



ESTONIA

Integrating Mental Health Nurses into Primary Care



Co-funded by
the European Union



Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of EACEA. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

GRANT AGREEMENT NUMBER – 10111173

Εσθονία – Ενσωμάτωση Νοσηλευτών Ψυχικής Υγείας στην Πρωτοβάθμια Φροντίδα

Θεωρητικό υπόβαθρο: Στην Εσθονία, η πρωτοβάθμια φροντίδα βασίζεται σε οικογενειακούς γιατρούς που εργάζονται σε ομάδες με νοσηλευτές οικογενειακής φροντίδας. Πρόσφατα, έχουν γίνει προσπάθειες για την επέκταση αυτών των ομάδων σε Κέντρα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (PCCs), συμπεριλαμβάνοντας ρόλους όπως μαίες, φυσικοθεραπευτές και άλλες νέες εξειδικευμένες επαγγελματικές ειδικότητες, όπως οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας (MHNs). Οι συγκεκριμένοι νοσηλευτές έχουν εξειδικευμένη κλινική κατάρτιση και μπορούν να αναλαμβάνουν περισσότερα καθήκοντα αυτόνομα, (χωρίς επίβλεψη) όπως τη συνταγογράφηση ορισμένων φαρμάκων.

Παρόλο που οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας παραμένουν λίγοι και δεν έχουν ενσωματωθεί ομοιόμορφα σε όλα τα Κέντρα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας PCCs, η ένταξή τους καθίσταται ολοένα και πιο σημαντική λόγω της αυξανόμενης ανάγκης για ψυχική υγεία, ειδικά μετά την πανδημία COVID-19. Αν και οι οικογενειακοί γιατροί έχουν αναλάβει ορισμένα καθήκοντα ψυχικής υγείας, πολλοί δηλώνουν ότι δεν αισθάνονται επαρκώς καταρτισμένοι στον τομέα αυτό, οπότε οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας αποτελούν μια λογική προσθήκη στην ομάδα.

Καθώς η Εσθονία αντιμετωπίζει περιορισμένη πρόσβαση σε υπηρεσίες ψυχικής υγείας και οι οικογενειακοί γιατροί έχουν υπερβολικό φόρτο εργασίας, αυτή είναι μια ευνοϊκή συγκυρία για την επίσημη ένταξη των νοσηλευτών ψυχικής υγείας ως μέρος των τυπικών ομάδων πρωτοβάθμιας φροντίδας. Η χώρα έχει αναπτύξει ένα νέο κεντρικό σχέδιο για την πρωτοβάθμια φροντίδα, με στόχο την αξιολόγηση και κάλυψη των αναγκών των Κέντρων Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (PCCs) ώστε να διασφαλίζεται η βέλτιστη φροντίδα των ασθενών, ενώ οι εθνικοί θεσμοί υποστηρίζουν την επέκταση των υπηρεσιών ψυχικής υγείας.

Πεδίο εφαρμογής του πιλοτικού προγράμματος: Ο κύριος στόχος του έργου είναι να καθορίσει τον ρόλο των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs) εντός των Κέντρων Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (PCCs) και να προσδιορίσει τις προϋποθέσεις για την ένταξή τους στις ομάδες οικογενειακής ιατρικής, με σκοπό τη βελτίωση της παροχής υπηρεσιών ψυχικής υγείας. Το έργο περιλαμβάνει:

- Αξιολόγηση του κατά πόσο το υφιστάμενο πρόγραμμα μεταπτυχιακών σπουδών προετοιμάζει επαρκώς τους νοσηλευτές για να εργαστούν ως νοσηλευτές ψυχικής υγείας (MHNs), χωρίς να απαιτείται επιπλέον κλινική εμπειρία σε εξειδικευμένες ψυχιατρικές μονάδες.
- Ανάλυση των ρόλων της ομάδας και της ανακατανομής των καθηκόντων στα Κέντρα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας (PCCs), όπου οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας αποτελούν ήδη μέλη του προσωπικού (σήμερα 15 νοσηλευτές). Η συλλογική τους εμπειρία αξιοποιείται για τη διαμόρφωση του ρόλου σε εθνικό επίπεδο. Πρακτικά παραδείγματα ανακατανομής καθηκόντων στην πρωτοβάθμια φροντίδα προκύπτουν από τη μεταπτυχιακή εργασία της Kerli Kaskla και τις συνεντεύξεις με νοσηλευτές ψυχικής υγείας (MHNs) και οικογενειακούς γιατρούς.

