PATVIRTINTA

Respublikinio priklausomybės ligų centro direktoriaus

2025 m. liepos 30 d. įsakymu Nr. 1.3-88 (1.2)

**REKOMENDUOJAMAS TĘSTINĖS PAGALBOS IR GYDYMO PLANAS PSICHIKOS SVEIKATOS CENTRŲ SPECIALISTAMS**

**PIRMOJI TĘSTINĖ KONSULTACIJA**

Pacientas: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ PSC specialistas: \_\_\_\_\_\_\_Data: \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Laikas: \_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |
| --- |
| **Dalis A (pildo specialistai pvz. atvejo vadybininkas, socialinis darbuotojas, kartu su komandos nariais (gydytoju psichiatru / vaikų paauglių gydytoju psichiatru, psichikos sveikatos slaugytoja, medicinos psichologu ir kt.)** |

1. **BENDRA INFORMACIJA**

Jei yra galimybė, bendros informacijos surinkimą rekomenduojama atlikti prieš tai atlikus Priklausomybės sunkumo indekso vertinimą ir atsižvelgiant į vertinimo rezultatus:

## **1. Alkoholio / psichoaktyvių medžiagų vartojimo intensyvumas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Įvertinimas / Komentaras* |
| Vartojimo dažnis (per paskutines 7 dienas) |  |
| Vartojimo kiekis (stand. vienetai ir kiti vienetai per kartą) |  |
| Susilaikymo periodai (dienų skaičius per paskutines 30 dienų, kai nebuvo vartota) po |  |
| Biologiniai testai, žymenys (jei taikoma, pvz. CDT, alkoholio kiekis iškvepiamame ore, šlapimo testai, GGT ir kiti) |  |

## **2. Psichologinė būklė**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Įvertinimas / Komentaras* |
| Nerimo / depresijos lygis (pvz., Becko skalė ir pan.) |  |
| Potraukis vartoti (1–10 balų skalė) | 1 – potraukio nėra arba jis nežymus - 10 – potraukis labai didelis |
| Motyvacija keisti elgesį |  |
| Pasitikėjimas savimi keisti elgesį (1–10) | Kiek pasitiki savimi, kad sugebėsi išlikti blaivus (-i), kai kils pagunda? 0 = visai nepasitikiu | 10 = visiškai pasitikiu |

## **3. Socialinis funkcionavimas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Įvertinimas / Komentaras* |
| Santykių su artimaisiais būklė |  |
| Užimtumas (darbas / studijos) |  |
| Dalyvavimas socialinėse veiklose |  |
| Teisiniai / finansiniai klausimai |  |

## **4. Farmakoterapija ir klinikiniai tyrimai**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Įvertinimas / Komentaras* |
| Vaisto pavadinimas ir dozė |  |
| Laikymasis (ar vartojama reguliariai) | Taip / Ne |
| Nepageidaujami reiškiniai |  |
| Reikia koreguoti vaistų planą? | Taip / Ne |
| Klinikiniai tyrimai (pvz. GGT ir kitų kepenų fermentų (ALT ir ASP). ŽIV ir HCV ir kt. | Taip / Ne |

## **5. Psichosocialinių intervencijų dalyvavimas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Įvertinimas / Komentaras* |
| Dalyvavimas terapijoje (pvz., psichoterapeuto, psichologo grupės) |  |
| Terapinių užduočių vykdymas |  |
| Naudojimasis įgytais įgūdžiais (praktika) |  |

**6. Aplinkoje, bendruomenėje esančių išteklių naudojimas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Įvertinimas / Komentaras* |
| Dalyvavimas savipagalbos grupėse (pvz., Anoniminiai Alkoholikai, SMART Recovery – kognityvinėmis elgesio strategijomis paremta alternatyva ir pan.) |  |
| Užimtumo tarnyba (jei yra reikalinga) |  |
| Neformaliojo švietimo programos (pvz., savanorystė, mokymasis bendruomenėje). |  |

**7. Paciento išsakomos problemos ir lūkesčiai, kliūtys jiems pasiekti:**

|  |  |
| --- | --- |
| *Pacientui aktuali sritis* | *Įvertinimas / Komentaras* |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

|  |
| --- |
| **Dalis B** (pagal A dalyje atliktą įvertinimą užpildomas konkretus planas, kuriame numatytos reikalingos intervencijos ir trukmė bei galima pažymėti pažangą) |

