

Terapeutické dopady designu budovy na duševní pohodu pacientů v klinickém prostředí

Zdroj:

Iyendo, T.O., Uwajeh, P.Ch., Ikenna, E.S. (2023). The therapeutic impacts of environmental design interventions on wellness in clinical settings: A narrative review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 24(8), 174 - 188. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2016.06.008>

Úvod

Pojem uzdravení zahrnuje jak psychologický, tak duchovní rozměr zdraví. Nedávný výzkum poukazuje na významné vztahy mezi fyzickými faktory prostředí a wellness ve zdravotnických zařízeních. Fyzické prostředí, ve kterém je péče poskytována, má zásadní význam pro výsledky pacientů a jeho cílem je zmírnit bolest, úzkost a stres pro pohodlí a bezpečnost pacientů.

Ulrichův výzkum naznačuje, že prostředí zdravotnických zařízení podporuje wellness, pokud je navrženo tak, aby snižovalo stresory prostředí, včetně kontroly nad okolím, přístupu k sociální podpoře, spojení s přírodou a pozitivního rozptýlení. Ačkoli myšlenka ozdravného prostředí není nová, zájem o ni vzrostl s vývojem návrhů nemocnic, které nyní kladou důraz na estetickou přitažlivost, jako jsou umělecká díla a barvy, což je významná marketingová strategie.

Výzkumy ukazují, že špatný design nemocnic může vést k psychickému a fyziologickému nepohodlí, ale tyto problémy lze řešit efektivním designem. Prostor s přirozeným světlem, větráním, čistotou a nízkou hladinou hluku podporuje rychlejší zotavení. Studie ukazují, že pacienti s výhledem do přírody se rychleji zotavují a užívají méně léků proti bolesti ve srovnání s pacienty s výhledem na cihlové zdi.

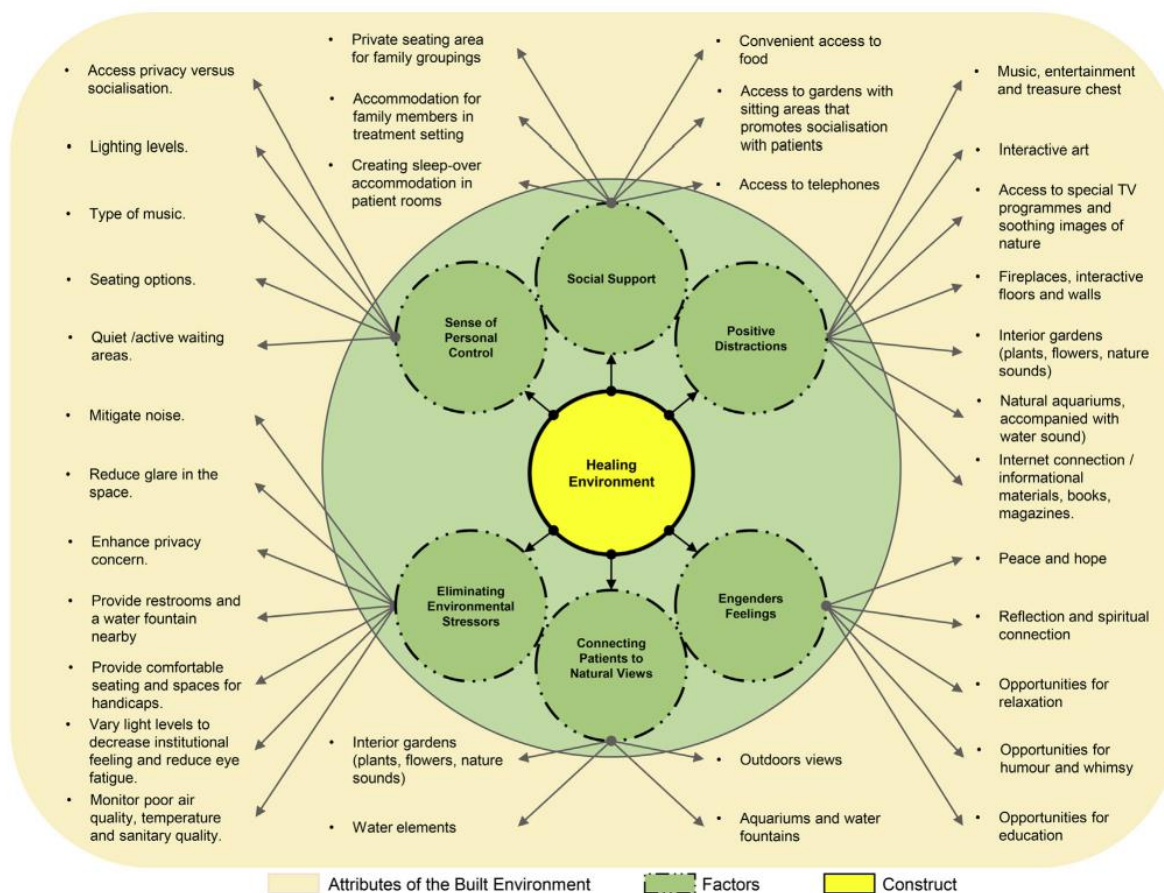
Nemocnice navržené tak, aby podporovaly sociální, psychologické, fyzické, duchovní a behaviorální aspekty zdravotní péče, mohou posílit vrozené léčebné schopnosti pacientů. Pozitivní zkušenosti a výsledky pacientů jsou spojeny s prostředím, které zahrnuje umění, přirozené světlo, uklidňující prvky a snadný přístup k personálu a zahradám. Tyto atributy by měly být brány v úvahu při studiu jejich vlivu na výsledky pacientů a personálu.

