

ZÁPIS ze zahajovacího setkání

Krajské koordinační skupiny pro seniory – péče o duševní zdraví na území hl. m. Prahy

Datum: 20. března 2025

Čas: 15:00 – 16:30 hod

Místo: Staroměstské náměstí 1/3, 110 00 Staré Město, Praha 1, Velký a malý radniční klub,
3. patro

Přítomní: Mgr. Alžběta Bártová, Ph.D., Lenka Binderová, Dis., Mgr. Kateřina Bohatá, Mgr. Lucie Borošová, MBA, Mgr. Andrea Donátová, Mgr. Monika Durďáková, Mgr. Rut Dvořáková, PhDr. Tereza Eichlerová, Mgr. Klára Gramppová Janečková, Ing. Bc. Hana Janušková, Mgr. Gabriela Kallová, Mgr. Ing. Simona Kolková, Mgr. Martina Mátlová, Barbora Novotná, Dis., Mgr. Blanka Novotná, Mgr. Ing. Kateřina Novotná, Bc. Zdislava Procházková, MUDr, Hana Ruferová, MUDr. Barbora Soukupová, Mgr. Tereza Šmídová, Mgr. Markéta Švejdová

Omluveni: Veronika Frühbauer, PhDr. Jindřich Kadlec, MUDr. Ing. Klára Knápková, Ing. Mgr. Matěj Lejsal, PhDr. Markéta Školoudová, Ph.D. (zástup), Mgr. Bc. Ladislav Varga Dis. (zástup), Mgr. Simona Zahradková (zástup)

Hlavní body jednání

- 1) **Přivítání. Vzájemné představení účastníků. Představení organizace Zahrada pro duši, p.o.**
 - Transformace, struktura, vize a strategie – *Mgr. Rut Dvořáková*
 - Konference „MULTIDISCIPLINARITA 2025: Mezioborový přístup v péči o duševní zdraví rodin“ (15.května 2025) – *Mgr. Rut Dvořáková*
 - Včasná identifikace a prevence duševních obtíží – osvěta a vzdělávací programy – *Mgr. Monika Durdáková*
 - Projekt „Vytvoření uceleného systému krizové pomoci na území hl. m. Prahy“ – modul Psychosociální pomoci v aplikaci Záchranka – *Mgr. Radka Balková*
- 2) **Mapování kapacit pro příjem akutních pacientů na území hl. m. Prahy** – výsledky dotazníkového šetření a přehled výjezdů ZZS hl. m. Prahy – *Mgr. Rut Dvořáková/Bc. Klára Mlíčková*
- 3) **Představení iniciativy „Spojení pro duševní zdraví seniorů“** – *Mgr. Alžběta Bártová, Ph.D., Centrum při studiu dlouhověkosti při UK*
- 4) **Formalizace platformy KKS**
 - Strategické směřování KKS pro nadcházející období, statut a jmenovací řád, jmenovací dekrety
- 5) **Diskuse** – shrnutí hlavních bodů, prostor pro dotazy, návrhy na další témata

Ad 1) Přivítání. Vzájemné představení účastníků.

Hlavní cíle sestavení KKS pro seniory představila Mgr. Rut Dvořáková (Zahrada pro duši, p.o.).

Historie KKS (dále jen „Skupina“) – Před 7 lety (1. února 2018) bylo zahájeno první setkání KKS jako reakce na potřeby **reformy psychiatrické péče**. Vznik skupiny byl výsledkem spolupráce MZČR a součástí projektu „*Deinstitucionalizace služeb pro duševně nemocné*“. Tím byla vytvořena pevná základna pro další pokroky v oblasti duševního zdraví. Tato platforma byla původně zaměřena na osoby starší 16 let s vážným duševním onemocněním. Současné poznatky poukazují na potřebu **specifického zaměření se na seniory**, kteří čelí zvýšenému riziku psychických obtíží, jako jsou deprese, úzkostné poruchy a demence.

Mění se společenské vnímání duševního zdraví. Plán zdůrazňuje prevenci a včasnou intervenci. Důraz je kladen na rozvoj a posílení komunitní péče v přirozeném sociálním prostředí. Péče by měla být realizována co nejdříve místu bydliště, hospitalizace až poslední možností.

Naším společným cílem je posílit účinná opatření ke zlepšení kvality života seniorů na území HMP, se zvláštním zaměřením na osoby ve věku 65+ s vážným duševním onemocněním, včetně demencí a duálních diagnóz. Chceme vytvořit efektivní systém podpory a k naplnění je nezbytné spojit síly. Proto vítáme Vás jako klíčové partnery a budeme rádi za Vaše aktivní zapojení, nápady a konstruktivní přístup.

