CME OUTFITTERS

सफलता के लिए साझेदारी

एचआईवी पीआरईपी (PrEP) के उपयोग और पालन में सुधार के लिए प्रेरक दृष्टिकोण और साझा निर्णय-निर्माण (एसडीएम)।

पीआरईपी (PrEP) में रोगी की सहभागिता को मजबूत करने के लिए एक त्वरित-प्रारंभ मार्गदर्शिका

यह संसाधन स्वास्थ्य सेवा पेशेवरों को रोगी सहभागिता रणनीतियों को मजबूत करने में सहायता करने के लिए डिज़ाइन किया गया है, जिसमें प्रेरक दृष्टिकोण और साझा निर्णय लेने (एसडीएम) शामिल हैं, ताकि एचआईवी रोकथाम देखभाल के हिस्से के रूप में प्री-एक्सपोजर प्रोफिलैक्सिस (पीआरईपी) के निरंतर उपयोग को सहयोगात्मक रूप से शुरू किया जा सके और उसका समर्थन किया जा सके। हालांकि, निर्धारित तरीके से लेने पर पीआरईपी (PrEP) बेहद प्रभावी होती है, लेकिन विभिन्न परिस्थितियों और आबादी में इसका उपयोग और निरंतरता असंगत बनी रहती है। नैदानिक अनुभव और साक्ष्य दर्शाते हैं कि **हम पीआरईपी (PrEP) के बारे में कैसे बात करते हैं** अक्सर उतना ही महत्वपूर्ण होता है जितना कि **कौन सा रोकथाम विकल्प** चुना जाता है। प्रभावी प्रेरक साक्षात्कार दृष्टिकोण और एसडीएम, पीआरपीई की शुरुआत और निरंतरता में सुधार करने, रोगी का आत्मविश्वास और भरोसा बढ़ाने, दुविधा को कम करने, पालन संबंधी चुनौतियों की शीघ्र पहचान करने और चल रही, रोगी-केंद्रित रोकथाम देखभाल के हिस्से के रूप में समायोजन, रुकावटों और पुनः आरंभ को सामान्य बनाने में मदद करते हैं। यह संसाधन सहयोगात्मक नैदानिक साझेदारी के माध्यम से पीआरईपी (PrEP) के उपयोग को बढ़ावा देने के लिए व्यावहारिक रणनीतियाँ प्रदान करता है।

पीआरईपी (PrEP) में साझा निर्णय लेने के मूल सिद्धांत

1. बातचीत को आमंत्रित करना

एचआईवी रोकथाम संबंधी चर्चाओं को सामाजिक स्थिति से इतर भाषा का प्रयोग करके सामान्य बनाएं (उदाहरण के लिए, "मैं नियमित देखभाल के हिस्से के रूप में अपने सभी रोगियों से एचआईवी रोकथाम, जिसमें पीआरईपी भी शामिल है, के बारे में बात करता हूं")।

2. विकल्पों को स्पष्ट रूप से प्रस्तुत करना

उपलब्ध पीआरईपी तौर-तरीकों का वर्णन करें, जिसमें खुराक अनुसूची, प्रशासन, अनुवर्ती आवश्यकताएं और सामान्य चिंताएं शामिल हैं (उदाहरण के लिए, साधारण, गैर-तकनीकी भाषा का उपयोग करते हुए दैनिक मौखिक और दीर्घकालिक विकल्पों की संक्षेप में तुलना करना)। मरीजों को शिक्षित करने के लिए मुद्रित सामग्री या वेबसाइट संसाधन उपलब्ध कराने पर विचार करें।

3. रोगी के मूल्यों और संदर्भ का अन्वेषण करना

दैनिक दिनचर्या, निजता संबंधी चिंताएं, सामाजिक कलंक, यात्रा, लागत और जीवन में होने वाले परिवर्तन, ये सभी कारक पीआरईपी (PrEP) के उपयोग को प्रभावित करते हैं।

4. मिलकर निर्णय लेना

मरीजों को उनकी पसंद और क्षमता के अनुरूप योजना चुनने में सहायता करें।

5. समय के साथ निर्णयों पर पुनर्विचार करना

ध्यान दें कि पीआरईपी (PrEP) की आवश्यकताएं बदल सकती हैं। पुनर्मूल्यांकन अपेक्षित है, यह कोई झटका नहीं है। मरीजों को बिना किसी दबाव के निर्णय लेने के लिए समय और जानकारी दें।

