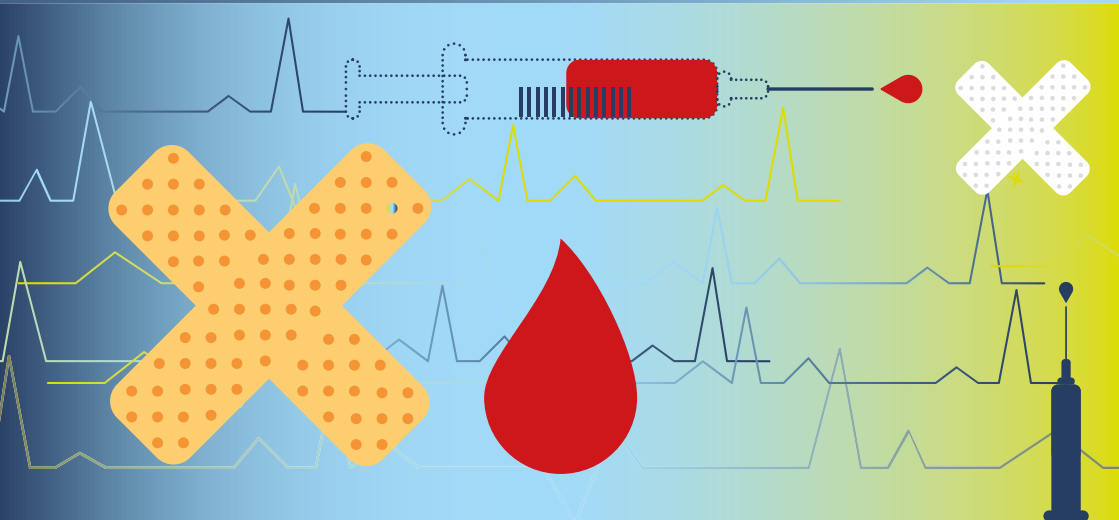
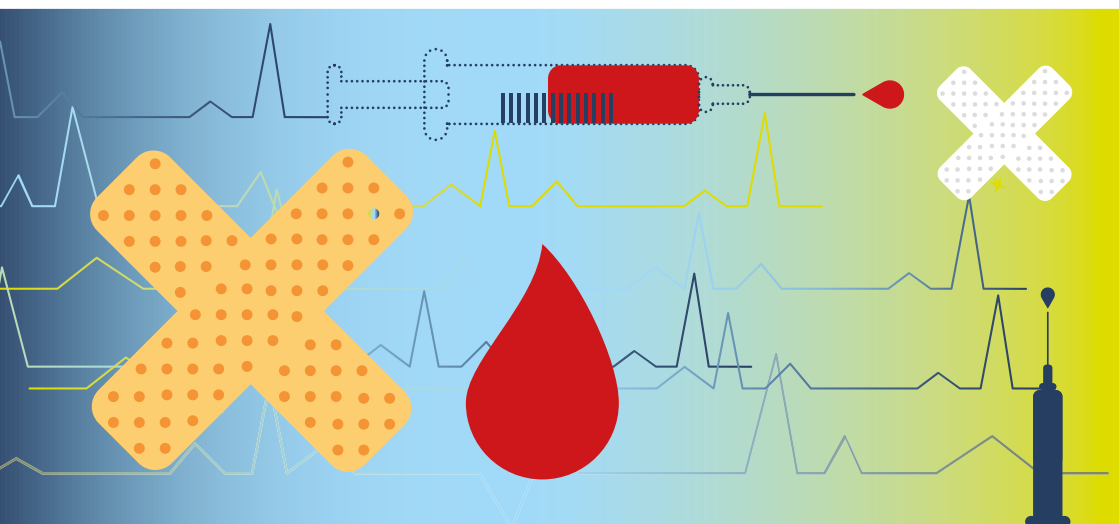




RS KOMPAS



FOBIE Z JEHEL



1. Jak rozumět slovu fobie	3
2. Kde se bere, jak vzniká?	4
3. Jaké jsou nejčastější fobie?	5
4. Příznaky fobie z injekcí	5
5. Fakta o fobii z jehel	6
6. Příběh I.	6
7. Jak fobii z jehel zvládnout	7
8. Příběh II.	9
9. Užitečné tipy – shrnutí	10
10. Rady pro blízké pacienta	11
11. Mýty o injekcích	11
12. Jste rodič a máte fobii z jehel?	12
13. Otázky pro Vás:	13

Berete-li do rukou tuto příručku, pak Vás téma strachu z jehel zajímá, případně Vás onen strach trápí a komplikuje Vám život. Společně nyní odhalíme, co to vlastně fobie (silný strach) z injekcí, krve nebo zranění je, kde se bere a jak s ním můžeme bojovat. Na cestě k vyléčení této fobie budeme potřebovat Vaši podporu – Váš zájem a ochotu začít na sobě pracovat. Společně to dokážeme a Vám držíme palce!

