρκειας δράσης ή δισκίων που διαλύονται στο στόμα
- μείωση της δόσης ή αλλαγή φαρμάκου για την αντιμετώπιση ανεπιθύμητων ενεργειών
- απλοποίηση του θεραπευτικού σχήματος
- παρακολούθηση της λήψης των φαρμάκων





# Σχιζοφρένεια

---

Παρεμβάσεις σε ψυχολογικούς και κοινωνικούς παράγοντες

- Ομάδες υποστήριξης
  - Συμβάλλουν στη θεραπεία εξάρτησης από ουσίες
  - Παρέχουν ψυχοεκπαίδευση
- Καλλιέργεια της θεραπευτικής σχέσης



# κατάθλιψη

---

- Η κλινική αποτελεσματικότητα της φαρμακευτικής θεραπείας της κατάθλιψης περιορίζεται από
  - μη συμμόρφωση
  - υποδιάγνωση
  - όχι βέλτιστο θεραπευτικό σχήμα



# κατάθλιψη

---

- 30-40% των ασθενών θα σταματήσουν τα φάρμακά τους πρώιμα, εάν δεν δοθεί σημασία στο πρόβλημα της μη-συμμόρφωσης
- Μόνο συμβουλευτική και εκπαίδευση βελτιώνει το πρόβλημα
  - Στην αρχή της θεραπείας και επανάληψη σε όψιμες φάσεις της



# κατάθλιψη

---

- Εάν οι ασθενείς ισχυρίζονται επαρκή συμμόρφωση, χωρίς αντίστοιχο κλινικό αποτέλεσμα, τότε η συμμόρφωση μπορεί να είναι πρόβλημα
- Υπάρχουν, στην καλύτερη περίπτωση, μόνον ισχνές ενδείξεις ότι τα νεότερα αντικαταθλιπτικά υπερέχουν στο θέμα της συμμόρφωσης



# κατάθλιψη

---

- Έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικές παρεμβάσεις
  - φροντίδα από ομάδα υγείας
  - εκπαίδευση των επαγγελματιών υγείας σε συμβουλευτική για τη συμμόρφωση
  - από τηλεφώνου συμβουλευτική
  - καλύτερη αξιολόγηση και συχνότερη παρακολούθηση των ασθενών



# κατάθλιψη

---

- Έχουν αποδειχθεί αποτελεσματικές παρεμβάσεις:
  - εκπαίδευση των ασθενών στη χρήση των φαρμάκων και την πρόληψη της υποτροπής
  - συνταγογράφηση που να ταιριάζει στον ασθενή
  - συμβουλευτική σύμφωνα με τις ανάγκες και ανησυχίες του κάθε ασθενούς