Organizace Zahradu pro duši, p.o. představila Mgr. Monika Durdáková (Zahrada pro duši, p.o.).

Spojením příspěvkové organizace Metropolitní zdravotnický servis a neziskové organizace Dům tří přání vzniká nová organizace **Zahrada pro duši, p.o.**. Od října 2024 je platná nová zřizovací listina, zapsaná ve Sbírce listin pod číslem Pr 1696/SL21/MSPH.

Hlavním posláním organizace je poskytování zdravotních a sociálních služeb, mezi něž patří krizová pomoc, sociální rehabilitace, SAS, sociálně-právní ochrana dětí, provoz ZDVOP a realizace vzdělávacích programů.

Organizace provozuje několik center:

- CDZ (Praha 7)
- Centrum rodinné terapie Horizont (Praha 10)
- Centrum pro rodiny Delta (Praha 5 – Smíchov)
- Centrum pro děti Mezipatro (Praha 4 – Nusle)
- Nově od září 2024 Krizová pomoc dětem na Praze 2 (Hájkova) – poskytuje ambulantní, terénní (krizová intervence pro děti ve věku 6–18 let) a pobytové služby (4 lůžka pro děti ve věku 10–18 let).
- Dům Přemysla Pittra je v současnosti v rekonstrukci, přičemž obnovení provozu ZDVOP je plánováno na léto.
- V prostorách Polikliniky Zelený pruh bylo otevřeno Centrum perinatální duševní péče, které funguje jako zdravotnické zařízení s týmem složeným z psychiatra, psychologa a zdravotních sester. O tuto službu je velký zájem – jen v září a říjnu bylo zaevidováno 200 klientek. V době terapií je rodičům k dispozici možnost hlídání dětí ve věku 0–3 roky.
- Pod Institut Zahrada pro duši spadají vzdělávací a koordinační aktivity, podpora peer pracovníků a realizace projektu „Vytvoření uceleného systému krizové pomoci na území hl. m. Prahy“ (reg. č. CZ.03.02.02/00/22_027/0001252).

Mgr. Monika Durdáková představila vzdělávací programy, které **Institut Zahrady pro duši, p. o.** nabízí:

Vzdělávání odborné i laické veřejnosti a destigmatizace duševních onemocnění jsou klíčovými oblastmi naší činnosti. Během několika měsíců jsme uspořádali vzdělávací akce pro více než 500 odborníků a 1 100 žáků a studentů. Naším cílem je posílit vzdělávání zaměstnanců pečovatelských služeb, například prostřednictvím praktického workshopů. Dále nabízíme bezplatné vzdělávání v rozsahu 40 hodin školení, které je přínosné pro profesní rozvoj i každodenní praxi. Kromě rozvoje dovedností využitelných při práci s klienty může školení přispět k plnění povinných vzdělávacích hodin dle zákona o sociálních službách. Unikátnost školení spočívá v několika ohledech: Modulární systém – účastníci si mohou vybrat z přehledu témat, která budou dostupná v několika termínech pro větší flexibilitu. Mezinárodní perspektiva – školení obsahuje inovativní přístupy inspirované zahraničními vzdělávacími programy.

V současné chvíli nabízíme naše semináře cílovým skupinám: pedagogičtí a nepedagogičtí pracovníci, pediatři, pracovníci pečovatelských služeb, pracovníci OSPODu, a také dalším pomáhajícím profesím a odborné veřejnosti. Více informací a seznam nabízených vzdělávacích akcí najdete na našich webových stránkách: <https://www.zahradaprodusi.cz/institut-zahrady-pro-duši>.

Mgr. Rut Dvořáková doplnila, že v naší současné práci navazujeme na činnost našich předchůdců, pokračujeme ve spolupráci s domácí zdravotní péčí Home Care a nově rozvíjíme spolupráci také se zástupci neformálních pečujících.

Informovala také o připravované konferenci: Dne 15. května 2025 se uskuteční druhý ročník odborné konference „MULTIDISCIPLINARITA 2025“. Registrační formulář bude v brzké době spuštěn – jste srdečně zváni.

Zároveň pokračuje spolupráce s Prahou na kampani na podporu duševního zdraví. Mezi budoucí plány organizace patří také otevření denního stacionáře a centra pro děti s poruchami autistického spektra. Během následujících dvou let se plánuje vytvoření efektivního a funkčního nástroje, který zajistí přehled o dostupnosti služeb v Praze.

Dalším bodem programu bylo představení **modulu Psychosociální pomoci v aplikaci Záchranka**, který jsme vytvořili v rámci projektu „Vytvoření uceleného systému krizové pomoci na území hl. m. Prahy“ – krátké video.