1. Jak rozumět slovu fobie

Fobie je iracionální, neopodstatněný strach, který je tak silný, že vede k vyhýbání se věcem nebo situacím, kterých se lidé obvykle nebojí. Omezuje život a způsobuje mnoho nepříjemných zážitků.

Projevy fobie při setkání s obávanou situací (předmětem) nebo myšlenkách na ni:

Tělesné:

- Bušení srdce
- Obtíže při dýchání
- Svíravý pocit okolo žaludku
- Pocity slabosti

Psychické:

- Snížená schopnost rozumně uvažovat
- Neschopnost myslet na něco jiného než na předmět strachu
- Nepříjemné pocity silné úzkosti až panika

Sociální:

- Vyhýbání se některým společenským situacím
- Napětí v rodině, partnerských vztazích
- Neschopnost vhodné komunikace
- Pro ostatní je obtížné pochopit nelogické a až hysterické chování nemocného



2. Kde se bere, jak vzniká?

Strach je důležitá emoce, která nás **odjakživa chrání**. Varuje před nebezpečím a mobilizuje síly k útěku nebo obraně. Bez strachu bychom nepřežili. Hlavní je však míra strachu a jeho předmět – to, k čemu se váže. Přirozený je strach o život, o své děti, o svůj majetek, o svůj společenský status, ale také strach z neznáma, ze tmy, z výšky, nadměrného hluku nebo z člověka projevujícího se agresivně. V míře, kdy nekomplikují život, ale naopak ho chrání a vedou nás správným směrem, jsou tyto strachy nutné, normální a dokonce žádoucí.

Pokud se však objeví strach, který člověku škodí, nutí ho dělat nesmyslná opatření, brání něčemu, co je logicky žádoucí a správné, pak je třeba strach léčit, překonat, zvládnout.

Cítíme-li strach, děje se v těle mnoho důležitých procesů, které nás připravují buď na útěk ze situace, nebo na obranu (fyzickou, ale i slovní). Rozumné se zdá, že si uvědomujeme určité riziko cizího vniknutí, a proto zamykáme dům. Učíme své děti rozhlížet se na přechodu nebo neodcházet s cizími lidmi.

U fobií z injekcí, krve a zranění může dojít k poklesu krevního tlaku a následně k několikavteřinové ztrátě vědomí (omdlení). To u jiných fobií není. Příčinou je mechanismus, kdy se tělo chrání před extrémně nepříjemným zážitkem tím, že se zkrátka „odpojí“ a člověk na okamžik omdlí. Podobný mechanismus člověka chrání tehdy, je-li napadený dravou zvěří (která na nereagujícího tvora zaútočí s menší pravděpodobností) nebo při mučení (ztráty vědomí při týrání například v koncentračních táborech). **Je zřejmé, že v případech fobie z injekcí, krve a zranění jde o přehnanou, nevhodně použitou reakci.**

Často se pacienti ptají sebe, kdy a proč se jejich fobie objevila. Velká část z nich si nevzpomíná na moment, kdy poprvé pocítili svůj obrovský strach z injekce, lékařského zákroku nebo krve. Někteří uvádějí některé konkrétní zážitky, například šití kůže po běžném dětském úrazu, necitlivý přístup sestry při odběru krve, vyříznutí bradavice nebo znaménka. Na druhou stranu většina lidí, kteří si tyto zážitky také pamatují, problémy s fobií nemá. Říká se, že strach z jehel, krve a zranění vzniká před pubertou, avšak skutečnou příčinu je možné odhalit jen málokdy. **Pro léčbu ovšem znát původ svého strachu většinou není podstatné.**

3. Jaké jsou nejčastější fobie?

Nejčastějšími fobiemi jsou:

- **Agorafobie** – fobie z veřejných prostor, přeplněných míst, z opuštění domova, cestování dopravními prostředky, z uzavřených prostor apod.

