

Mbinu za Kuhamasisha na Kufanya Maamuzi ya Pamoja (SDM) ili Kuboresha Matumizi na Mazingatio kuhusu PrEP ya VVU



Mwongozo wa Haraka wa Kuimarisha Ushiriki wa Mgonjwa katika PrEP

Rasilimali hii imeundwa kuwasaidia wataalamu wa afya katika kuimarisha mikakati ya ushiriki wa wagonjwa, ikiwa ni pamoja na mbinu za motisha na kufanya maamuzi ya pamoja (SDM), ili kuanzisha na kuunga mkono matumizi endelevu ya kinga ya kabla ya kuambukizwa (PrEP) kama sehemu ya huduma ya kuzuia VVU. Ingawa PrEP ina ufanisi mkubwa inatumika kama ilivyokusudiwa, kutumika na usitahimilivu haubadiliki katika mazingira na makundi ya watu. Uzoefu wa kimatibabu na ushahidi unaonyesha kwamba *jinsi tunavyozungumzia* PrEP mara nyingi ni muhimu tu kama tukizungumzia *ni chaguo gani la kinga* linalochaguliwa. Mbinu bora za mahojiano ya motisha na SDM husaidia kuboresha uanzishaji na kudumisha PrEP, ili kujenga ujasiri na uaminifu wa mgonjwa, kupunguza utata, kutambua changamoto za kufuata mapema, na kunyoosha marekebisho, hitilafu, na kuanza upya kama sehemu ya huduma endelevu ya kinga inayolenga mgonjwa. Rasilimali hii inatoa mikakati ya vitendo ya kusaidia matumizi ya PrEP kupitia ushirikiano wa kimatibabu.

Kanuni Kuu za Kufanya Maamuzi ya Pamoja kuhusu PrEP

1. Kualika mazungumzo

Badilisha mijadala ya kuzuia VVU kwa kutumia lugha isiyoegemea upande wowote (km, “Ninazungumza na wagonjwa wangu wote kuhusu kuzuia VVU, ikiwemo PrEP, kama sehemu ya huduma ya kawaida”)

2. Kuwasilisha chaguzi waziwazi

Eleza mbinu zinazopatikana za PrEP, ikiwemo ratiba za dozi, utoaji, mahitaji ya ufuatiliaji, na wasiwasi wa kawaida (km, *kulinganisha kwa ufupi chaguzi za ile ya kumeza kila siku na za utendaji wa muda mrefu kwa kutumia lugha rahisi, isiyo ya kiufundi*). Zingatia kutoa zana ya elimu kwa mgonjwa iliyochapishwa au rasilimali ya tovuti

3. Kuchunguza maadili na muktadha wa mgonjwa

Taratibu za kila siku, wasiwasi kuhusu faragha, unyanyapaa, usafiri, gharama, na mabadiliko ya maisha yote huathiri matumizi ya PrEP

4. Kufanya maamuzi pamoja

Wasaidie wagonjwa katika kuchagua mpango unaandamana na mapendeleo na uwezo wao

5. Kupitia upya maamuzi baada ya muda

Kumbuka kwamba mahitaji ya PrEP yanaweza kubadilika. Tathmini mpya inatarajiwa, si kikwazo. Wape wagonjwa muda na taarifa za kuamua bila kuhisi kushinikizwa

Mbinu za Mawasiliano ya Kuhamasisha Zinazofanya Kazi

Mikakati ya mahojiano inayotokana na motisha iliyo na taarifa sahihi inaweza kuunganishwa katika ziara za kawaida bila kuongeza muda mwingi.

Gundua → Thibitisha → Taarifa za Ofa → Omba Jibu → Mpango wa Usaidizi

Tumia Maswali Yasiyohitaji Majibu

"Wagonjwa wangu wengi wanavutiwa na PrEP ili kuwaweka salama; je, ungependa kujifunza kuhusu?"

"Je, ni nini kilikuvutia kuhusu PrEP?"

"Je, una wasiwasi gani kuhusu kuanzisha au kuendelea na PrEP?"

