

## SHËNDETI MENDOR DHE TRUPOR – RËNDËSIA E KONSULTIMIT ME PSIKIATËR



**Jusuf Ulaj**  
Specialist i Neuropsikiatrisë

Klinika AURA,  
Prishtinë

Në punën tonë të përditshme hasim në raste të shumta që bredhin prej mjekut në mjek dhe shpesh trajtohen në mënyrë joprofesionale duke vonuar fillimin e trajtimit të mirëfilltë nga profesionisti i lëmise përkatëse. Këto raste pa dyshim na shtyjnë të mendojmë për mangësitë tona si profesionist shëndetësor si dhe njohurive të mangëta si shoqëri sa i përket shëndetit dhe sëmundjeve në përgjithësi.

Problemet e shëndetit fizik rrisin ndjeshëm rrezikun e zhvillimit të problemeve të shëndetit mendor dhe anasjelltas.

Pothuajse një në tre persona me një sëmundje fizike afatgjate ka rrjedhimisht një problem të shëndetit mendor, më shpesh depresion, fobi, ankth, pagjumësi, nervozë e theksuar, rënie tolerance me vështirësi të funksionimit social, vështirësi fokusimi dhe mbajturit mend, lodhje dhe plogështi e përgjithshme, rënie efikasiteti në mësim dhe punë apo edhe simptoma tjera.

Hulumtimet tregojnë se njerëzit me një problem të shëndetit mendor kanë më shumë gjasa të kenë një çrregullim shëndetësor fizik si, mbipesha, sëmundjet kardiovaskulare, gastrointestinale, hormonale, metabolike etj.

Natyrisht së çrregullimet janë individuale dhe varën nga shumë faktor tjerë predisponues siç janë, gjenetika, motivimi i ulët, mungesa e vullnetit për të ndryshuar sjelljen e pashëndetshme, mungesa e informacionit për shëndetin dhe sëmundjen, gjendja ekonomike, pamundësia për të marrë ndihmë mjekësore etj.

**Pse vonohet vizita e psikiatri?**

Do i përmendi disa arsye që unë i vërej si profesionist tashmë i vjetër në shërbimin shëndetësor të Kosovës.

- Tek një pjesë e konsiderueshme e popullatës është vetëdija e ulët sa i përket informacioneve rreth shëndetit mendor, parandalimit dhe rëndësisë së diagnostikimit të hershëm të sëmundjes

- Para psikiatrit, shumë nga ta, bredhin të shumica e ofruesve të shërbimeve para mjekësore të pakontrolluara nga asnjë institucion shtetëror apo profesional shëndetësor

- Një pjesë tjetër, që lexojnë e shfrytëzojnë informacione në google e rrjete tjera sociale, nuk duan t'ia pranojnë vetës "dobësinë" së kanë një problem të shëndetit mendor dhe shpenzojnë kot brenda dhe jashtë Kosovës duke bërë hulumtime të panevojshme trupore

- Mjekësia si biznes, ku profesionistët e lëmive tjera mjekësore, duke u thirrur në kinse përjashtimin e sëmundjes trupore, bëjnë ekzaminime të panevojshme (përsëritëse) diagnostikuese, nganjëherë edhe të dëmshme duke zvarritur procesin dhe duke shtyrë diagnostikimin dhe fillimin e trajtimit profesional

- Mungesa e protokolleve dhe udhërrëfyesve të trajtimit mjekësor lenë hapësirë që shkelësit e etikës dhe deontologjisë mjekësore të shkelin parimet në të cilat janë betuar

- Stigma ndaj shëndetit mendor. "Më parë pranoj të jem e sëmur nga kanceri se sa nga sëmundja mendore" – më tha njëra nga klientët e mija

- Qëndrimi oportun i kolegëve të profesionit edhe në raste kur vërejnë qartë keqtrajtimin, abuzimin dhe shkeljen e parimeve të profesionit të mjekut. Arsyetimi - "pse te merrem unë me këtë punë"

- Mungesa e kontrollit të shtetit, niveli profesional i Inspektoratit shëndetësor dhe mos puna e organeve të odave të profesionistëve shëndetësor (këshilli etik dhe prokurori i OMK)

**Si ndryshohet kjo situatë?**

- Të rritet niveli i edukimit shëndetësor

- Të përpilohen protokollat dhe udhërrëfyesit e trajtimit shëndetësor për tri nivelet (parësor, dytësor dhe tretësor)

- Të rregullohet dhe funksionalizohet mjekësia familjare, secili individ dhe familje të kenë një adresë të kontrollit parë dhe referimit kur është e nevojshme në nivele tjera të trajtimit

- Të rritet numri i psikologëve klinik në institucione publike shëndetësore dhe arsimore

Rëndësi të jashtëzakonshme ka psiko edukimi shëndetësor individual, i prindërve, familjes, punëtorëve të arsimit dhe policisë komunitare. Në kuadër të këtyre trajnimeve duhet fokusuar në njoftimin me simptomat fillestare të një çrregullimi të shëndetit mendor. Të mos nënvlerësohet apo neglizhohet një çrregullim i sjelljes në adoleshencë, të rritet mbikëqyrja e kësaj kategorie dhe të identifikohen sa më herët sjelljet devijante dhe abuzimet me substanca narkotike. Te këtë në bashkëpunim të vazhdueshëm të shkollave me qendrat e mjekësisë familjare në të gjitha qytetet dhe fshatrat e Kosovës, të këtë vizita sistematike dhe ligjërata rreth kujdesit shëndetësor.

Për fat të mirë kemi numër te konsiderueshëm të psikiatërve dhe neuropsikiatërve në vendin tonë, kemi klinikën universitare, repartet e psikiatrisë në spitale regjionale, qendrat e shëndetit mendor në çdo regjion dhe shumë shërbime tjera private psikiatrike. Nevojitet bashkëpunim dhe punë ekipore, të mos marrim kompetencat që nuk na takojnë dhe pacientet tonë krahas sëmundjes parësore të fitojnë edhe një sëmundje tjetër që është vartësia nga benzodiazepinet për shkak të dhënies afatgjate dhe të pakontrolluar nga kolegët tonë jo psikiatër.

Sa më herët fillon trajtimi profesional aq më mirë e lehtë për pacientin dhe për mjekun