- **Sociální fobie** – vyhýbání se situacím, v nichž člověk musí být v kontaktu s druhými a hrozí, že jimi bude hodnocen, posuzován. Patří sem i strach z telefonování, pití, jedení před druhými.

- **Specifické fobie** – iracionální strach z určitého, konkrétního předmětu nebo situace. Patří sem celá škála fobií (z pavouků, hadů, hmyzu, myší, tmy, výšek, kusů oblečení, smrti, ztráty sebekontroly, špíny apod.)

Fobie z injekcí, jehel patří mezi specifické fobie.

4. Příznaky fobie z injekcí

Fobie z injekcí se projevuje podobně jako jiné specifické fobie, avšak **má některé zvláštnosti**.

Objevuje se v situacích, kdy hrozí lékařský zákrok spojený s použitím injekce. Bývá spojena s fobií z krve, zranění svého nebo zranění druhých. Někdy fobické příznaky přicházejí i při pouhém vstupu do zdravotnického zařízení (ambulace praktického lékaře, instituce sociálních služeb, pohotovost apod.). Stejně tak může jako podnět k úzkosti a strachu stačit sledování televizního programu, v němž se objeví záběry krve, úrazu nebo nemocničního prostředí. Takoví jedinci pocítují úzkost při pomyslení, že by například někomu měli poskytnout první pomoc (i svému dítěti) – bojí se, že selžou, omdlí.

Poměrně častá je u jedinců, kteří si musí pravidelně injekčně aplikovat lék na svou chorobu (diabetici, lidé s chronickým zánětem, silnými migrénami, roztroušenou sklerózou...). Je zřejmé, že pacient, který si musí denně aplikovat pomocí injekce svůj lék a zároveň trpí fobií z injekce, je neustále sužován úzkostí, panikou, stresem ze situace, kdy si bude muset lék píchnout. Může začít dávky vynechávat, a to povede ke zhoršení příznaků jeho nemoci. U pacienta, který lék neužívá správně a pravidelně, nebude léčba dostatečně zabírat a nepřinese všechny své výhody – například delší období bez ataky, menší únava apod.

Pro extrémní strach z injekcí (případně krve a zranění) je typický průběh tělesných reakcí – blíží-li se situace kontaktu s injekcí (doba, kdy si budu muset píchnout),

prudce vzroste krevní tlak a puls, objeví se potíže s dýcháním, sevře se žaludek a jedinec má touhu ze situace uniknout. Poté dojde k prudkému poklesu krevního tlaku a srdečního pulsu a jedinec cítí slabost. Někdy může na pár vteřin ztratit vědomí. Část pacientů si nakonec stejně lék aplikuje nebo o to někoho požádá. Část však není schopná si injekci píchnout. Tito pacienti se vystavují obrovskému riziku zhoršení své choroby. **Spojí-li se vynechávání léčby se silným stresem spojeným s fobií z jehel, pak je jeho tělo vystaveno extrémní psychické i fyzické zátěži, která nemá jediný pozitivní význam. Naopak, vedle zhoršení choroby se mohou objevit i další psychosomatické obtíže (deprese, chronické bolesti, trávicí obtíže, nespavost, poruchy příjmu potravy apod.).**

Je rozdíl mezi strachem z injekce, kterou nám bude píchat někdo jiný a strachem z injekce, kterou si máme píchnout sami. Obojí však lze zvládnout se stejným úspěchem.

5. Fakta o fobii z jehel

Nejste na to sami

Přibližně každý pátý pacient, který si musí pravidelně píchat injekce, trpí silným strachem z jehel

Léčba fobie je snadná

Vyžaduje jistou změnu v myšlení, nácvik a vytrvalost. Výsledky se dostavují rychle – už po jednom týdnu práce na sobě.