V roce 2023 bylo v Praze pravidelně v psychiatrické péči 61 300 dospělých 20–64 let, 8 311 dětí a mladistvých a 27 417 osob ve věku 65+ let. Na základě zkušeností z praxe psychiatrických nemocnic, které jsou často přeplněné a nezbyvají místa pro lidi, kteří se ocitnou v ohrožení života a zdraví, jsme si uvědomili v týmu Institutu Zahrady pro duši, že je nutné přizvat k řešení situace i ty organizace, které jsou schopny poskytnout kvalitní krizovou pomoc těm, kteří ji hledají a nejsou primárně v ohrožení života. Jejich problém mohou řešit i krizové služby zdravotní i sociální.

Do aplikace Záchranka byla integrována nová funkce, která lidem poskytuje okamžitou psychosociální pomoc v krizových situacích. Funkce Psychosociální pomoc je výsledkem spolupráce týmu aplikace Záchranka, Odboru zdravotnictví Magistrátu hl. m. Prahy a Institutu Zahrady pro duši. Jeho cílem je rychle propojit lidi s akutními duševními obtížemi s účinnou pomocí prostřednictvím aplikace v chytrém telefonu. Modul aplikace obsahuje jak konkrétní navigační rozhraní psychické pomoci, edukativní část, tak kontakty na vhodnou a dostupnou krizovou a další specializovanou pomoc.

Do aplikace jsou již zapojeny například tyto organizace:

Bílý kruh bezpečí, Centrum krizové péče Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, Psychiatrická nemocnice Bohnice, LUCTUS, SOS centrum, ŽIVOT 90 - Linka důvěry Senior telefon, Nákel, Terapeutické centrum Modré dveře, Krizový tým Fokus Praha, Linka seniorů, Linka bezpečí, ŽIVOT 90 - Linka důvěry Senior telefon, Zahrada pro duši, Dům tří přání – Krizová pomoc dětem, ROSA centrum pro ženy, Fokus Praha, Krizové centrum RIAPS a mnoho dalších organizací.

Dne 26.3.2025 proběhne tisková konference Magistrátu hl. m. Prahy, na které bude představena funkčnost tohoto modulu psychosociální pomoci.

Ad 2) Mapování kapacit pro příjem akutních pacientů na území hl. m. Prahy

Veškerou koordinační činnost chceme provádět na základě relevantních dat a následně hledat vhodné nástroje k řešení identifikovaných problémů. Jedním z datových šetření, které jsme si nechali provést zejména na podnět lůžkových zařízení, bylo ve spolupráci s ÚZISem a týkalo se Zdravotnické záchranné služby hlavního města Prahy (ZZS HMP). Cílem bylo zjistit, za jakých okolností jsou pacienti do těchto zařízení přiváženi a jak vypadá následná péče o ně.

Shrnutí prezentace k výjezdům a navazující péči ZZS HMP - osoby 65+:

V letech 2010–2023 zaznamenala Zdravotnická záchranná služba (ZZS) v Praze ročně mezi 90 a 120 tisíci výjezdy, z nichž přibližně 9 tisíc souviselo s psychickými problémy. Z těchto případů skončilo 26 % hospitalizací, zatímco 65 % pacientů bylo ošetřeno ambulantně. Pokud byla indikována duševní porucha, vedl výjezd k hospitalizaci ve 46 % případů a k ambulantní péči ve 42 %.

V roce 2023 zasahovala ZZS u **1 155 seniorů (65+)** s duševními poruchami (dg. F00-F99 a X60-X84), což představovalo **12 % všech výjezdů** spojených s těmito diagnózami. Nejčastějšími důvody výjezdů byly:

- poruchy spojené s užíváním alkoholu (33 %),
- organické duševní poruchy (17 %),
- poruchy psychického vývoje, chování a emocí (15 %),
- neurotické a stresové poruchy (15 %),
- schizofrenie a další závažné psychické poruchy (11 %).

Po výjezdu ZZS bylo ve stejný nebo následující den hospitalizováno 47 % seniorů, z toho:

- 23 % na akutním psychiatrickém lůžku (PN Bohnice, VFN, ÚVN),
- 15 % v rámci jiné hospitalizace,
- 9 % na následném psychiatrickém lůžku (téměř výhradně PN Bohnice a k diagnózám patřily zejména organické duševní poruchy).

Dalších 41 % seniorů pokračovalo v ambulantní psychiatrické péči bez hospitalizace (v různých zařízeních, včetně menších ambulancí mimo uvedené nemocnice; a k nejčastějším diagnózám patřily Organické duševní poruchy a Neurotické, stresové poruchy a somatoformní poruchy).

