

# Trumpa atmintinė apie CAMS taikymą

## CAMS (SSF-4): Pirmoji konsultacija

### Vertinimas (apie 30 minučių)

- \* Paminėkite savižudybės temą konsultacijos pradžioje (per pirmąsias 5 minutes).
- \* Parodykite "Savižudybės statuso formą" - "Pirmąją konsultaciją" - ir paprašykite leidimo atsisėsti greta paciento.
- \* Atsisėskite greta paciento ir užpildykite SSF 1 puslapį, dalį A (pildo pacientas su klinicisto pagalba)
- \* Užpildykite SSF 2 puslapį, B dalį (pildo klinicistas su paciento pagalba)

### Gydymo planavimas (apie 20 minučių)

- \* Pradėkite gydymo planavimą ir užpildykite SSF dalį C (pildo klinicistas su paciento pagalba).
- \* Pradėkite spręsti 1 problemą, kurdami Stabilizavimo planą, pasitelkus CAMS "Stabilizavimo plano" formą (taip pat galite naudoti "Saugos planą", "Krizės atsako planą" ar kitą tinkamą stabilizavimo anketą).
- \* Įvardykite dvi savižudybę sukeliančias problemas kaip atitinkamai 2 ir 3 problemą ir įrašykite tikslus/uždavinius, intervencijas ir numatomą trukmę.
- \* Galbūt aptarkite "postūmių" sąvoką, siejant ją su 2 ir 3 problema.
- \* Pacientas ir klinicistas pasirašo formą; padarykite SSF 1-2 puslapio (dalių A-C) ir SSF Stabilizavimo plano kopijas ir atiduokite pacientui prieš išeinant (arba pacientas gali šiuos dokumentus nusifotografuoti išmaniuoju telefonu).

### Tolesni dokumentai (apie 5 minutes)

- \* Klinicistas užpildo SSF dalį D *po* konsultacijos; tuomet visa SSF Pirmoji konsultacija (įskaitant SSF Stabilizavimo planą, jei toks taikomas) nuskenuojama į elektroninius medicininius įrašus (dalys A-D).

## SSF Stabilizavimo planavimas

\* Svarbiausias CAMS gydymo tikslas yra sudaryti įgyvendinti tinkamą ambulatorinį gydymo planą, kurio dėka žmogaus būtų galima *neguldyti* į ligoninę.

\* Šis tikslas pasiekiamas visų pirma kruopščiai kuriant SSF Stabilizavimo planą (taip pat vadinamą Krizės atsako planu arba Saugos planu).

- Tiesiai paaiškinkite, kokia yra jūsų teisinė ar organizacinė atsakomybė tiesioginio pavojaus sau atžvilgiu; atvirai aptarkite tikslą sukurti įgyvendinti tinkamą ambulatorinį gydymo planą
- Patarkite ir nukreipkite, kalbėdamiesi apie tikslą užtikrinti stabilumą ir saugumą be stacionarizavimo
- Nieko neslėpkite, paaiškinkite pacientui, ką galvojate ir ko siekiate
- Empatiškai įvertinkite suicidiškumą kaip priemonę įveikti iš pažiūros nepakeliamą skausmą
- Tačiau visada kelkite klausimą: ar savižudybė tikrai *geriausias* įveikos būdas?
- Apie bet kokius planuojamus veiksmus kalbėkite konkrečiais elgesį reiškiančiais žodžiais
- Sugalvokite pavyzdžių, ką reiktų daryti, ištikus suicidinei krizei, o ne ko reiktų NEDARYTI
- Apgalvokite stabilizavimo plano taikymą:
  - kada jis bus naudojamas?
  - kur jis bus laikomas?
  - kas atsakingas už priegios prie mirtinų priemonių sumažinimą?
  - dėl ko būtų sunku pasinaudoti šiuo planu?

## CAMS: Svarbūs aspektai planuojant gydymą

- Derėkitės dėl laiko ir ieškokite galimybių atidėti suicidinį elgesį, užuot vien siūlę išmėginti naujas ir geresnes įveikos priemones (savęs ramimą)
  - *Atidėjimo, dėmesio atitraukimo ir nukreipimo svarba didelė – svarbu pasiruošimas tam, įveika iš anksto*
  - Visą laiką siekite geranoriškos galimybės ir susitarimo išmėginti apibrėžtos trukmės gydymą /terapiją
  - Aktyviai kreipkitės šeimos ir draugų pagalbos (pacientui sutikus) kaip galimos gydymo sudedamosios dalies
  - CAMS priežiūroje dėmesį dera sutelkti į:
    - (a) didesnę toleranciją skausmui
    - (b) alternatyvių ir geresnių įveikos būdų kūrimą
    - (c) gyvenimą, kurį iš esmės verta gyventi
-

## CAMS Antroji konsultacija (SSF-4) Stebėjimas/papildymas per tarpines konsultacijas

### Vertinimas (apie 60 sekundžių)

- \* Konsultacijos pradžioje paprašykite pacientą užpildyti "Stebėjimo/papildymo per tarpines konsultacijas" formos dalį A.
- \* Peržvelkite dalies A vertinimo balus, kad įsivaizduotumėte, kaip pacientui sekėsi nuo praėjusios konsultacijos.

### Susikaupimas konsultacijai (apie 40 minučių)

- \* Sutelkite dėmesį į CAMS Stabilizavimo planą, paklauskite, kas praėjusią savaitę sekėsi gerai, o kas prastai. Pataisykite, ką prireikia.
- \* Toliau aiškinkite CAMS "postūmių nusižudyti" sampratą

### **Netiesioginiai postūmiai => Tiesioginiai postūmiai => Suicidinis elgesys**

- \* Daugiausiai dėmesio reikėtų skirti postūmių nusižudyti atpažinimui ir gydymui - (pasirinktinai galima kartu su pacientu pradėti šį tą pildyti "CAMS terapiniame užduočių lape").
- \* 2 konsultacijos metu reikėtų pabrėžti dėmesį tiesioginiams postūmiams, nes jie labiausiai susiję su paciento suicininėmis mintimis / elgesiu.

### Gydymo planavimas (apie 10 minučių)

- \* Užbaikite konsultaciją, kartu pildydami CAMS Stebėjimo/papildymo per tarpines konsultacijas formos dalį B.
- \* Prisiminkite didžiausias paciento suicidines problemas, toliau skirkite joms dėmesį gydyme, o prireikus pataisykite.
- \* Pacientas ir klinicistas pasirašo formą; padarykite kopiją pacientui (arba tegu nusifotografuoja).

### Tolesni dokumentai (apie 5 minutes)

- \* Klinicistas užpildo CAMS Stebėjimo/papildymo per tarpines konsultacijas dalį C *po* konsultacijos; visa forma nuskenuojama į elektroninius įrašus (dalys A-C).

*Išversta:  
Suicidologijos tyrimų centras,  
Vilniaus universitetas*