प्रेरक संचार तकनीकें जो कारगर हैं

प्रेरक साक्षात्कार पर आधारित रणनीतियों को नियमित मुलाकातों में महत्वपूर्ण समय जोड़े बिना एकीकृत किया जा सकता है।

अन्वेषण करें → पुष्टि करें → जानकारी प्रदान करें → प्रतिक्रिया प्राप्त करें → सहायता योजना

खुले सिरे वाले प्रश्नों का प्रयोग करें

"मेरे कई मरीज़ अपनी सुरक्षा के लिए पीआरईपी (PrEP) में रुचि रखते हैं; क्या आप इसके बारे में जानना चाहेंगे?"

"आपको पीआरईपी (PrEP) में क्या दिलचस्पी थी?"

"पीआरईपी शुरू करने या जारी रखने के बारे में आपकी क्या चिंताएं हैं?"

"हम पीआरईपी (PrEP) प्लान का पालन करना कैसे आसान बना सकते हैं?"

चिंतन करें और सामान्यीकरण करें

ऐसा लगता है कि आपके व्यस्त कार्यक्रम के कारण रोजाना दवा लेना मुश्किल हो जाता है।

"बहुत से लोगों को निजता या दुष्प्रभावों को लेकर चिंताएं हैं।"

चिंताओं को कम करके आंकने के बजाय उन्हें मान्य करें।

दुविधा और अनिश्चितता को सामान्य मानें।

स्वायत्तता पर जोर दें

इस निर्णय पर आपका पूरा नियंत्रण है।

"अगर यह योजना आपके लिए काम करना बंद कर दे तो हम इसमें बदलाव कर सकते हैं।"

दबाव डाले बिना दुविधा का समाधान करना

दुविधा होना आम बात है और इसकी उम्मीद की जानी चाहिए। दुविधा को प्रतिरोध के रूप में न समझें।

सहायक उपाय:

- अनिश्चितता को स्वीकार करें, लेकिन निर्णय लेने में जल्दबाजी न करें।
  - जगह छोड़ दें
- जब चिंताएं भावनात्मक या व्यावहारिक हों तो डेटा के आधार पर अत्यधिक सुधार करने से बचें।
- जानकारी देने से पहले अनुमति अवश्य लें।

उदाहरण: "क्या यह ठीक रहेगा अगर मैं कुछ ऐसे विकल्प साझा करूँ जो अन्य रोगियों के लिए सहायक साबित हुए हैं?"

लक्ष्य को पुनः परिभाषित करना: पालन से लेकर उपयुक्तता तक

परंपरागत अनुपालन मॉडल अक्सर रोगी के व्यवहार पर ध्यान केंद्रित करते हैं। प्रेरक दृष्टिकोण लक्ष्य को **रोकथाम रणनीति और रोगी के जीवन के बीच सर्वोत्तम तालमेल खोजना** के रूप में पुनः परिभाषित करता है।

प्रमुख सोच में बदलाव:

जब मरीजों को यह महसूस होता है कि उनकी बात सुनी जा रही है, उनका सम्मान किया जा रहा है और उन्हें निर्णयों में शामिल किया जा रहा है, तो पीआरईपी (PrEP) के प्रति उनकी प्रतिबद्धता में सुधार होता है।

अभ्यास सुझाव: सहयोगात्मक रूप से संबोधित की गई दुविधा से पहल करने या पुनः जुड़ने की संभावना अधिक होती है।

दोषारोपण किए बिना दृढ़ता का समर्थन करना

दवा की खुराक छूट जाना, डॉक्टर के पास जाने में देरी होना या पीआरईपी (PrEP) के उपयोग में रुकावट आना आम बात है। चिकित्सकों की प्रतिक्रिया से मरीजों के इलाज में बने रहने पर गहरा प्रभाव पड़ता है।

भाषा मायने रखती है: दोषारोपण किए बिना पीआरईपी (PrEP) के निरंतर उपयोग का समर्थन करना