Zbýlých 11 % neobdrželo žádnou navazující péči, přičemž tento stav byl často spojen s poruchami způsobenými užíváním alkoholu.

Senioři ve věku 65+ byli nejčastěji hospitalizováni na akutních psychiatrických lůžkách v těchto zařízeních:

1. Psychiatrická nemocnice Bohnice (282 osob),
2. Všeobecná fakultní nemocnice (99 osob),
3. Ústřední vojenská nemocnice – Vojenská fakultní nemocnice Praha (24 osob)

Zjištěná data jasně ukazují, že samotná zdravotní péče mnohdy nestačí k tomu, aby zajistila seniorům potřebnou podporu a kvalitu života. Mnozí pacienti, kteří jsou přivezeni do lůžkových zařízení prostřednictvím ZZS HMP, čelí nejen akutním zdravotním obtížím, ale také dlouhodobým sociálním problémům. Proto je nezbytné **propojit zdravotní služby se službami sociálními**, aby bylo možné efektivně reagovat na komplexní potřeby seniorů.

Na základě prezentace bylo účastníci z pléna doplněno, že u pacientů s demencí (včetně seniorů) by bylo možné přidělovat také diagnózy z kategorie G, které reflektují neurologický charakter onemocnění. Proto je naším úkolem doplnit data ÚZISu o seniorech také o tyto údaje.

POZN: dle Mezinárodní klasifikace nemocí (MKN-10) a zahrnují diagnózy označené písmenem G nemoci nervové soustavy. U pacientů s demencí se často používají kódová označení z této skupiny, například:

- G30 – Alzheimerova nemoc
- G31 – Jiné degenerativní nemoci nervové soustavy, včetně např. frontotemporální demence
- G32 – Jiné degenerativní poruchy nervové soustavy při onemocněních zařazených jinde

Přidělení G diagnózy může lépe odrážet neurologický základ demence a pomoci při určování vhodné léčby i nároků na péči.

Ad 3) Představení iniciativy „Spojení pro duševní zdraví seniorů“

Na zahajovacím setkání Krajské koordinační skupiny pro seniory představila Mgr. Klára Gramppová Janečková z organizace Elpida expertní iniciativu „Spojení pro duševní zdraví seniorů“, která propojuje odborné znalosti z oblasti psychoterapie, praktické medicíny a výzkumu. reaguje na rostoucí potřebu péče o duševní zdraví seniorů v České republice.

Duševní zdraví seniorů je zásadní pro kvalitu života i fungování zdravotního systému. Se stárnutím populace, roste potřeba efektivní podpory snižující riziko deprese, úzkostí a kognitivního úpadku. Je také zřejmé, že nefarmakologické intervence mohou nejen zlepšit duševní pohodu seniorů, ale také odlehčit zdravotnictví a snížit potřebu farmakologické léčby.

Klíčové informace o duševním zdraví seniorů:

- Populace seniorů (65+) se neustále zvyšuje – v roce 2025 budou tvořit 21,3 % obyvatel, v roce 2050 již 29 %.
- 84 % seniorů neví, kde a jak hledat psychickou pomoc.
- Až 20 % seniorů trpí duševním onemocněním, nejčastěji depresemi a úzkostmi.
- V Praze žije 18 000 velmi osamělých seniorů.
- Senioři často vyhledávají pomoc primárně u praktických lékařů a popisují somatické obtíže.

Hlavní překážky v dostupnosti péče:

- Vnitřní: Přesvědčení, že duševní potíže ke stáří patří, stigma, nízká motivace hledat pomoc.
- Vnější: Nedostupnost služeb, finanční bariéry, nedostatek odborníků.
- Na straně odborníků: Ageismus, podceňování efektivity psychoterapie ve vyšším věku.

Hlavní cíle iniciativy:

- Podpora praktických lékařů při doporučování nefarmakologických intervencí v péči o duševní zdraví seniorů.
- Praktické nácviky a vzdělávání seniorů – zvládání stresu, posilování mentální odolnosti, aktivní životní styl.
- Zvyšování povědomí o duševní hygieně – motivace k využívání psychoterapie a podpůrných služeb.
- Propojení odborníků a služeb – vytvoření jednotné platformy na www.dusevnizdravisenioru.cz.

Zapojené subjekty a spolupráce:

Na iniciativě se podílí interdisciplinární skupina odborníků, včetně výzkumníků v oblasti dlouhověkosti, poskytovatelů zdravotní a sociální péče, krizových služeb a organizací věnujících se prevenci sebevražd. Projekt je otevřen pro zapojení dalších subjektů.