Většina se vyléčí

Předpokládáme, že více jak dvě třetiny pacientů, kteří chtějí se svou fobií bojovat, ji zvládnou

6. Příběh I.

Tereza je 32letá maminka dvou malých dětí. RS má od svých dvaceti let. Každodenní injekční léčba jí byla předepsána před dvěma lety. Do té doby si myslela, že má jen běžný strach z odběrů krve, a tak se jí vyhýbala, pokud to šlo. „*Nemohla jsem se na jehlu ani podívat, ale vždycky jsem to nějak zvládla. Však to taky bylo třeba jen jednou za dva roky,*“ říká. „*Když jsem pak měla první ataku a dostávala infuzi, tak mi bylo tak zle, že jsem vlastně ani nevnímala, že mám v sobě jehlu.*“ Ani při dalších infuzích necítila

větší problém: „*Prostě jsem to nějak zvládla.*“ Zlom nastal tehdy, kdy jí její lékařka oznámila, že může získat pro ni zřejmě vhodnější léčbu. „*Měla jsem z toho obrovskou radost a nějak jsem informaci, že si budu muset píchat každý den, ani nevnímala. Hlavní bylo, že mám léčbu, věděla jsem, že ji nedostane každý a že je dobrá.*“ Když však poprvé dostala do ruky injekce a měla si poprvé lék píchnout před zdravotní sestrou, udělalo se jí nevolno a na několik vteřin ztratila vědomí a musela si lehnout. Injekci se jí nepodařilo píchnout a nedovolila to ani sestře, a tak se domluvily na dalším setkání za tři dny, aby se Tereza mohla na aplikaci připravit. O léčbu nechtěla přijít a svůj strach z jehly si hodně vyčítala. Četla si internetové diskuze, ale zjistila, že přehnané emotivní informace v nich jí vůbec nepomáhají. Poprosila manžela, aby na další schůzku se sestrou šel s ní. Sestra navrhla rovnou vyzkoušet auto-injektor. Aplikace se sice podařila, ale injektor musel stisknout manžel, Tereza při tom ležela na lehátku, protože jí opět bylo nevolno a měla velmi nízký tlak. Od té doby ji provázely noční můry o jehlách, obrovských injekcích, během dnes se bez ohlášení dostavovaly myšlenky na injekce a následovaly pocity na omdlení, silná úzkost. „*Bylo to jako by mě zaplavila nějaká slizká tekutina, a já mám strach, že se v ní udusím. Nemůžu dýchat, nohy mě neunesou, před očima mi naskakují obrazy jehel zapíchnutých v různých částech mého těla nebo i mých dětí a manžela. Když mi něco připomnělo injekční stříkačku, okamžitě se mi chtělo zvracet a chtěla jsem utéct, jenže to nešlo, když jsem skoro omdlávala. Bylo to strašné a zdálo se, že to nikdy neskončí, že to nemůžu překonat.*“

Když lékařka viděla, že ani po několika měsících se Terezina fobie nezlepšuje, navrhla jí návštěvu psychoterapeuta. Ten s ní sestavil stupnici jejího strachu a pomocí soustavného tréninku, povzbuzování sama sebe a nácviku zatínání svalů se jí podařilo během dvou měsíců fobii překonat. Je domluvená s manželem, že pokud cítí, že se jí do aplikace opravdu nechce, píchne jí lék on. Ale tato situace nastává nanejvýš jednou za měsíc. „*Vím, že to není úplně v pohodě, svůj lék mám ráda proto, že mi pomáhá a chci ho brát správně, už kvůli dětem. Jinak ale někdy ten injektor úplně nenávidím. Nicméně naučila jsem se s tím žít.*“

7. Jak fobii z jehel zvládnout

7.1 Strachu čelem

Nejčastější technika, která se v léčbě fobie z injekcí používá, je tzv. **expozice**. Jde o postupné vystavování se tomu, čeho se bojíme. **Po malých krocích tak snadno a poměrně rychle dokážeme svůj strach překonat.** Na začátku si sepíšeme seznam úkolů od nejsnazšího po nejtěžší. Takový seznam může vypadat například takto (pro nácvik je vhodné mít jednu tzv. tréninkovou injekci):

- Vezmu krytkou zavřenou injekci (auto-injektor) do ruky, klidně dýchám, případně zatínám svaly rukou a nohou (abych předešel nízkému krevnímu tlaku a mdlobám). Vydržím injekci držet třeba pět minut. Prohlížím si ji, otáčím v ruce. Uklidňuji se. Přestává mi vadit. Cvičení dělám každý den třeba i pětkrát, po dobu jednoho týdne.