**B. TĘSTINĖS PAGALBOS IR GYDYMO PLANAS**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Tikslas | Reikalinga intervencija | Trukmė | Įvykdymo lygis (✔ - pasiekta / ✘ - nepasiekta) / Pastabos |
| Pvz. „psichologo konsultacijos 1 kartą per savaitę “ | Psichologo konsultacija | 3 mėn. |  |
| Pvz. „Vieną kartą per savaitę lankyti 12 žingsnių programą“ | Savipagalbos grupių lankymas | 6 mėn. |  |
| Pvz. „Vartoti X medikamentą pagal gydytojo paskyrimą“ | X medikamento vartojimas | 1 mėn. |  |
| Ir kt. |  |  |  |

TAIP\_\_\_\_\_\_ NE\_\_\_\_\_\_\_ Pacientas supranta gydymo planą ir jam pritaria.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Paciento parašas, data Specialisto/ų parašas/ai, data

Pastaba: Jei planas pildomas kaip skaitmeninis dokumentas, kur nėra galimybės pacientui pasirašyti, reiktų pažymėti, kad planas suderintas su pacientu ir atspausdintą plano kopiją įteikti pacientui:

Planas suderintas su pacientu ir įteikta pacientui plano kopija: TAIP\_\_\_\_\_\_ NE\_\_\_\_\_\_\_

|  |
| --- |
| **Dalis C** (pažangos vertinimas ir tolesnis gydymo plano koregavimas ir / ar gydymo nutraukimas) |

**C. PAŽANGOS VERTINIMAS**

## **1. Alkoholio / psichoaktyvių medžiagų vartojimo intensyvumas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Vertinimas* |
| Vartojimo dažnis (dienos per paskutines 7 dienas) | 1. Padidėjo  2. Išliko toks pat  3. Sumažėjo  4. Pavyko nevartoti visiškai  Įrašyti dienų skaičių:  Pastabos: |
| Vartojimo kiekis (stand. ir kiti vienetai per dieną) | 1. Padidėjo  2. Išliko toks pat  3. Sumažėjo  4. Pavyko nevartoti visiškai  Pastabos: |
| Susilaikymo periodai (dienų skaičius per paskutines 30 d. kai nebuvo vartota) |  |
| Biologiniai testai (jei taikoma, pvz. CDT, alkoholio kiekis iškvepiamame ore, šlapimo mėginiai, GGT ir kiti) |  |

## **2. Psichologinė būklė**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Vertinimas* |
| Nerimo / depresijos lygis (pvz., Becko skalė ir pan.) | 1. Padidėjo  2. Išliko toks pat  3. Sumažėjo  Įrašyti:  Pastabos: |
| Potraukis vartoti (1–10 balų skalė) | 1. Padidėjo  2. Išliko toks pat  3. Sumažėjo  Pastabos: |
| Motyvacija keisti elgesį | 1. Padidėjo  2. Išliko tokia pat  3. Sumažėjo  Vertinama atsižvelgiant į šią galimą skalę:   |  |  | | --- | --- | | 1️. Visiškas nepripažinimas | Neigia problemą, mano, kad kontroliuoja vartojimą. | | 2️. Abejonės | Kartais pripažįsta problemą, bet kaltina aplinkybes ar kitus. | | 3️. Dalinis suvokimas | Suvokia problemą, bet dar nesieja jos su priklausomybe. | | 4️. Pripažinimas | Aiškiai supranta, kad turi priklausomybę ir priima pagalbą. | | 5️. Įžvalgumas | Pilnai priima diagnozę, reflektuoja, suvokia savo atsakomybę. | |
| Pasitikėjimas savimi keisti elgesį (1–10) | 1. Sumažėjo  2. Išliko toks pat  3. Padidėjo  Įrašyti:  Pastabos: |

