

## Amerika Birleşik Devletleri'nde gündüz hastanesi uygulamaları

**Meltem ORAL**

SHU, Atatürk Üniversitesi, ERZURUM

### RUHSAL-TOPLUMSAL REHABİLİTASYON

**Tanımı:** ABD'de ruhsal toplumsal rehabilitasyon terimi genel olarak toplumsal, eğitimsel, mesleki, davranışsal ve bilişsel girişimlerde bulunarak, kişinin ruhsal ve toplumsal kapasitesini ve rol başarımını artırmak anlamında kullanılmaktadır. Bu, rehabilitasyonun amaçlarına ulaşması için belirli kuramsal modellerin uygulanması anlamına gelmemektedir. Ruhsal-toplumsal rehabilitasyon denildiğinde, akut belirtilerin yatıştırılmasının yanında, uzun süreli iyileşme (long-term recovery), yeterlilik (self-sufficiency) ve bağımsızlık yetisinin olabildiğince artırılması anlamı çıkmaktadır. Daha önce gündüz tedavisi, sosyal destek ve mesleki rehabilitasyon adıyla bilinen hizmetleri ruhsal-toplumsal rehabilitasyon ve tüketici yönelimli iyileşme modellerindeki stratejilerle birleştirerek ortaya çıkmıştır. Amaç, kişinin ilgilendiği işle ilgili potansiyelini optimize edip amaç belirleme, beceri kazanma, bakım ve destek veren kurumlara olan gereksinmesini en aza indirmektir. Dolayısıyla, ABD'de artık gündüz tedavisinin bir basamak daha gelişmiş olan ruhsal-toplumsal rehabilitasyon gündeme gelmiştir. Ruhsal-toplumsal rehabilitasyon, ruhsal-eğitimsel ve bilişsel-davranışsal teknikler kullanılarak kişiye karmaşık rol başarımını öğrenmeyi kolaylaştırmak için daha basit parçalara bölmeyi öğretmekle yükümlü olup daha organize ve amaç yönelimli sistemli beceri kazandırmayı amaçlamaktadır. Davranışsal provalar ve rol oynama teknikleri uygulanmaktadır.

#### ABD'de Psikiyatrik Bakım Basamakları

- Hastanede yatış
- Kısmi hastane yatışı programı (PHP)
- Ayaktan tedavi
- Psikiyatrik rehabilitasyon (GH)

#### ABD'de Resmi Güvence

- Medicaid (Yeşil kart)

**Anatolian Journal of Psychiatry 2008; 9(suppl.1):58-60**

- Medicare (60 yaş ve üstündeki kişilere verilen sigorta)
- Özel sigorta

#### Gündüz Hastanesi Çalışma Programı

Yetişkin gündüz hastanesi (GH), özellikle akut kriz anında kişilerin ruhsal sağlık gereksinmelerini gidermek için sınırlı zamanda yapılandırılmış psikoterapi ve diğer terapötik hizmetleri vermek amacıyla düzenlenmiş bir programdır. Bu program hastanede yatışa seçenек olarak, ya da yatış sonrasında eve dönmeye tam hazır olmayan hastalar için planlanmıştır. Her hastanın programda kalış süresi değişken olup hastanın taburculuğa hazır olup olmadığına tedavi ekibi karar vermektedir.

Kısaca, ABD'de GH'leri ağır mental hastalığı olan kişilerin hastaneye yatışını önlemek, ya da yatışı kısaltmak amacıyla düzenlenmiş programlardır.

#### Amaç ve Felsefesi

GH programının amacı, hastalığın akut nöbetini yatıştırmak ve dengelemektir. Programın felsefesinde kişilerin yaşam stresleriyle başa çıkma tarzında önemli değişiklikler sağlanacağı inancı yatmaktadır. Programın hedefleri şunlardır:

- Mevcut stresi azaltmak,
- Kişinin güçlü yönlerini ortaya çıkarıp bunlardan ve diğer kaynaklardan faydalanmasını sağlamak,
- Etkin düşünce, duygu ve davranış modelleri geliştirmek,
- Amaç belirleme ve gerçekleştirme yoluyla sorunları çözümlenmek,
- Mevcut ve gelecekteki stresli durumlarla başa çıkma teknikleri öğretmek.