- Αξιοποίηση των αποτελεσμάτων και εμπειριών από την πρωτοβουλία “Klaabu”, που χρηματοδοτείται από το Ασφαλιστικό Ταμείο Υγείας της Εσθονίας και υποστηρίζει την ενίσχυση της ψυχικής υγείας στην πρωτοβάθμια φροντίδα μέσω της συμμετοχής των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs) τόσο στην εξειδικευμένη φροντίδα όσο και στα ιατρεία οικογενειακών γιατρών. Το πρόγραμμα “Klaabu” προσφέρει εκπαιδευτικές ενότητες σε διάφορα θέματα ψυχικής υγείας και αυτή τη στιγμή λειτουργεί σε 5 από τις 15 επαρχίες.

Ανάλυση καθηκόντων: Το Ασφαλιστικό Ταμείο Υγείας της Εσθονίας καθόρισε αρχικά τον ρόλο των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs) στην πρωτοβάθμια φροντίδα όταν ξεκίνησε η χρηματοδότηση της εν λόγω θέσης. Οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας (MHNs) λειτουργούν ως σταθερά σημεία επαφής για ασθενείς με προβλήματα ψυχικής υγείας, έχοντας την ευθύνη για την αξιολόγηση, την παρακολούθηση, τις βασικές παρεμβάσεις και την υποστήριξη των μελών της ομάδας με εξειδίκευση στην ψυχική υγεία. Συνεργάζονται στενά τόσο με τις ομάδες πρωτοβάθμιας φροντίδας όσο και με εξωτερικούς επαγγελματίες ψυχικής υγείας.

Το πεδίο παρέμβασης των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs) περιλαμβάνει:

- Τον προληπτικό έλεγχο και την αξιολόγηση ψυχικών διαταραχών
- Την παροχή συμβουλευτικής στην αρχή της θεραπείας για την ψυχική υγεία
- Την υποστήριξη στη διαχείριση μέτριων διαταραχών διάθεσης ή συμπεριφοράς
- Την παροχή ψυχικής υποστήριξης σε περιπτώσεις σωματικής ασθένειας
- Την ενημέρωση για σοβαρές διαγνώσεις
- Την υποστήριξη ασθενών που βιώνουν άγχος, χρόνιο στρες, τραύμα ή πένθος

Τα τυπικά καθήκοντα των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs) στα Κέντρα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας (PCCs) περιλαμβάνουν:

- Αξιολόγηση της ψυχικής κατάστασης και των κινδύνων
- Εκπαίδευση των ασθενών σχετικά με θέματα ψυχικής υγείας, τη θεραπεία και την αυτοφροντίδα
- Προώθηση υγιεινών και φιλικών προς την ψυχική υγεία τρόπων ζωής
- Ανανέωση συνταγών

Επιπλέον, η Kerli Kaskla ανέπτυξε έναν κώδικα πρακτικής βασισμένο στις βασικές δεξιότητες των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHN), με επίκεντρο τον/την ασθενή και την καλλιέργεια εμπιστοσύνης.