## **3. Socialinis funkcionavimas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Vertinimas* |
| Santykių su artimaisiais būklė | 1. Pagerėjo  2. Išliko tokie pat  3. Pablogėjo  Pastaba: Vertinama pagal šią skalę:   |  |  | | --- | --- | | 1️. Labai prasti | Nuolatiniai konfliktai, nutraukti ryšiai, nepasitikėjimas. |  |  |  | | --- | --- | | 2️. Įtempti | Retas bendravimas, dažni nesutarimai, žemas palaikymas. |  |  |  | | --- | --- | | 3️. Vidutiniai | Kartais palaikantys, bet pasitaiko konfliktų ar abejingumo. |  |  |  | | --- | --- | | 4️. Geri | Artimieji palaiko, bet vis dar tvarkosi su pasekmėmis. |  |  |  | | --- | --- | | 5️. Puikūs | Aktyvus palaikymas, geri emociniai ryšiai, bendras tikslas. | |
| Užimtumas (darbas / studijos) | 1. Pagerėjo  2. Išliko tokie pat  3. Pablogėjo  Pastabos: vertinama pagal šią skalę:   |  |  | | --- | --- | | 1️. Nėra užimtumo | Neturi darbo ar veiklos, neieško užimtumo. | | 2️. Pasyvus ieškojimas | Neturi užimtumo, bet pradeda domėtis / ieškoti. | | 3️. Trumpalaikis užimtumas | Nereguliarus darbas, savanorystė, epizodinės studijos. | | 4️. Stabilus užimtumas | Dirba ar studijuoja reguliariai, bet patiria sunkumų. | | 5️. Pilnai integruotas | Stabilus ir pritaikytas darbas ar studijos, tenkina. | |
| Dalyvavimas socialinėse veiklose | 1. Pagerėjo  2. Išliko tokie pat  3. Pablogėjo  Pastabos: vertinama pagal šią skalę:   |  |  | | --- | --- | | 1️. Visiškai izoliuotas | Nedalyvauja jokiose socialinėse veiklose, neturi draugų. |  |  |  | | --- | --- | | 2️. Ribotas | Retai bendrauja, vengia žmonių, pavieniai kontaktai. |  |  |  | | --- | --- | | 3️. Epizodinis | Kartais dalyvauja veiklose (pvz., grupėse, renginiuose). |  |  |  | | --- | --- | | 4️. Reguliarus | Turi pastovią socialinę veiklą, bendruomeninius ryšius. |  |  |  | | --- | --- | | 5️. Aktyvus ir įsitraukęs | Veiklos yra prasmingos, teikia džiaugsmą, kuria identitetą. | |
| Teisiniai / finansiniai klausimai | 1. Pagerėjo  2. Išliko tokie pat  3. Pablogėjo  Pastabos: vertinama pagal šią skalę:   |  |  | | --- | --- | | 1️. Rimti teisiniai ir  finansiniai sunkumai | Skolos, teistumas, atviri teismo procesai, vykdomieji raštai, benamystė. |  |  |  | | --- | --- | | 2️. Didelės problemos | Ilgalaikės skolos, iškeldinimo grėsmė, probacija, teismo sprendimai dėl vaikų globos. |  |  |  | | --- | --- | | 3️. Vidutinio sunkumo | Vėluojantys mokėjimai, priklausomybė nuo pašalpų, ribotas biudžeto planavimas. |  |  |  | | --- | --- | | 4️. Nedideli iššūkiai | Stabilios, bet trumpos finansinės pajamos; pavienės skolos. |  |  |  | | --- | --- | | 5️. Stabilu | Pastovus pajamų šaltinis, finansinis ir teisinis saugumas. | |

## **4. Farmakoterapija ir klinikiniai tyrimai**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Vertinimas* |
| Vaisto pavadinimas ir dozė |  |
| Laikymasis (ar vartoja reguliariai) | Taip / Ne |
| Nepageidaujamas poveikis |  |
| Reikia koreguoti vaistų planą? | Taip / Ne |
| Klinikiniai tyrimai (kepenų funkcijos ir kt.) – | Atlikti – Taip / Ne, naujai paskirti – Taip / Ne |