भाषा में छोटे-मोटे बदलाव करने से गलतियों को सामान्य मानने, शर्मिंदगी कम करने और मरीजों को निवारक देखभाल में फिर से शामिल करने में मदद मिल सकती है।

सहायक, सहभागिता-केंद्रित भाषा	जिन भाषाओं से बचना चाहिए
छूटी हुई खुराकों के बारे में निष्पक्ष रूप से पूछें।	निर्णयात्मक या सुधारात्मक भाषा
"क्या बाधा उत्पन्न हुई?"	"आपने ऐसा क्यों नहीं किया...?"
अगली बार क्या बेहतर काम कर सकता है?	"आपको होना चाहिए..."
"हम योजना में कैसे बदलाव कर सकते हैं?"	आपको नियमों का अधिक पालन करना होगा।
पुनः आरंभ करने के विकल्प को सुदृढ़ करें	गलतियों को विफलता के रूप में प्रस्तुत करना

संपर्क बढ़ाने के अवसरों के रूप में अनुवर्ती मुलाकातें

अनुवर्ती मुलाकातों को निगरानी के बजाय **सहायक चेक-इन** के रूप में तैयार किया जाना चाहिए।

इन मुलाकातों का उपयोग करें:

- रोकथाम लक्ष्यों का पुनर्मूल्यांकन करें
- समग्र स्वास्थ्य के एक भाग के रूप में यौन स्वास्थ्य संबंधी आवश्यकताओं में होने वाले परिवर्तनों का अन्वेषण करें।
- उभरती हुई बाधाओं की पहचान शीघ्र ही करें
- मरीजों की सफलता और उनकी स्वायत्तता को सुदृढ़ करें।

जब उपयुक्त हो, तो उपचार की निरंतरता और पहुंच को सुदृढ़ करने के लिए नर्सों, फार्मासिस्टों और केमिस्टों, सामुदायिक स्वास्थ्य कार्यकर्ताओं या सहकर्मी सहायकों (नेविगेटर) को शामिल करें।

पीआरईपी (PrEP) में भागीदारी के वैश्विक पहलू

विभिन्न क्षेत्रों में, पीआरईपी (PrEP) वितरण मॉडल भिन्न-भिन्न होते हैं। प्रभावी सहभागिता रणनीतियों में निम्नलिखित बातों का ध्यान रखा जाता है:

- पहुँच बिंदुओं में अंतर (सार्वजनिक क्लीनिक, गैर-सरकारी संगठन [एनजीओ], फार्मेसियाँ, टेलीहेल्थ)
- गतिशीलता और प्रवास
- निजता और बदनामी संबंधी चिंताएँ
- संसाधन संबंधी सीमाएँ और अनुवर्ती कार्रवाई क्षमता

परिस्थिति चाहे जो भी हो, प्रेरणा संबंधी दृष्टिकोण और एसडीएम उपकरण लागू करने योग्य और अनुकूलनीय बने रहते हैं।

नैदानिक अभ्यास के लिए व्यावहारिक सीख

- अनुमानों के बजाय जिज्ञासा के साथ आगे बढ़ें।
- पीआरईपी (PrEP) के उपयोग में बदलाव और लचीलेपन को सामान्य बनाएं।
- निर्णय लेते समय रोगी की प्राथमिकताओं को प्राथमिकता दें।
- व्यवधानों को पुनः सक्रिय होने के अवसरों के रूप में लें।
- इस बात पर जोर दें कि रोकथाम एक सतत साझेदारी है।