"Tunawezaje kurahisisha kufuata mpango wa PrEP?"

Tafakari na Urekebishe

"Inaonekana kama ratiba yako inafanya kutumia dawa za kila siku kuwa vigumu."

"Watu wengi wana wasiwasi kuhusu faragha au madhara."

Thibitisha wasiwasi bila kupuuza.

Nyoosha hali tata na kutokuwa na hakika.

Sisitiza Kuwa na Uhuru

"Una udhibiti wa uamuzi huu."

"Tunaweza kurekebisha mpango ikiwa utaacha kufanya kazi kwa ajili yako."

Kushughulikia Hali ya Kuchanganyikiwa Bila Shinikizo

Hali ya tata ni jambo la kawaida na inapaswa kutarajiwa. Usitafsiri utata kama upinzani.

Mbinu za manufaa:

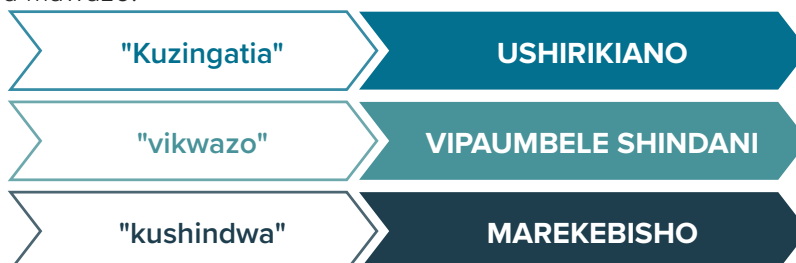
- Kubali kutokuwa na uhakika bila kufanya maamuzi ya haraka
 - Ruhusu nafasi
- Epuka kusahihisha kupita kiasi kwa kutumia data wakati wasiwasi ni wa kihisia au wa vitendo
- Omba ruhusa kabla ya kutoa taarifa

Mfano: "Je, itakuwa sawa nikishiriki chaguo chache ambazo wagonjwa wengine wameona kuwa za manufaa?"

Kubadilisha Lengo: Kutoka kwa Kuzingatia hadi Kufaa

Mifumo ya kitamaduni ya uzingatiaji mara nyingi huzingatia tabia ya mgonjwa. Mbinu ya kimotisha inabadilisha lengo kama tukupata njia bora zaidi inayofaa kati ya mkakati wa kinga na maisha ya mgonjwa.

Mabadiliko muhimu ya mawazo:



Ustahimilivu wa PrEP huongezeka wagonjwa wanapohisi kusikilizwa, kuheshimiwa, na kuhusika katika maamuzi.



Vidokezo tendaji: Utata unaoshughulikiwa kwa ushirikiano una uwezekano mkubwa wa kusababisha kuanza au kushiriki upya.

Kuunga mkono Ustahimilivu Bila Lawama

Kukosa dozi, kuchelewa kwa ziara, au kusimamishwa kwa matumizi ya PrEP ni jambo la kawaida. Jinsi madaktari wanavyoitikia huathiri sana hali ya wagonjwa kuendelea kushiriki katika huduma.

Masuala ya Lugha: Kuunga mkono Ustahimilivu wa PrEP Bila Lawama

Kutumia mabadiliko madogo ya lugha kunaweza kusaidia kurekebisha makosa, kupunguza aibu, na kuwashirikisha tena wagonjwa katika huduma ya kinga.

Lugha Inayounga Mkono na Kuzingatia Ushirikisho	Lugha ya Kuepuka
Uliza kuhusu dozi zilizokosa kuchukuliwa kihuria	Lugha ya kuhukumu au kurekebisha
"Je, ni nini kilichokuzuia?"	"Je, kwa nini hukufanya hivyo...?"
"Je, ni nini kinachoweza kufanya kazi vizuri zaidi wakati ujao?"	"Unapaswa kuwa na..."
"Je, tunawezaje kurekebisha mpango huu?"	"Unahitaji kuwa mtiifu zaidi"
Sisitiza kuanza upya kama chaguo	Kuangazia makosa kama kushindwa

Ziara za Ufuatiliaji kama Fursa za Ushiriki

Ziara za ufuatiliaji zinapaswa kuelezewa kama **fursa za kusaidiwa**, si kufuatiliwa.