## **5. Psichosocialinių intervencijų dalyvavimas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Vertinimas* |
| Dalyvavimas terapijoje (pvz., psichoterapeuto / psichologo grupės / konsultacijos ir pan.) | 1. Pagerėjo  2. Išliko tokie pat  3. Pablogėjo  Pastabos: vertinama pagal šią skalę:   |  |  | | --- | --- | | Vengimas | Nenori dalyvauti terapijoje, dažnai praleidžia užsiėmimus, nepateikia jokių paaiškinimų | | Pasirengimas, bet trūksta nuoseklumo | Lankosi terapijoje, tačiau dažnai vėluoja ar praleidžia užsiėmimus be svarbių priežasčių | | Dalinis įsitraukimas | Lankosi, tačiau aktyvumas terapijoje ribotas, dalyvauja tik kai kuriose sesijose | | Įsitraukimas | Reguliarus dalyvavimas terapijoje, parodomas suinteresuotumas ir iniciatyva | | Pilnas įsitraukimas | Aktyvus dalyvavimas, susidomėjimas terapija, pasiryžimas keistis, dažnai papildo terapiją užsiėmimais savarankiškai | |
| Terapinių užduočių  vykdymas | |  |  | | --- | --- | | 1. Nepaisymas | 1. Pagerėjo  2. Išliko toks pat  3. Pablogėjo  Pastabos: vertinama pagal šią skalę:  Užduotys nevykdomos, nėra bandymų susidoroti su užduotimis ar atsakomybės prisiėmimo. |  |  |  | | --- | --- | | 2️. Retas vykdymas | Užduotys kartais atliekamos, tačiau be didelio įsitraukimo, dažnai praleidžiamos. |  |  |  | | --- | --- | | 3️. Vidutinis įsitraukimas | Užduotys atliekamos, tačiau tai daroma be entuziazmo, dažnai stinga nuoseklumo. |  |  |  | | --- | --- | | 4️. Aktyvus vykdymas | Užduotys atliekamos pagal planą, pasiekiami rezultatai, pacientas motyvuotas. |  |  |  | | --- | --- | | 5️. Pilnas įsitraukimas | Užduotys atliekamos nuosekliai ir su pilnu įsitraukimu, pacientas deda pastangas siekti progreso. | |
| Naudojimasis įgytais įgūdžiais (praktika) | 1. Pagerėjo  2. Išliko tokie pat  3. Pablogėjo  Pastabos: vertinama pagal šią skalę:   |  |  | | --- | --- | | 1️. Neturi reikiamų įgūdžių | Nenaudoja jokių terapijoje įgytų įgūdžių gyvenime. |  |  |  | | --- | --- | | 2️. Retas naudojimas | Tik kartais bando pasinaudoti įgūdžiais, tačiau dažnai grįžta į senus įpročius. |  |  |  | | --- | --- | | 3️. Naudojasi vidutiniškai | Naudoja įgūdžius, tačiau dar ne visose situacijose, galbūt tik sunkiose situacijose. |  |  |  | | --- | --- | | 4️. Dažnas naudojimas | Dažnai pasitelkia įgūdžius kasdieninėse situacijose, tačiau ne visada. |  |  |  | | --- | --- | | 5️. Visapusiškas naudojimas | Įgūdžiai naudojami nuosekliai ir efektyviai visose gyvenimo situacijose. | |

**6. Aplinkoje, bendruomenėje esančių išteklių naudojimas**

|  |  |
| --- | --- |
| *Vertinimo sritis* | *Įvertinimas* |
| Dalyvavimas savipagalbos grupėse (pvz., Anoniminiai Alkoholikai, SMART Recovery – kognityvinėmis elgesio strategijomis paremta alternatyva ir pan.) | Dalyvauja reguliariai  Dalyvauja retkarčiais  Nedalyvauja |
| Užimtumo tarnyba (jei yra reikalinga) |  |
| Neformaliojo švietimo programos (pvz., savanorystė, mokymasis bendruomenėje). |  |

## **7. Paciento atsiliepimas**

Kaip pats pacientas vertina savo pažangą, sunkumus, motyvaciją ir ką norėtų keisti:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Specialisto/ų parašas/ai, data

|  |
| --- |
| **Dalis D. Galutinio vertinimo dalis pildoma kai gydymas baigiamas, ar kas keli mėn. priklausomai nuo sudarytame plane numatytų terminų (pvz. vertinama kas mėnesį, kas tris mėnesius).** |

## **D. GALUTINIS ĮVERTINIMAS (SPECIALISTO PASTABOS)**

Vertinimo data: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Statusas:

1. Gydymas tęsiamas be pakeitimų □

2. Gydymo planas koreguojamas □

Pakeitimai: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3. Reikalinga specializuota pagalba □

Pacientas nukreipiamas specializuotam gydymui į: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Specialisto/ų parašas/ai