Porozumění terapeutickému prostředí

Projektanti mají stále častěji za úkol integrovat kulturní rozmanitost a psychologické a sociálně-prostorové aspekty prostřednictvím designu založeného na důkazech (EBD). Cílem EBD je vytvářet bezstresové prostředí ve zdravotnictví pomocí strategií založených na výzkumu. Tato metoda, která má svůj původ v medicíně založené na důkazech, nyní slouží jako podklad pro tvorbu léčebného prostředí.

Terapeutické prostředí začíná přítomností zdravotníků, podporuje bezpečí, důvěru a otevřenost, což podporuje soucit a jasnost. Terapeutické prostředí posiluje samoléčebné schopnosti pacientů i poskytovatelů a mělo by odrážet hodnoty a filozofii pacientů. Přibývá důkazů o pozitivním vlivu fyzického prostředí ve zdravotnictví, které poprvé propagovala Florence Nightingaleová. Efektivní designové přístupy, které mohou snížit stres, bolest a úzkost, zahrnují přirozené světlo, léčivé barvy, terapeutické zvuky, soukromí a dobrou kvalitu vzduchu. Faktory, jako je přírodní krajina, snížený hluk, interaktivní umění a vhodné značení,

přispívají k léčebnému prostředí, které zvyšuje efektivitu personálu a zkracuje dobu pobytu pacientů, čímž podporuje méně stresující stavy.