तुरंत सुझाव और तरकीबें

अभ्यास एकीकरण चेकलिस्ट

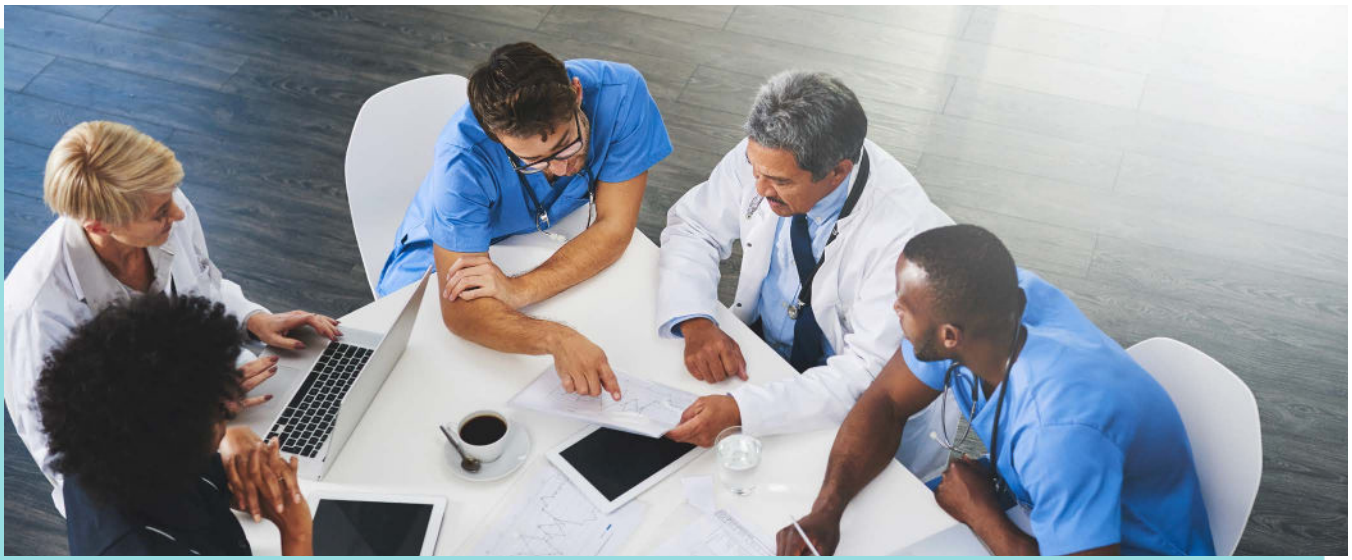
- ☐ **स्थिति-तटस्थ, गैर-निर्णयात्मक भाषा का प्रयोग करें**
- ☐ **खुले प्रश्नों का उपयोग करके रोगियों को शामिल करें**
- ☐ **पालन संबंधी चुनौतियों की पहचान करना और उन्हें सामान्य बनाना**
- ☐ **पीआरईपी (PrEP) योजनाओं को सहयोगात्मक रूप से समायोजित करें**
- ☐ **बिना किसी कलंक के पुनः आरंभ करने का समर्थन करें**

मुलाकात के बाद भी मरीजों को सहायता प्रदान करना

मरीजों को जानकारी देने वाले ऐसे उपकरणों के उपयोग को प्रोत्साहित करें जो साझा संदेशों को सुदृढ़ करते हैं, जिनमें शामिल हैं:

- आइए पीआरईपी (PrEP) के बारे में बात करें: अपनी स्वास्थ्य सेवा टीम के साथ मिलकर अपनी योजना पर कैसे टिके रहें"
- आपके लिए सही पीआरईपी (PrEP) विकल्प ढूँढना
- क्या आप लंबे समय तक असर करने वाली पीआरईपी (PrEP) के बारे में सोच रहे हैं?

> स्वास्थ्य सेवा प्रदाताओं (एचसीपी) और रोगियों के लिए उपलब्ध संसाधनों में एक समान संदेश से सहभागिता बढ़ती है और परिणाम बेहतर होते हैं।



समापन परिप्रेक्ष्य

जब मरीज़ों को निर्देश दिए जाने के बजाय सशक्त महसूस कराया जाता है, तो पीआरईपी (PrEP) को अपनाने और इसे जारी रखने में सुधार होता है। प्रेरक साक्षात्कार पद्धतियाँ और साझा निर्णय लेने की प्रक्रिया, रोगियों को उनकी देखभाल में सक्रिय भागीदार के रूप में मान्यता देकर स्थायी रोकथाम का समर्थन करती हैं।

रोकथाम सबसे अच्छा तब काम करती है जब यह **मरीजों के साथ** काम करती है, न कि केवल उनके लिए।

इस बात पर जोर दें कि आप और आपके सहकर्मी उनकी स्वास्थ्य देखभाल टीम का हिस्सा हैं। आप और आपकी टीम को परवाह है और आप उनकी सफलता में भागीदार बनना चाहते हैं।

इस टूल को सहकर्मियों को या इससे संबंधित संसाधन को अपने मरीजों को भेजें।