Tumia ziara:

- Kutathmini upya malengo ya kinga
- Kuchunguza mabadiliko katika mahitaji ya afya ya kingono, kama sehemu ya afya kwa ujumla
- Kutambua vikwazo vinavyojitokeza mapema
- Sisitiza mafanikio ya mgonjwa na shirika lake

Inapofaa, wahusishe wauguzi, wafamasia na wanakemia, wafanyakazi wa afya kwa jamii, au wasafiri wenzao ili kuimarisha mwendelezo na upatikanaji wa matibabu.

Mambo ya Kuzingatia kwa Jumla katika Ushiriki wa PrEP

Katika maeneo mbalimbali, mifumo ya utoaji wa PrEP inatofautiana. Mikakati fanisi ya ushirikisho inahusika na:

- Tofauti katika vituo vya ufikiaji (kliniki za umma, mashirika yasiyo ya kiserikali [NGOs], maduka ya dawa, huduma za afya kwa njia ya simu)
- Matembezi na uhamaji
- Maswala ya faragha na unyanyapaa
- Upungufu wa rasilimali na uwezo wa ufuatiliaji

Bila kujali mazingira, mbinu za motisha na zana za SDM zinabaki kutumika na kutekelezwa.

Mambo ya Kuzingatia kwa Mienendo ya kimatibabu

- Ongoza kwa udadisi, si kukisia
- Kunyoosha mabadiliko mabadiliko na unyumbufu katika matumizi ya PrEP
- Maamuzi makuu kuhusu vipaumbele vya wagonjwa
- Chukulia hitilafu kama fursa za kushiriki tena
- Sisitiza kwamba kinga ni ushirikiano endelevu

VIDOKEZO NA MBINU ZA HARAKA

Orodha ya Ujumuisho wa mienendo

- ☐ Tumia lugha isiyoegemea upande wowote, isiyohukumu
- ☐ Washirikishe wagonjwa kwa kutumia maswali yasiyohitaji majibu
- ☐ Tambua na urekebishe changamoto za uzingatiaji
- ☐ Rekebisha mipango ya PrEP kwa ushirikiano
- ☐ Saidia kuanzishwa upya bila kutumia unyanyapaa



Kuwasaidia Wagonjwa Kando na Ziara

Himiza matumizi ya zana za wagonjwa zinazoimarisha ujumbe wa pamoja, ikiwemo

- "Tuzungumze kuhusu PrEP: Jinsi ya Kufanya Kazi na Timu Yako ya Huduma ya Afya ili Kufuata Mpango Wako"
- "Kupata Chaguo Sahihi la PrEP kwa Ajili Yako"
- "Unafikiria Kuhusu PrEP Inayofanya Kazi kwa Muda Mrefu?"

Kutuma ujumbe mara kwa mara katika HCP na rasilimali za wagonjwa huimarisha ushiriki na kuboresha matokeo.



Mtazamo wa Kufunga

Matumizi uendelevu ya PrEP hufanyika bora wagonjwa wanapohisi wamewezeshwa, si kuelekezwa. Mbinu za mahojiano ya kmotisha na kufanya maamuzi ya pamoja husaidia kinga endelevu kwa kuwatambua wagonjwa kama washirika hai katika huduma yao.

Kinga hufanya kazi vizuri zaidi inapofanya kazi **na wagonjwa**, si kwa ajili yao pekee.

Sisitiza kwamba wewe na wafanyakazi wenzako ni sehemu ya timu yao ya huduma ya afya. Wewe na timu yako mnajali na mnataka kuwa sehemu ya mafanikio yao.

Sambaza kifaa hiki kwa wafanyakazi wenzako au rasilimali inayoambatana nayo kwa wagonjwa wako.