- Odejmu krytku, opatrně sahám na jehlu, klidně dýchám, případně zatínám svaly. Prohlížím si ji, zkusím lehce přiložit ke kůži. Vnímám, že je mi lépe, cítím se stále bezpečněji, vím, že injekce mi neublíží, že ji potřebuji. Nevadí mi. Cvičení dělám každý den i pětkrát, po dobu jednoho týdne.

- Vezmu sterilní injekci (případně sterilní injekci vložím do auto-injektoru), požádám partnera, aby mi lék aplikoval. Klidně dýchám, nedívám se na místo vpichu. Pokud druhý nebo jiný další den zvládnu pohled na místo vpichu, vyhrávám nad sebou. Cvičení s pomocí druhé osoby provádím každý den, po dobu jednoho týdne.

- Aplikuji si lék sám. Klidně dýchám, před aplikací mohu lehce zatínat svaly končetin (ne moc), po aplikaci si chvíli lehnu, soustředím se na svůj pocit výhry nad svým strachem. Dále pracuji na tom, aby se aplikace stala běžnou součástí mého života. Nechci mít k ní žádné pocity, prostě je to forma mojí léčby, která mi pomáhá.

Je zřejmé, že k této technice musí přistoupit jedinec, který skutečně chce se svým strachem bojovat. Nevymlouvá se, nesmlouvá sám se sebou, zbytečně nevěnuje pozornost nelogickým myšlenkám (jako například: zlomí se jehla, bude to neskutečně bolet, dostanu šok po aplikaci do cévy...).

Výsledky se dostavují rychle. Někteří pacienti si vedou záznamy o tom, jak se jejich strach snižuje.

7.2 Klid v duši i těle

Při každé fobii a úzkosti je vhodné naučit se **správně dýchat a relaxovat**. Relaxačních metod je mnoho, avšak u fobie z jehel, krve a zranění je doporučována relaxace spojená se zatínáním svalů. Je to pro to, aby nedošlo k prudkému poklesu krevního tlaku a případným mdlobám. Postup při této relaxaci je následující:

1. Vsedě zatněte všechny svaly rukou, nohou a těla a vydržte v napětí až 15 vteřin. Měli byste pocítit teplo v oblasti hlavy. Po půl minutě znovu stáhněte svaly, a poté ještě třikrát. Celkem tak během jednoho cvičení zatnete svaly **Skrát**. Toto opakujte 3 – 5 krát denně po dobu nejméně jednoho týdne.

2. Po týdnu začněte cvičení svalové relaxace provádět během nácvičku kontaktu s jehlou, jak je uvedené v seznamu úkolů v rámci vystavování se vlastnímu strachu.

7.3 Já chci, já dokážu

Je prokázáno, že pacienti, kteří zvládli svůj strach z jehel, se naučili věřit tomu, že to zvládnou. **Důvěra ve vlastní schopnosti něco překonat je to nejdůležitější v celé léčbě fobie z jehel.** Je to důvěra, že to zvládnou. Přistihujete se u myšlenek, že to nemůžete zvládnout? Že nikdy nebude schopní si lék bez problémů aplikovat? Pak to pravděpodobně opravdu budete mít těžké. Neutvrzujte se ve vlastní neschopnosti a nepřizívejte tím svůj strach.

Co říkáte svým blízkým, když se do něčeho chtějí pustit a váhají? Říkáte „To zvládneš, dokážeš to.“ Řekněte to i sobě. Říkejte si to pokaždé, když se strach přibližuje.