Ad 4) Formalizace platformy KKS

Zahrada pro duši p. o. (ZPD) zastřešuje síť duševního zdraví v Praze a poskytuje služby a aktivity zaměřené na péči o duševní zdraví Pražanů, včetně podpory seniorů a osob s různými typy demencí.

Naším úkolem je svolávat a organizovat jednání **Krajské koordinační skupiny (KKS)** k této problematice. Usilujeme o předávání podnětů a požadavků směrem k orgánům Magistrátu hl. m. Prahy, zejména v oblastech vzdělávání, koordinace aktivit, spolupráce s kraji a komunikace s ministerstvy. Platforma se bude potkávat 3x ročně.

Aktuálně finalizujeme **Statut a jednací řád**, které Vám nyní zasíláme. Zároveň je možné navrhnout témata k projednání, včetně možností zapojení dalších odborných organizací.

Veškeré podněty a návrhy zasílejte **koordinátorce duševního zdraví: Mgr. Ing. Simona Kolková** (simona.kolkova@zahradaprodu.si.cz)

Plánované kroky ZPD:

1. Vytvoření rozcestníku a praktických materiálů

Mgr. Rut Dvořáková představila záměr vytvořit **rozcestník a praktické materiály o duševním zdraví** nejen pro seniory v Praze, ale i pro další cílové skupiny. Cílem těchto materiálů je nasměrování nejen na zdravotnické, ale i na sociální služby. Rádi bychom na tomto projektu spolupracovali s dalšími iniciativami a subjekty.

Součástí plánu je také vytvoření uzavřené online platformy, která by umožnila zapojeným subjektům vzájemně spolupracovat a sdílet informace o dostupných kapacitách služeb.

2. Metodické materiály pro praktické lékaře

Dalším cílem je **příprava metodických materiálů** pro praktické lékaře o návazných službách v oblasti duševního zdraví. Klíčovým prvkem je propojení zdravotních, psychiatrických a sociálních služeb. Inspiraci hledáme v krajích, které se této problematice intenzivně věnují (např. Liberecký kraj, Kraj Vysočina).

Do tvorby těchto materiálů chceme zapojit také členy KKS. Již proběhla komunikace se Všeobecnou fakultní nemocnicí, konkrétně se specialistou v oboru psychiatrie MUDr. Andersem. Jsme otevřeni diskuzi a zapojení dalších subjektů.

Zapojení do iniciativy Dementia Friendly Society

Institut Dementia, ve spolupráci s Ministerstvem zdravotnictví a **Alzheimer nadačním fondem**, položil základy konceptu **dementia friendly společnosti** v České republice. Tato iniciativa funguje na celonárodní úrovni a propojuje organizace zabývající se problematikou demence a kognitivních poruch. Projekt má za cíl podpořit rodiny v domácí péči o lidi s demencí a zároveň vést okolí k tomu, aby těmto lidem a jejich pečujícím dokázalo pomoci. Odstartovaly vzdělávací kurzy pro veřejnost, odborníky zdravotních, sociálních i jiných služeb či státní správu a postupně také vzniká síť tzv. Center paměti, kam se lidé s demencí a jejich blízcí mohou obracet.

Zahrada pro duši p. o. plánuje zapojení do tohoto projektu a vítá spolupráci dalších organizací. V rámci implementace Národního akčního plánu pro Alzheimerovu nemoc 2020 – 2030 (NAPAN) vznikla mezioborová doporučení pro klinickou praxi a doporučené postupy pro diagnostiku a léčbu demence. Na stránkách Ministerstva zdravotnictví je k dispozici mezioborový klinický doporučený postup pro diagnostiku a léčbu Alzheimerovy nemoci a dalších kognitivních poruch v ČR: <https://mzd.gov.cz/wp-content/uploads/2024/10/Alzheimerova-nemoc-jine-kognitivni-poruchy.pdf>.

Termín příštího setkání:

Pondělí 2. června 2025 v čase 15:00 – 16:30 hodin

Veškeré podněty a návrhy zasílejte **koordinátorce duševního zdraví: Mgr. Ing. Simona Kolková**
(simona.kolkova@zahradaprodusi.cz)

Přílohy zápisu:

- Statut a jednací řád Krajské koordinační skupiny pro seniory
- Přehled vzdělávacích akcí Institutu Zahrady pro duši
- Prezentace: Krizová psychosociální péče v Praze: Data Výjezdy ZZS HMP a navazující péče
- Prezentace: Spojení pro duševní zdraví seniorů
- One pager Duševní zdraví seniorů _Linka senioru Elpida

Zapsala: Mgr. Ing. Simona Kolková