Ορισμένα από τα καθήκοντα τους περιλαμβάνουν:

- Ολοκληρωμένες αξιολογήσεις υγείας
- Συλλογή λεπτομερούς ιατρικού ιστορικού ασθενούς (ψυχική υγεία, χρήση ουσιών, οικογενειακό υπόβαθρο κ.ά.)
- Ατομική και ομαδική συμβουλευτική (για θέματα ψυχικής υγείας, αυτοβοήθειας, ανάρρωσης κ.λπ.)
- Σχεδιασμό και παρακολούθηση νοσηλευτικών δραστηριοτήτων και θεραπείας
- Εκτέλεση διαδικασιών και διαγνωστικών εξετάσεων (π.χ. ΗΚΓ, αιματολογικές εξετάσεις, ερωτηματολόγια όπως EEK-2, AUDIT, MOCA)
- Τεκμηρίωση και ερμηνεία αποτελεσμάτων

- Συμμετοχή σε ομαδική ανάλυση περιστατικών

Παρόλο που το πλαίσιο της Kaskla και οι οδηγίες του Ασφαλιστικού Ταμείου Υγείας της Εσθονίας διαφέρουν στη δομή, συμφωνούν στο περιεχόμενο.

Οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας που εργάζονται στην πρωτοβάθμια φροντίδα στο Πρόγραμμα Klaabu περιγράφουν τον ρόλο τους ως ευέλικτο, περιλαμβάνοντας τις αρχικές και επαναληπτικές εξετάσεις για ασθενείς με διαγνωσμένες παθήσεις ή για όσους ζητούν προληπτική υποστήριξη. Τα καθήκοντά τους μπορεί να αφορούν στην καθοδήγηση για τον τρόπο ζωής έως και τις παραπομπές σε ειδικούς ή σε νοσοκομειακή φροντίδα. Οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας έχουν προηγούμενη εμπειρία σε εξειδικευμένα περιβάλλοντα και συνεργάζονται στενά με ψυχιάτρους.

Συνοψίζοντας, η ανάλυση αυτή αναδεικνύει ότι οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας στην πρωτοβάθμια φροντίδα διαδραματίζουν έναν πολυδιάστατο ρόλο, γεφυρώνοντας την προληπτική φροντίδα, τη συνεχή υποστήριξη, τις κλινικές διαδικασίες και τη συνεργασία εντός της ομάδας στη διαχείριση της ψυχικής υγείας.

Ένα άτυπο παράδειγμα πρακτικής για την ανακατανομή καθηκόντων: Μία νοσηλεύτρια ψυχικής υγείας και ένας οικογενειακός γιατρός συνεργάστηκαν για να εντάξουν τη φροντίδα ψυχικής υγείας στην πρωτοβάθμια φροντίδα. Η νοσηλεύτρια, που κάνει μεταπτυχιακές σπουδές, άρχισε να προσφέρει συνεδρίες. Και οι δύο επαγγελματίες συμφώνησαν ότι οι μεγαλύτερες σε χρόνο συνεδρίες βοηθούν στο να χτιστεί εμπιστοσύνη και να δοθούν συμβουλές για τον τρόπο ζωής. Αν και κάποια καθήκοντα τους επικαλύπτονται, η ειδική γνώση της νοσηλεύτριας αξιολογήθηκε ότι είναι πολύτιμη. Συνολικά, πιστεύουν ότι η παρουσία της νοσηλεύτριας ψυχικής υγείας ωφελεί ασθενείς και προσωπικό και ζητούν ξεκάθαρους κανόνες για τους ρόλους και την κατανομή εργασιών.