Metody

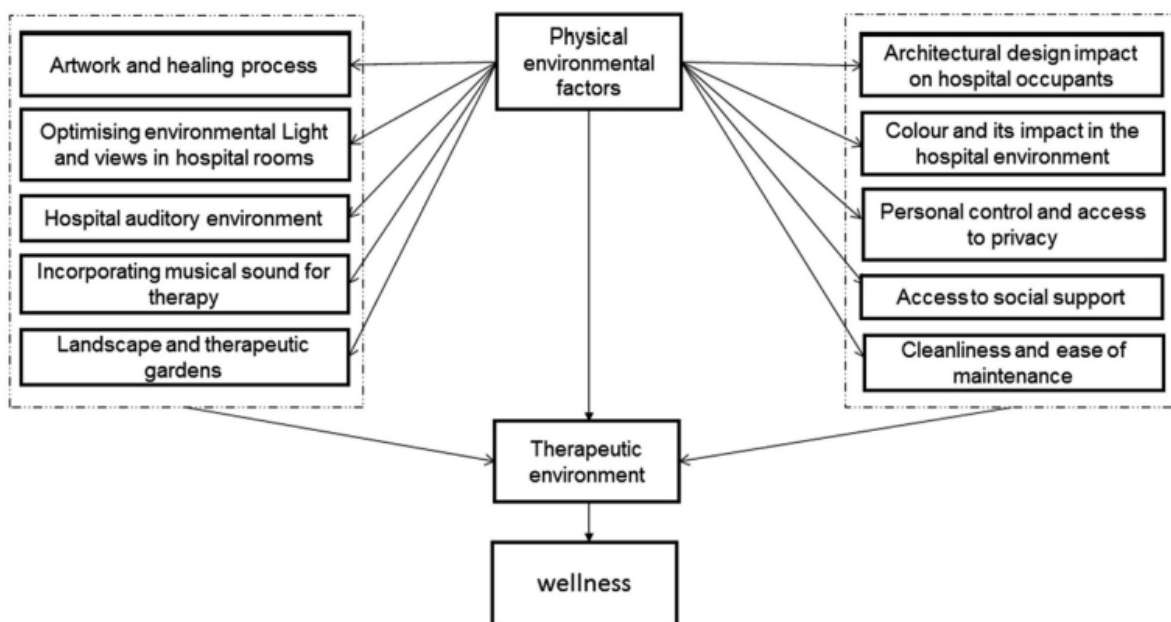
Tento přehled zkoumá vliv fyzických faktorů prostředí na wellness v klinickém prostředí se zaměřením na fyzickou i duševní zdravotní péči. Přehled zkoumá designové trendy zaměřené na vytvoření optimálního ozdravného prostředí pro obyvatele nemocnic.

K řešení výzkumné otázky byl v období od června 2015 do května 2016 proveden přehled literatury, který zahrnoval rešerše v několika elektronických databázích, včetně Google, PubMed, Scopus, ProQuest Central, MEDLINE a Web of Knowledge. Vyhledávané termíny zahrnovaly terapeutický zvuk, hluk, umělecká díla, světlo, barvy, léčivé prostředí, architekturu, terapii, krajinu, přírodní výhled, redukci stresu, sociální podporu, pozitivní rozptýlení, přístup k přírodě, hudbu, pohodu, wellness, nemocnici, klinické prostředí, designové faktory a fyzické prostředí. Byly rovněž prověřeny odkazy na příslušné články, aby byly nalezeny další relevantní studie. Důraz byl kladen na empirické studie publikované v recenzovaných časopisech bez omezení data publikace.

Výběr článků byl založen především na názvech a abstraktech, v případě nejasností byly čteny plné texty. Obecně byly vyloučeny neempirické články, recenze knih, novinky, monografie, duplikáty, encyklopedické články, neanglické publikace a úvodníky. Vzhledem k tomu, že prosté elektronické vyhledávání bylo nedostatečné, byly seznamy odkazů na relevantní zdroje, včetně knih a konferenčních sborníků, prohledány ručně s cílem identifikovat další relevantní studie.

Přehled kategorizoval literaturu a problémy do témat týkajících se faktorů fyzického prostředí ve zdravotnických zařízeních. Tato témata zahrnovala umělecká díla a proces uzdravování, světlo v prostředí a výhled z nemocničních pokojů, nemocniční zvukové prostředí, využití

hudebního zvuku pro terapii, terapeutické zahrady, vliv architektonického designu, působení barev v nemocničních zařízeních, osobní kontrolu a soukromí, přístup k sociální podpoře, čistotu a údržbu a koncepci klinických intervencí pro zlepšení wellness ve zdravotnických zařízeních.