8. Příběh II.

Jonáš je 24letý bubeník v rockové kapele. Jeho image je „drsná“ jak vyžaduje prostředí, ve kterém se pohybuje. Má rád společnost rockerů a motorkářů. Avšak trpí silnou fobií z krve, zranění, jehel, a to v nejšířší podobě. Stačí mu shlédnout film, ve kterém se objeví scéna s lékařským zákrokem nebo být svědkem toho, jak se někdo v jeho okolí zraní, a cítí slabost. Několikrát upadl do krátkého bezvědomí, ze kterého se vždy sám znovu probal. S fobií bojoval sám několik let a zdálo se, že úspěšně, avšak s novou diagnózou RS a nutností si začít co nejdříve každodenně aplikovat lék pomocí injekce, se jeho fobie zhoršila. Pravidelná aplikace mu komplikuje život, injekce nenávidí, protože je musí vozit s sebou na koncerty a víkendové aktivity. Naučil se dobře řešit skladování injekcí, dodržuje výborně péči o kůži i související režimová opatření. Na počátku léčby mu lék aplikovala jeho matka, ale s častým pobytem mimo domov bylo nutné, aby se strachem zabojoval vší silou. Seznámil se s příručkami o specifických fobiích, surfování po internetu si našel informace o možnostech zvládnání fobie. Tyto informace konzultoval se svým neurologem, který mu byl v jeho boji velkou oporou. Jonáš si začal vést aplikační deník doplněný o stručné informace o tom, jak se mu dařilo fobie zvládat, jak se cítil při každém píchnutí. Když se cítil dostatečně silný, dopřál si odměnu, kterou si za své vítězství naplánoval – rozsáhlé tetování. Nyní hovoří o tom, že strach není zcela pryč... *„Je to však nesmírná úleva, když vím, co všechno jsem dokázal. Pokaždé, když se podívám na svou kompletně potetovanou ruku a záda, jsem na sebe pyšný a hned se mi injekce s lékem píchá snáz. Nedoporučuju samozřejmě řešit fobii z jehel tetováním, ale každému můžu poradit, ať se do toho boje pustí a dá si za to pořádnou odměnu, ať je to cokoliv. Stojí to za to.“*

9. Užitečné tipy – shrnutí

- Uvědomte si, že strach je přirozená emoce – chrání nás před nebezpečím
- Mějte na paměti, že strach z injekce s Vaším lékem je neopodstatněný, přehnaný a zbytečný
- Vězte, že fobie z jehel je sice častá, ale také je snadno a rychle léčitelná
- Začněte tím, že si uděláte seznam úkolů, které postupně budete zvládat tak, až budete schopni si lék sami pravidelně aplikovat
- Naučte se používat svalovou relaxaci se zatínáním svalstva. Je to důležité!
- Uvědomte si, že sílu zvládnout svůj strach máte v sobě. Věřte sami sobě.
- Napište si seznam odměn, kterési dopřejete za každý zvládnutý, byt i drobný krůček.
- Cítíte-li potřebu, vyhledejte psychoterapeuta a požádejte o pomoc.
- Podporu můžete hledat i u svých blízkých
- Neutíkejte k lékům proti depresím, úzkostem nebo jiným, kterými se snažíte svůj strach zvládnout. Nefungují dostatečně.
- **Pamatujte – přestat si aplikovat lék nebo dávky vynechávat je pouhý útek před vlastním strachem**



10. Rady pro blízké pacienta

Je přirozené, že svému blízkému, který trpí jednak závažnou chronickou chorobou, a jednak navíc i fobií z injekcí, chcete pomoci. Chcete také vědět, jak můžete pomoci. Zde je několik rad vycházejících ze zkušeností samotných pacientů, kteří zvládli fobii z jehel:

- **Nesnažte se to plně pochopit** – přijměte, že váš blízký má obrovský strach, se kterým bojuje. Tento strach je iracionální, nelogický, přehnaný. Pro to jej nejde dobře chápat, jen akceptovat.

- **Zeptejte se, s čím můžete pomoci zrovna vy.** Zajistit klidné prostředí? Pohlídat děti? Držet za ruku? V případě nouze píchnout injekci sami?

- **Ptejte se, jak se daří strach zvládat, oceňte, že váš blízký na sobě pracuje.** Každou změnu k lepšímu, které si všimnete, pochvalte.

- **Nerozvádějte příliš hovory o fobii, nepřizívejte ji pozorností, kterou jí budete věnovat.** Není třeba ji neustále rozebírat. Nejlepší je, když časem začneme dělat, jako by nebyla.

11. Mýty o injekcích

- Kdybych si nemusel píchat tak často (každý den nebo obden), zvládala bych to lépe

Není to pravda. Ten, kdo si píchá svůj lék častěji, rychleji a snáz, zvládne strach z injekce. Musí si zkrátka rychleji zvyknout.

- Jehla se může zlomit a bude mi kolovat v těle až k srdci

Není to pravda. Ani dříve se jehly při vpichu nelámaly, jde o škodlivý mýtus, který předávají generace rodičů svým dětem. Dnešní jehly jsou natolik šetrné a bezpečné, že riziko jakéhokoliv poškození tkáně je téměř nulové. Předpokladem je samozřejmě správné používání injekce či auto-injektoru.