Εκπαιδευτικές ανάγκες: Οι δεξιότητες των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs) στην πρωτοβάθμια φροντίδα ποικίλλουν, καθώς προέρχονται τόσο από τον χώρο της πρωτοβάθμιας όσο και της εξειδικευμένης φροντίδας. Παρά τις διαφορές στο επίπεδο εμπειρίας, οι νοσηλευτές ψυχικής υγείας είναι καλά καταρτισμένοι, αφοσιωμένοι στην ευημερία των ασθενών και πρόθυμοι να αναλάβουν περισσότερες ευθύνες. Η ισχυρή επαγγελματική τους ταυτότητα, τους επιτρέπει να εργάζονται τόσο αυτόνομα όσο και αποτελεσματικά μέσα σε μια ομάδα. Τα Κέντρα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας (PCCs) διαφέρουν επίσης ως προς την ετοιμότητά τους να ενσωματώσουν τους νοσηλευτές ψυχικής υγείας (MHNs). Κάποια σημεία μπορεί να εμφανίζουν προκατάληψη, καθώς είναι πιο δεκτικά στην καινοτομία και τη ανακατανομή καθηκόντων. Για να διασφαλιστεί η υποστήριξη των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs), η εκπαίδευσή τους θα πρέπει να τους προετοιμάζει για αυτόνομη εργασία, ενώ πρέπει να υπάρχουν συστήματα συνεργασίας με εξωτερικούς ειδικούς. Πρόσθετη εκπαίδευση θα πρέπει να παρέχεται σε ολόκληρες τις ομάδες πρωτοβάθμιας φροντίδας.

Ευκαιρίες και περιορισμοί: Προς το παρόν, ο ρόλος του νοσηλευτή ψυχικής υγείας στην πρωτοβάθμια φροντίδα καθορίζεται περισσότερο από τον τίτλο εργασίας παρά από συγκεκριμένα καθήκοντα. Στα τέλη του 2022, οι συζητήσεις γύρω από τα εθνικά αναπτυξιακά σχέδια ανέδειξαν ευρεία υποστήριξη για την ένταξη των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs) στις τυπικές ομάδες

πρωτοβάθμιας φροντίδας. Ωστόσο, η απουσία ενός επίσημα καθορισμένου ρόλου αφήνει περιθώριο για διαφορετικές ερμηνείες, και αυτό είναι κάτι που μπορεί να διευκολύνει αλλά και να δυσκολέψει την μελλοντική ενσωμάτωσή τους. Για να καθοριστεί ξεκάθαρα ο ρόλος, απαιτούνται περαιτέρω συζητήσεις με συμμετοχή όλων των μελών των ομάδων πρωτοβάθμιας φροντίδας και ειδικών στην ψυχική υγεία. Ο ρόλος αυτός θα πρέπει να είναι ευέλικτος ώστε να ανταποκρίνεται στο διαφορετικό υπόβαθρο των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs), ενώ παράλληλα να ευθυγραμμίζεται με τις ανάγκες της ομάδας και τις υπάρχουσες δεξιότητες. Οι ευκαιρίες και οι περιορισμοί αυτοί περιγράφονται αναλυτικά στον παρακάτω πίνακα.

Ευκαιρίες	Εμπόδια	Μέτρα αντιμετώπισης
Διεύρυνση της ομάδας πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας ώστε να διαθέτει περισσότερους πόρους και μεγαλύτερη ευελιξία στην υποστήριξη των ασθενών.	Περιορισμένο ειδικό νοσηλευτικό και άλλο ανθρώπινο δυναμικό	Περιγραφή του ρόλου, ενίσχυσή του ρόλου μέσω της αύξησης του αριθμού καταρτισμένων νοσηλευτών. Προώθηση Επιλογών για εκπαίδευση
	Διαφορετικά επίπεδα επάρκειας και ετοιμότητας μεταξύ ιατρών και Κέντρων Πρωτοβάθμιας Φροντίδας (PCCs).	Εκπαίδευση σε συνεργασία με όλη την ομάδα
	Απουσία νομικής ρύθμισης του ρόλου	Επίτευξη εθνικής συμφωνίας σχετικά με τον ρόλο, τα καθήκοντα και τις αρμοδιότητες του νοσηλευτή ψυχικής υγείας (MHN).
	Πολλοί ασθενείς δεν προσδοκούν/περιμένουν κάποια βοήθεια από την πρωτοβάθμια φροντίδα	Εκκίνηση με ασθενείς που είναι ανοιχτοί και έτοιμοι για να λάβουν βοήθεια
Προώθηση ποιοτικής ψυχικής υγείας σε επίπεδο πρωτοβάθμιας φροντίδας	Οι ασθενείς μπορεί να προτιμούν να δουν έναν νοσηλευτή παρά έναν γιατρό	Έμφαση στην εκπαίδευση και την εξειδικευμένη γνώση των νοσηλευτών ψυχικής υγείας (MHNs). Προσαρμογή της

