

KAKOVOST ŽIVLJENJA LAHKO IZMERIMO

Splošni cilj vseh programov javnega zdravstva in medicine na sploh je zboljševanje kakovosti življenja. V preteklih desetletjih so kakovost življenja večidel merili po njeni odsotnosti, recimo na podlagi stopnje umrljivosti ali pa invalidnosti. Napredek medicine pa zahteva občutljivejše merilo kakovosti življenja.

Kakovost življenja je odvisna od široke palete občutij in funkcij, ki zajemajo celotno biopsihosocialno področje. V Enoti za duševno zdravje pri Svetovni zdravstveni organizaciji si prizadevajo razviti metode, s pomočjo katerih bi lahko merili kakovost življenja, ki je povezana z zdravjem; tako bi lahko natančno ugotovili, kako novi načini zdravljenja učinkujejo na posameznike in na skupnost.

Obsežne študije procesa okrevanja kažejo, da lahko kakovost življenja presojava na podlagi vsaj petih, povsem jasno razločnih razsežnosti, ki jih moramo upoštevati pri vrednotenju le-te.

- Odpravljanje simptomov bolezni.
- Zaskrbljenost in malodušje zamenjata prijetno počutje in optimizem.
- Ohranjanje mreže pozitivnih socialnih interakcij.
- Ohranjanje razumskih in spominskih sposobnosti ter sposobnosti za samostojno odločanje.
- Sposobnost za delo in ohranjanje primerne življenjskega standarda; za upokojene pa sposobnost, da skrbijo sami zase.

Merila kakovosti življenja nam lahko pomagajo izbrati med alternativnimi možnostmi zdravljenja iste bolezni.

V študijah o raku je najpogosteje uporabljeni kriterij učinkovitosti zdravljenja dolžina preživetja; ob tem pa še kako dobro vemo, da nekatere oblike zdravljenja, recimo obsevanje in kemoterapijo, spremljajo hude težave, življenje bolnika pa se pogosto le neznatno podaljša. Zgolj podaljševanje življenja še ni razlog, da bi se odločili za določeno vrsto zdravljenja, še zlasti, če se kakovost življenja zaradi nje izrazito poslabša. Vrednotenje kakovosti življenja je edinstven in dragocen način ocenjevanja novih oblik zdravljenja v primerih, ko popolno ozdravljenje ni možno.

● Kadar sta dve obliki zdravljenja glede cene in učinkovitosti enaki, izberemo tisto, ki omogoča kakovostnejše življenje.

● Kadar sta stara in nova oblika zdravljenja enako učinkoviti, ju ocenjujete na podlagi vseh petih parametrov (simptomi, morala, medosebni odnosi, duševne funkcije, zaposlitev in ekonomsko stanje) in se skupaj z bolnikom in njegovimi svojci odločite za načrt zdravljenja, ki bo omogočalo najvišjo kakovost življenja na področjih, ki so zanje najpomembnejša.

● Ko načrtujete zdravstveno politiko za mesto ali celo območje, pri tem upoštevajte kakovost življenja celotne skupnosti. Izberite tiste oblike zdravljenja in preprečevanja bolezni, ki omogočajo kakovostno življenje največjemu številu ljudi.

Svetovna zdravstvena organizacija sodeluje v raziskavah o kakovosti življenja bolnikov z rakom v Indiji, bolnikov s sladkorno boleznijo v Jugoslaviji in starejših ljudi v številnih deželah.