Výsledky a diskuze

Cílem přehledu literatury bylo komplexně prozkoumat různé obory, včetně architektury, ekologie, medicíny a umění, aby bylo možné pochopit vliv fyzických faktorů prostředí na wellness v klinických podmínkách. Počáteční rešerše přinesla 1 393 odkazů, které byly zúženy na 195 na základě relevance k výzkumné otázce. Hlavní zjištění naznačují, že dobře navržené fyzické prostředí může významně ovlivnit výsledky pacientů a personálu tím, že snižuje stres a únavu, zlepšuje poskytování péče a celkově zlepšuje kvalitu zdravotní péče. Toto jsou hlavní body, které přispívají k celkové duševní pohodě pacientů v klinických zařízeních:

- Z historického hlediska bylo umění do nemocničních zařízení integrováno, přičemž mezi první příklady patří využívání církevních budov k léčbě ve 14. století a umělecká díla Williama Hogartha z 18. století, jejichž cílem bylo spíše získat dary než přímo prospět pacientům. Současné nemocnice často vystavují umělecká díla, aby zkrášlily prostory a poskytly terapeutický přínos, přičemž důkazy naznačují, že umění může pozitivně ovlivnit pohodu pacientů, snížit pocit izolace a podpořit zapojení komunity.
- Přehled rovněž zdůrazňuje úlohu světla v nemocnicích. Bylo zjištěno, že přirozené osvětlení zlepšuje rekonvalescenci pacientů a výkonnost personálu, přičemž preference denního světla jsou spojeny s lepší náladou a vizuálním komfortem. Výzkumy potvrzují, že denní světlo prospívá nejen fyzickému zdraví, ale také psychické pohodě, snižuje depresi a zlepšuje kvalitu spánku. Naproti tomu umělé osvětlení a nedostatečné denní světlo mohou negativně ovlivnit rekonvalescenci a celkovou spokojenost pacientů.
- Dalším kritickým faktorem je akustické prostředí v nemocnicích, přičemž hluk byl identifikován jako významný stresor, který může narušovat spánek a zhoršovat zdravotní problémy. Naopak příjemné přírodní zvuky nebo muzikoterapie mohou

sloužit jako pozitivní rozptýlení, snižovat stres a zlepšovat míru zotavení. Efektivní řízení hluku je zásadní pro udržení léčebného prostředí a optimalizaci výsledků pacientů.

- Muzikoterapie prokázala značný terapeutický potenciál, který zmírňuje stres, úzkost a bolest u různých skupin pacientů. Studie ukazují, že hudba může zlepšit rekonvalescenci po operaci a chronických onemocněních a zlepšit celkovou kvalitu života tím, že působí na psychologické i fyziologické stresory.
- Integrace terapeutických zahrad a přírodních krajín do nemocničních zařízení je uznávána pro svůj potenciál zlepšit pohodu pacientů. Zahrady poskytují regenerační prostředí, které může snižovat stres, zlepšovat náladu a pomáhat při zotavování. Důkazy naznačují, že přírodní prvky v nemocničním prostředí mohou významně přispět k celkovému procesu uzdravování a spokojenosti pacientů.
- Další oblastí, na kterou se zaměřuje pozornost, jsou barvy ve zdravotnickém prostředí. Strategické použití barev může ovlivnit náladu a úroveň stresu, přičemž důkazy ukazují, že barvy mohou vyvolat emocionální reakce a přispět k podpůrné atmosféře. Správné barevné řešení je spojováno se snížením agitovanosti a posílením pocitu klidu.
- Osobní kontrola a soukromí v nemocničním prostředí jsou klíčové pro emocionální pohodlí a spokojenost pacientů. Umožnit pacientům kontrolu nad prostředím, například nad osvětlením a možnostmi zábavy, může zlepšit jejich celkový dojem a usnadnit zotavení.
- Ukazuje se, že sociální podpora ze strany rodiny a přátel urychluje zotavení a zlepšuje kvalitu života, což zdůrazňuje význam navrhování nemocničních prostor, které usnadňují sociální interakci a poskytují pohodlí návštěvníkům.
- Čistota a snadná údržba mají zásadní význam pro kontrolu infekcí a celkovou bezpečnost pacientů. Správné hygienické postupy a dobře udržované zařízení přispívají ke zdravějšímu prostředí, snižují riziko infekcí a zlepšují rekonvalescenci pacientů.

