

tak motivováni k poskytování kvalitnější péče více zaměřené na konkrétní cíle. Namátkou se jedná např. o program VZP hypertenze či o programy zaměstnaneckých pojišťoven mířící na geriatrické pacienty či pacienty s osteoporózou. I když ekonomický přínos těchto programů může být značný, jejich Achillovou patou je na rozdíl od principů Úhradové vyhlášky a v příloze č. 2 pevně zasmulvněných kódů jejich nenáročnost. Nikdy nevíme, jestli bude daný program, na který jsme nevykli a který je pro nás třeba ekonomicky důležitý, platný i pro následující rok.

Závěr

Ambulantní interna je stále ještě jedním ze stěžejních pilířů ambulantní péče, její pozice ale oslabuje. Pro absenci moderních vyšetřovacích metod není ve zcela optimální odborné kondici a ekonomicky je ve vyslovené dekondici. Hlavními ekonomickými brzdami jsou nízké PURO a nízké preskripční limity. Přijmeme-li myšlenku, že kvalitní a udržitelnou ambulantní internu lze provozovat jen v ekonomicky zdravém a silném zázemí, pak musí být naší ambicí provo-

zovat modernější a výkonově orientované praxe. Musíme odhodit pomyslounou hrdost internisty na jeho ruce a hlavu a stát se opět super atraktivními pro pacienty a kolegy lékaře. To jde v současné finančně nejednoduché době ruku v ruce s ekonomickou prosperitou. Měli bychom být vstřícní, propacientštit, preskribovat moderní léky, a kromě základního umu internisty ovládat a provádět i přístrojové výkony, bez kterých to dnes odborně ani ekonomicky nejde (k dispozici jsou a věřím, že se podaří diskuzí mezi Výborem ČIS a ambulantními internisty nadefinovat výkony nové). Jejich ovládání je jednou z věcí, které nás odlišují od primární péče. Ekonomické posílení našich praxí nás pak přivede zpět na začátek – dá nám prostor k tomu, znovu hloubat nad složitými případy komplikovaných pacientů, kteří se bez naší erudice neobejdou. Zachováme-li status quo, pak je na místě se začít o budoucnost ambulantní interny strachovat. Bez (zatím velmi malé) sebezáchovné iniciativy samotných ambulantních internistů ve spolupráci s Výborem ČIS a Sdružením ambulantních internistů to však nepůjde.

KNIŽNÍ NOVINKY



Aktivujte svou psychickou odolnost Zvládání životních výzev

Stephanie Azri

Překlad: Diestlerová, Petra

Psychická odolnost je vlastnost, kterou v dnešním světě opravdu potřebujeme. Pomáhá nám vypořádat se s nesnázemi, které nás potkávají. Je mocnou zbraní, díky níž překonáme i ty největší výzvy svého života. A co je na ní nejlepší? To, že ji můžeme budovat, ať jsme jakéhokoli věku.

Autorka představuje 12 základních dovedností, které potřebujeme k aktivaci své psychické odolnosti. V každé kapitole najdete kromě krátkého popisu dané schopnosti také různá cvičení, aktivity a samozřejmě též příklady ze života lidí, kteří procházeli něčím podobným jako vy. Každá dovednost v sobě pojí techniky známé z kognitivně-behaviorální terapie, pozitivní psychologie a intervence zaměřené na řešení.

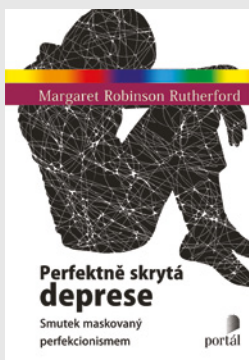
Knihu uvítají lidé se zájmem o téma psychické odolnosti a zvládání životních výzev.

brož., 184 str., 369 Kč

ISBN: 978-80-7345-710-5

Cena: 795 Kč

Formát: 132 x 210 mm, brožovaná



Perfektně skrytá deprese Smutek maskovaný perfekcionismem

Margaret Robinson Rutherford

Překlad: Antonínová, Hana

Když váš život vypadá perfektně, ale stále vám něco chybí...

Pokud vám jako malým říkali, že bolestivé emoce jsou známkou slabosti, nebo že pokud jste zranitelní, je to pro vás nebezpečné, možná jste si vytvořili život, který vypadá na první pohled perfektně. Působíte úspěšně, zapojujete se do veřejného dění, zdá se, že jste vždy ochotni pomáhat druhým. V čem je tedy problém? Jste plni sebekritičnosti a zahanbení, nedovolíte si dát najevo svůj strach, hněv, ztrátu nebo zármutek. Je vám jasné, že něco není v pořádku, ale nejste si jisti, co to je. Máte pocit, že jste v pasti a sami. Pokud je tomu tak, možná máte perfektně skrytou depresi. Tento průvodce pomůže rozpoznat perfekcionismus, identifikovat destruktivní myšlenkové scénáře, objevíte díky němu mocné strategie zvládání nepříjemných pocitů, a co je nejdůležitější, zjistíte, že když si řeknete o pomoc, nebude to známkou slabosti, ale síly.

Knihu uvítají terapeuti, lidé s perfekcionistickým zaměřením a lidé s depresí.

brož., 216 str., 365 Kč