- Nakazím se něčím

Není to v zásadě možné. Jehly jsou sterilní, a pokud pacient dodržuje doporučení, která dostane od svého lékaře nebo specializované sestry při zaučení, je v naprostém bezpečí.

- *Dostane se mi do těla vzduch a okamžitě zemřu*

Není to pravda. Jde o další dlouhodobě tradovaný mýtus. S případnou vzduchovou bublinou se tělo snadno vyrovná. Předplněné injekce a auto-injektory jsou maximálně bezpečné.

12. Jste rodič a máte fobii z jehel?

I v odborné literatuře se dočteme, že fobie mohou být dědičné. Možná ano (určité genetické předpoklady se objevují), avšak je důležité uvědomit si, že **člověk se nejvíce učí napodobou**. Přebíráme návyky a způsoby chování od svých rodičů a dalších blízkých, stejně tak naše děti napodobují nás. Vidí-li malé dítě, že jeho maminka (tatínek) projevuje silný strach z injekce nebo návštěvy lékaře, začne velmi brzy tento strach napodobovat.

Je vhodné, když svým dětem cestu životem aspoň nekomplikujeme tím, co život komplikuje nám. Pokud nejsme schopni dítěti ukázat, že reagujeme klidně a bez strachu, když nám lékař bere krev nebo když si každý den aplikujeme svůj lék, pak dítě k této situaci nepřipouštíme. Volíme dobu, kdy děti nejsou doma, nebo požádáme někoho blízkého, aby se jim věnoval a my si zatím v klidu (i když plní svého obtěžujícího strachu) pícheme injekci.

O svém strachu z jehel, krve, lékařů nebo nemocnic s dětmi nehovoříme. Naopak, podporujeme je v tom, aby věděly, že injekce obsahuje lék, který pomáhá, že lékař odebírá krev pro to, že nám chce pomoci, že v nemocnici se lidé uzdravují. Vybíráme pokud možno dětského lékaře (případně zubaře), který umí s dětmi příjemně komunikovat a pomáhá jim zbavit se obav z lékařských prohlídek, odběrů krve a podobných zákroků.

U malých dětí pomáhají příběhy a pohádky, v nichž je ukryté poselství o tom, že návštěva lékaře a činnosti, které v ordinaci lékař nebo sestra dělají, jsou v pořádku. Příběhy si můžeme vymýšlet sami nebo najdeme knížky, které takové poučné příběhy obsahují.

Stejně tak o své nemoci hovoříme klidně, stručně a máme na paměti, že chceme dítě uklidnit a naučit ho tomu, aby přijalo nemoc (a každodenní aplikaci léku) jako součást života rodiny.

13. Otázky pro Vás:

- Co je pro Vás z informací, které jste si právě přečetli, důležité?
Co začnete dělat? Čím začnete?
- Proč se chcete strachu z jehel zbavit? Co Vám to přinese dobrého?
- Koho požádáte o pomoc či podporu, budete-li potřebovat?
- Jak se odměníte za každý zvládnutý krok?
- Jak si podpoříte důvěru v to, že to zvládnete?

Spolu s Vámi předem sdělíme radost z Vašeho vítězství nad svým strachem!!

autorka Mgr. Jana Tomanová, Ph.D.
kontakt: tomanova@tiscali.cz.



RS KOMPAS+

Telefonní informační linka pro pacienty
s roztroušenou sklerózou



800 100 444

Pro všechny, kteří trpí touto nemocí, jsme připravili novinku – **bezplatnou telefonní linku**, na které se můžete informovat o řešení problémů spojených s touto diagnózou, především jak zvládat pravidelnou aplikaci injekčních léků, řešení nežádoucích účinků atd.

V čase **od 9:00 do 16:00** hodin v pracovní dny Vám poradí, pokud to bude v jejich silách, jedna z našich odborných konzultantek, které mají několikaleté zkušenosti s podporou pacientů s RS.

Mimo tuto dobu můžete na této lince zanechat Váš vzkaz a odborná konzultantka se s Vámi spojí v následující pracovní den, pokud to bude možné.

Tuto telefonní linku pro Vás připravil program podpory pacientů RS Kompas+. Jedná se o program navržený a financovaný společností Teva Pharmaceuticals CR, s.r.o. a zajišťovaný společností Icon Clinical Research s.r.o.