Celkově výzkum zdůrazňuje význam holistického přístupu k designu nemocnic, který zahrnuje faktory, jako je umění, světlo, zvuk, příroda, barvy, osobní kontrola, sociální podpora a čistota, a vytváří tak prostředí, které podporuje uzdravování a zlepšuje výsledky pacientů.



Návrhy klinických intervencí

Aby se pacienti lépe zotavovali a snižoval se u nich stres, měly by nemocnice zařadit terapeutickou hudbu, která pomáhá zklidnit mysl a podpořit uzdravení. Prioritou by měly být také léčebné zahrady, které nabízejí regenerační prostředí prospěšné zejména starším lidem a dětem. Nemocniční prostředí musí zahrnovat období se slabým osvětlením, které napomáhá spánku, a musí být navrženo tak, aby poskytovalo výhled do přírody a přístup k přirozenému dennímu světlu.

Měly by být začleněny stimulující prvky, jako je příroda a umění, aby se vytvořila méně stresující atmosféra pro pacienty i personál. Použití atraktivních a léčivých barev v pokojích pacientů a na dlouhých chodbách může snížit pocit izolace a zlepšit orientaci. Pro zvýšení komfortu a zmírnění bolesti se doporučuje arteterapie, která se zabývá různými stresory okolního prostředí, jež ovlivňují pohodu pacientů a personálu. Atraktivní závěsy s dobrým výhledem na přirozené prostředí mohou navíc zvýšit atraktivitu pokojů pro pacienty.

Zdravotničtí pracovníci a spolupracovníci by měli do rutinní péče o pacienty začlenit různé terapeutické prvky, včetně umění, hudby, zvuků ptáků a vodopádů. Tyto prvky mohou pomoci snížit stres a posílit strategie zvládnání stresu.

Závěr

Cílem článku bylo poukázat na to, jak může fyzické prostředí zlepšit zdraví, pohodu a produktivitu organizace. Z přehledu vyplynulo, že nemocniční interiér navržený s přirozenými povrchy, osvětlením a výhledy, spolu s klidnými zahradami, podmanivými barvami, náladovými sochami a dramatickým uměním, může snížit stres a zlepšit léčebné prostředí pro pacienty i personál. To se shoduje se zjištěními Ulricha a kol., kteří naznačují, že dobře navržené fyzické prostředí hraje klíčovou roli v procesu uzdravování pacientů a jejich rodin.

Studie rovněž uvedla, že osobní kontrola, soukromí, sociální podpora a pozitivní rozptýlení, jako je umění, hudba a televize, mohou zmírnit stres pacientů v nemocničním prostředí. Promyšlený design léčebného prostředí může zmírnit stres a podpořit kreativitu a nápadité myšlení. Ministerstvo zdravotnictví v roce 2007 zdůraznilo přínosy hudby při léčbě, včetně zklidnění psychiatrických pacientů, pomoci autistickým dětem, zvládnání deprese a snížení bolesti a fyziologických stresorů. Zároveň však uznalo, že hudba může být některými jedinci vnímána jako nežádoucí hluk. Zvuk by tedy měl být považován za pozitivní doplněk klinického prostředí, pokud je používán s rozmyslem.

Výrok Winstona Churchilla, že "my utváříme naše budovy a poté naše budovy utvářejí nás", zdůrazňuje významný vliv designu budov na sociální, fyzické a duševní chování. Potřeba dalšího empirického výzkumu, který by zkoumal a ověřoval podpůrné faktory designu ve zdravotnickém prostředí, je zřejmá. Vytváření terapeutických prostor je hluboce propojeno s různými aspekty optimálního léčebného prostředí, což naznačuje, že léčebné vztahy a kultura závisí na součinnosti těchto faktorů. Ačkoli tento přehled identifikoval několik klíčových faktorů prostředí pro zlepšení wellness v klinických zařízeních, je třeba dalšího výzkumu, který by tyto aspekty prozkoumal do větší hloubky.