

Program pro dobré zdraví je prvním psychoedukačním programem na podporu zdravého životního stylu mezi pacienty s psychotickým onemocněním v České republice. Věnuje se šíření informací o zdravém životním stylu, zejména o zdravé výživě a důležitosti pohybu, a prevenci obezity v této skupině osob. Jedná se o skupinový program vedený vyškolenými instruktory, zejména z řad zdravotních sester. Studie přináší pozitivní výsledky: vede k redukci hmotnosti pacientů, zamezuje jejich sociální izolaci a je velice oblíbený.

V terénní dotazníkové studii jsme 1) zmapovali tělesné zdraví pacientů se schizofrenií a 2) zjišťovali spokojenost pacientů s programem. Zařadili jsme účastníky Programu pro dobré zdraví v České republice na jaře 2008. Soubor tvořilo 27 jedinců, 11 mužů a 16 žen. Průměrný věk byl 37 let, průměrný BMI byl 30,9.

Pacienti trpí somatickými onemocněními, nejčastěji hypertenzí a problémy se žaludkem. Na Programu pro dobré zdraví oceňují zejména praktické informace a možnost setkání s nemocnými se stejnými problémy. Celkový rámec organizace kurzu vyhovoval, kurz získal celkovou známku 2,04 (1 = nejlepší, 5 = nejhorší).

Preventivní charakter programu v oblasti redukce hmotnosti funguje dobře, zamezování vzniku obezity by však bylo vhodné rozvinout více. Zatímco obézní a nadváhou trpící pacienti se účastní hojně, pacientů na počátku terapie je málo. V dalším vývoji bude tedy třeba zvážit cesty, jak program více rozšířit mezi pacienty s první atakou.

Vzhledem k vysokému zastoupení léčby antidepresivy bude vhodné rozšířit edukaci i do oblasti účinků této skupiny farmak. Dle přání pacientů doporučujeme dále zvážit i účast jejich blízkých na programu. V dalším výzkumu bude třeba zmapovat důvody nižší účasti na opakovacích hodinách a co by se dalo na tomto faktu vylepšit.

Ve spolupráci s dalšími obory by bylo užitečné uvažovat o založení dalších podobných programů pro nemocné schizofrenií.