#### Programa Giriş Ölçütleri

- Sekiz yaş ve üstünde olmak,
- Hastalığın akut belirtilerinin olması,

- Kişinin program boyunca hastane dışında güvenli bir ortamda olmasını sağlayacak aile desteğinin olması,
- Kişiye ayaktan tedavinin yeterli olmadığı, ama 24 saat bakıma da gerek duyulmadığı durumlar,
- Kişinin günlük yoğun grup programına katılabilecek ve içgörüsünü stresli durumlarda kullanabilecek sözel becerisinin olması,
- Kişinin grup ortamında agresyona, sözlü kötüye kullanıma ve saldırganlığa eğilimli olmaması durumunda,
- Alkol veya madde bağımlılığı söz konusu ise, program boyunca kişinin bunları kullanmaması gerekmektedir.

### Tedavi Ekibi

- a) GH'nin tedavi ekibinde psikiyatrist, hemşire, sosyal hizmet uzmanı, psikolog, rekreasyon uzmanı, resim ve dans terapistleri yer alır.
- b) Yetişkin GH programına katılan her hasta için tedavi ekibi tarafından kişiselleştirilmiş tedavi planı yapılmakta ve uygulanır. Tedavi ekibi psikiyatrist eşliğinde tedavi planlarını gözden geçirir.
- c) Tedavi ekibinin lideri tedavi planında belirtilen uygulanacak bütün tedavi modelleri hakkında görevli terapistlerin eğitiminden sorumludur.
- d) Tedavi ekibinin lideri önerilen tüm tedavi modellerinin uygulanmasından ve kişiselleştirilmiş tedavi planını düzenli aralıklarla gözden geçirmekle sorumlu olup hastanın diğer dış kaynaklarla bağlantısının sağlanmasında önemli rol oynamaktadır.
- e) Tedavi ekibinin lideri hastanın tedavisine aktif katılımı için teşvik etmelidir.

- Yetişkin GH, haftanın en az üç günü en az 15 hasta ile çalışır.
- Çoğu GH'nde haftanın beş günü (pazartesi-cuma) beş saatlik yapılandırılmış grup terapisi verilir.
- Her grup 45-60 dakika arasında sürer.
- Grubun büyüklüğü 5-12 kişi arasında değişir.
- Grup terapisi oturumlarında amaç belirleme/ beceri geliştirme, sosyalleştirme, hastalık hakkında eğitim, grup psikoterapisi, resim, dans terapisi ve ayrıca rekreasyon grupları yer alır.

Tedavi ekibi hastanın kişiselleştirilmiş tedavi planını geliştirdikten sonra programın katılımcılarını gereksinmelerine göre altı değişik tedavi grubuna ayırmaktadır:

**1. Genel Ruhsal Sağlık Grubu:** Bu grup sözel becerisi iyi olan ve bilişsel yaklaşıma iyi yanıt verebilecek hastalar için düzenlenmiştir. Genellikle ruhsal-eğitimsel, sözel beceriler ve duyguları açığa vurma amaçlı yapılan gruplardan oluşur. Örneğin, duyguların takibi, belirtilerle baş

etme, öfke kontrolü, stres yönetimi, hastalık ve ilaçla ilgili eğitim bu gruplarda söz edilen konulardır. Ayrıca, Diyalektik Davranışsal Terapi yaklaşımı da grup programına katılmıştır.

**2. Travma Sonrası Stres Bozukluğu Grubu:** Travmadan kurtulanlar için düzenlenmiş bu gruplarda destekleyici yaklaşım ve ruhsal eğitim yer alır. Travma ile ilgili belirtilere yönelik özelleştirilmiş gruplarda stresle başa çıkma teknikleri öğretilir.

**3. Çifte Tanılılar (Dual Diagnosis) Grubu:** Bu grup hem mental hastalığı, hem de madde ya da alkol bağımlılığı olan kişilere yöneliktir. Bu grupta olanlara düzenli olarak madde ya da alkol kullanıp kullanmadıklarına ilişkin test uygulanır. Hastalar depresmeyi önleyici önlemler hakkında eğitilir. Ayrıca hastaların bağımlılar için düzenlenmiş adsız alkolikler ve benzeri 12 basamaklı programlara katılmaları zorunludur. Depreşme durumunda hastalar arındırma (detox) hizmeti veren kurumlara gönderilir.