		εκπαίδευσης στις ανάγκες των ασθενών
	Η εκπαίδευση στο πρόγραμμα μεταπτυχιακών σπουδών είναι ανεπαρκής σε κλινικές δεξιότητες.	Ενίσχυση της εκπαίδευσης σε κλινικές πρακτικές
	Κακή επικοινωνία και ανταλλαγή πληροφοριών μεταξύ των επαγγελματιών	Εσωτερική συμφωνία σχετικά με τους ρόλους, τη διαχείριση δεδομένων και τις πληροφορίες που συλλέγονται και κοινοποιούνται.
	Έλλειψη εμπιστοσύνης μεταξύ επαγγελματιών	Χτίσιμο εμπιστοσύνης μέσα στην ομάδα
	Αβεβαιότητα κατά την ανάληψη νέου ρόλου ή της ένταξη σε νέα ομάδα	Δημιουργία διεπιστημονικής ταυτότητας μέσω κοινής εκπαίδευσης και αμοιβαίας κατανόησης.

Κύρια ευρήματα:

- Το πρόγραμμα σπουδών για τη νοσηλευτική ψυχικής υγείας εισήχθη το 2018.
- Σύμφωνα με το μητρώο εργαζομένων στον τομέα της υγείας στην Εσθονία, στις αρχές του 2023 υπήρχαν **166 νοσηλευτές ειδικευμένοι** στην ψυχική υγεία. Οι περισσότεροι από αυτούς εργάζονται σε νοσοκομεία ή ιδιωτικά ιατρεία δίπλα σε ψυχιάτρους, ενώ μόνο λίγοι δραστηριοποιούνται σε πρωτοβάθμιες μονάδες υγείας.
- Λόγω της έλλειψης ειδικών νοσηλευτών ψυχικής υγείας, δεν έχουν καταφέρει όλα τα Κέντρα Πρωτοβάθμιας Φροντίδας να εξασφαλίσουν την παρουσία αυτών των επαγγελματιών.
- Οι δραστηριότητες ανακατανομής καθηκόντων είχαν ήδη εφαρμοστεί εν μέρει από διάφορους επαγγελματίες πριν από το πιλοτικό πρόγραμμα, κυρίως με **άτυπο τρόπο**. Ένα σημαντικό πρόβλημα ήταν **η ασυνέπεια** στον τρόπο με τον οποίο διαφορετικές οργανώσεις και επαγγελματίες υγείας εφάρμοζαν την ανακατανομή καθηκόντων.
- Η απασχόληση νοσηλευτών ψυχικής υγείας οδήγησε σε ραντεβού με περισσότερο χρόνο αφιερωμένο ειδικά στη νοσηλευτική ψυχικής υγείας.
- Τόσο οι γιατροί όσο και οι νοσηλευτές θεωρούν αυτό το νέο μοντέλο φροντίδας χρήσιμο και αποδεκτό από τους ασθενείς.

Απαιτούνται περαιτέρω παρεμβάσεις **τηλενοσηλείας** μέσω ψηφιακών εργαλείων.

κύριες αναφορές

- TaSHI Project. *The Project – Empowering EU Health Policies on Task Shifting*. Available at: <https://tashiproject.eu/the-project/>).
- TaSHI Project - D5.1 CASE STUDIES OF IMPLEMENTATION SITES Available at: [D5.1-Case-studies-of-implementation-sites.pdf](#)
- TaSHI Project - D5.2 GUIDEBOOK ON TASK SHIFTING Available at: [D5.2-Guidebook-on-task-shifting_revised_final_ISBN.pdf](#)