**4. Yaşam Becerileri Edinme Grubu:** Bu grup yaşam becerileri konusunda yardıma gereksinmesi olan ve ödeve dayalı yaklaşıma iyi yanıt verebilecek kişiler için düzenlenir. Grup, günlük yaşamdaki etkinlikleri öğrenme becerisini artırmak, resim ve el işi projeleri üzerinde çalışmak, yemek hazırlama ve toplumsallaşma becerisini artırmak amacıyla düzenlenir.

**5. Toplumsal Beceriler Edinme Grubu:** Bu grup kişilerarası ilişkilerde eksiklikleri ve duygu kontrolünde sorunları olan kişiler için düzenlenir. Gruplarda ilişki nasıl kurulur, olumsuz duygularla nasıl başa çıkılır, öfke kontrolü ve toplumsal becerileri geliştirme gibi konular ele alınır.

**6. Meslek Öncesi Eğitim Grubu:** Bu grup artık GH programından taburcu olmaya ve iş yaşamına başlamaya hazırlanan kişiler için düzenlenir. Gruplarda günlük yaşama geçiş, işe başlamaya hazır olup olmama, stres yönetiminden söz edilir.

### Psikiyatrik Süpervizyon/Medikasyonlar

- Her hasta programa başlamadan önce bir psikiyatrik değerlendirme yapılır ve programın psikiyatristi tarafından bir tedavi planı önerilir.
- Her hasta medikasyon yönetimi açısından programın psikiyatristi tarafından haftada üç gün görülür.
- Hasta program boyunca GH'nin psikiyatristi tarafından görülür ve program sonunda tekrar kendi doktoruna yönlendirilir.
- Programdaki her hasta ilaçlarını kendisi almakla sorumludur.

### Programı Sürdürmeyi Gerektiren Ölçütler

1. Kişinin programa giriş ölçütlerinin sürmesi durumunda,

## 60 Amerika Birleşik Devletleri'nde gündüz hastanesi uygulamaları

2. Taburculuk işlemlerinin hastanın programa başladığı andan itibaren ve hastanın ve ailesinin de katılımıyla multidisipliner açıdan planlanması gerektiğinde,
3. Kişi 24-saat bakıma gereksinme duymadığında ya da sadece ayaktan tedavinin yeterli olmadığı durumlarda,
4. Tedavi planının kişinin değişen durumuna göre gerçekçi ve özgül amaçlar doğrultusunda kişiye özel olarak hazırlanması gerekmektedir. Hastanın durumuna uygun olarak düzenli bir şekilde aile toplantılarının yapılması beklenir.
5. Verilen bütün hizmetler, kısa zamanda optimum sonuçlar almak için özenle yapılandırılmış olmalıdır.
6. Özgül belirtilerde nesnel bir şekilde belirtilebilecek net bir düzelme olduğunda, fakat programın başında belirlenen amaçların tümünün gerçekleşmediği durumlarda ya da kişinin durumunda bir düzelme olmadığı için tedavi planında bazı değişikliklerin yapılmasının gerektiği durumlarda,
7. Gerektiğinde, kişiye psikofarmakolojik girişimde bulunulmalı ve izlenmelidir.

8. Hastanın tedavisinde aktif katılımı gerekmektedir.

9. Taburculuk öncesinde hastanın ayaktan tedavi edileceği tedavi merkezi ile ilişki kurulmalıdır.

### Taburculuk Ölçütleri

1. Kişi ona özel hazırlanan tedavi planında belirlenen amaç ve hedefleri yerine getirip ayaktan tedaviyi sürdüreceği duruma geldiğinde,
2. Kişi artık programa giriş ölçütlerini karşılamadığında,
3. Kişi ve ailesi programın kurallarına uymadığında,
4. Kişinin programa katılma onayını geri alması durumunda,
5. Hastanın daha az kısıtlı bir ortamda olmasını sağlayacak desteğin bulunması durumunda,
6. Hasta tedavi planındaki amaçları gerçekleştirmediğinde ve tedavi planındaki değişikliklere karşın bir ilerleme kaydedilmediğinde,
7. Program sonrasında hastanın ayaktan tedavi edileceği klinikle ilişkiye geçip randevu alındığında.