

به نام خدا

نکات جلسه دهم از سلسله نشست‌های عصرانه داغ سلامت

موضوع: آشنایی با اقتصاد رفتاری و کاربرست های آن در نظام سلامت

تاریخ: ۱۳۹۸/۱۰/۳۰

دکتر ابراهیم نژاد در مباحث اقتصاد رفتاری و کاربردهای آن در نظام سلامت نکات زیر را مطرح کردند:

- برخی سوالاتی که اقتصاد رفتاری می‌تواند به ریشه‌یابی و یافتن راه حل برای آن‌ها کمک کند:
 ۱. چرا بیماران در مراجعه به پزشک اصرار زیادی به تجویز داروی بیش از حد دارند؟
 ۲. چرا بیماران معمولاً دوره درمان را کامل نمی‌کنند؟
 ۳. چرا عادات خوب سبک زندگی (مثل ورزش) به سختی شکل می‌گیرند و به راحتی از بین می‌روند، اما عادات ناسالم به راحتی شکل می‌گیرند و به سختی از بین می‌روند؟
 ۴. چرا خطاهای پزشکی که بسیاری از آن‌ها به سادگی قابل اجتناب هستند، هم چنان تکرار می‌شوند؟

■ ساختار فکری انسان

۱. سیستم فکری ۱: سیستم خودکار ذهنی که همواره فعالیت می‌کند و شهود انسان از آن نشأت می‌گیرد. همیشه فعال بوده و به طور اتوماتیک کار خود را انجام می‌دهد.
۲. سیستم فکری ۲: سیستم عقلایی و محاسباتی ذهن انسان. حساب کتاب می‌کند و به صورت منطقی تصمیم می‌گیرد. وقتی انسان با شرایط غیر نرمال مواجه می‌شود، این سیستم فعال می‌شود. حوادث غیر نرمال بعد از مدتی نرمال تلقی می‌شوند.

■ سوگیری‌های قابل پیش‌بینی:

۱. زیان‌گریزی (Loss Aversion & Get-evenitis): شکل تابع مطلوبیت بر اساس تئوری چشم انداز. انسان‌ها زمانی که با یک مسئله برخورد می‌کنند بسته به اینکه سود یا زیان کنند مطلوبیت و وزن می‌دهند.

گیرند. بار روانی زیان تقریباً معادل ۵/۲ برابر سود مشابه است. در احتمالات خیلی کم ذهن انسان وزنی که به آن احتمال می دهد، از میزان واقعی آن بیشتر است.

۲. اعتماد به نفس کاذب (Overconfidence): اعتقاد بیش از حد به موفقیت یک فرد یا برنامه، بدون در نظر گرفتن احتمال شکست.

۳. پشیمانی (Regret): افراد معمولاً از انجام دادن کارها به روش های غیر معمول هراسانند؛ مانند رانندگی از یک مسیر جدید.

۴. حسابداری ذهنی (Mental Accounting): دسته بندی درآمدها و هزینه های مختلف در حساب های ذهنی مختلف؛ درآمدهای اتفاقی در مقابل حقوق ثابت.

۵. عدم کنترل خویشتن (Lack of Self-Control): افرادی که تصویری از آینده خویش می بینند درصد پس اندازشان را بیش از دو برابر افزایش خواهند داد. سیستم ۱ کنترل پایینی دارد.

■ سقلمه (Nudge): تغییرات کم هزینه در معماری انتخاب که می تواند بدون محدود کردن قدرت انتخاب، باعث تاثیرگذاری زیاد بر رفتار انسان ها شود.

■ رویکرد آزادی قیّم مآبانه (paternalism Libertarian): محدود نکردن انتخاب انسان ها بلکه متمایل کردن آن ها به انتخاب بهتر.

■ کاربردهای اقتصاد رفتاری در حوزه سلامت: افراد عادی و بیماران

۱. اهدای عضو:

✓ در ۷ کشور با درصد اهدای عضو بالا، گزینه پیش فرض، اهدا است در حالی که در مابقی کشورها گزینه پیش فرض عدم اهدای عضو است.

✓ {اهمیت گزینه پیش فرض (Default Option)}

۲. پیشگیری:

✓ رعایت بهداشت. برای مثال تمرکز به روی مزایای استفاده از صابون به کثیف بودن دستشویی تغییر یافت.

✓ هم چنین میزان تأثیر یک رفتار یا گفتار بر انسان ها شدیداً وابسته به فاعل آن رفتار یا گفتار است

۳. عادات و سبک زندگی:

- ✓ خو گرفتن به عادت‌های خوب بسیار دشوار و ترک آنها بسیار آسان است، اما ترک عادت‌های بد بسیار دشوار و بازگشت آن‌ها بسیار آسان است.
- ✓ چشم پوشی از لذت‌های کوتاه مدت برای منافع بلند مدت.
- ✓ نقش تصمیمات ظاهراً بی‌ربط (*apparently irrelevant decisions*): انسان با تصمیمات بی‌ربط به عادت بدی که ترک کرده بود روی آورد.
- ✓ در مقابله لذت آنی و منفعت آتی، لذت آنی ترجیح داده شود.
- ✓ برقراری ارتباط ذهنی بین مفاهیم مختلف (*priming*): در حین نوشیدن، مشاهده یک چهره خندان در مقایسه با یک چهره اخمو، میزان نوشیدن فرد را افزایش می‌دهد.
- ✓ تقابل "من حال" و "من آینده": همواره "من آینده" فردی منظم‌تر است که قرار است همه کارهای خوب را انجام دهد.
- ✓ بازی‌سازی (*Gamification*): تبدیل اقدامات سالم که بازده بلندمدت دارند، به بازی‌هایی که بازده و جایزه کوتاه مدت دارند و افراد، با هر اقدام مفید برای سلامتی، امتیاز گرفته و پاداش داده می‌شوند.
- ۴. اعتیاد:
 - ✓ نوعی از عادت و سبک زندگی ناسالم است.
 - ✓ میزان تأثیر یک رفتار یا گفتار بر انسان‌ها شدیداً وابسته به فاعل آن رفتار یا گفتار است: احتمال اعتیاد نوجوانان در صورتی که حداقل دو نفر از دوستانشان سیگاری باشند، ۱۰۰٪ افزایش می‌یابد، در حالی که اگر پدر و مادرشان سیگاری باشند، تنها ۲۶٪ افزایش می‌یابد.
 - ۵. تاخیر در مراجعه به پزشک:
 - ✓ میزان مراجعه به پزشک رابطه مستقیمی با فاصله خانه فرد از درمانگاه یا بیمارستان دارد، حتی اگر این فاصله بسیار اندک باشد.
 - ۶. درخواست و مصرف بیش از حد دارو:
 - ✓ سوگیری اقدام (*action bias*): انسان‌ها معتقدند که در شرایط مختلف باید کاری انجام شود. برای مثال اگر انسان بیمار شود باید به پزشک مراجعه کرده و پزشک برای آن دارو تجویز کند، در غیر این صورت معتقد است که برای سلامتی خود اقدامی انجام نداده است.
 - ۷. عدم تکمیل دوره درمان:
 - ✓ بیمار نوبت می‌گیرد ولی به پزشک مراجعه نمی‌کند.
 - ✓ بیمار به پزشک مراجعه کرده ولی نسخه خود را به داروخانه نمی‌برد.

✓ بیمار دوره مصرف دارو را تکمیل نمی کند.

❖ نرم افزار Wellth:

■ کاربردهای اقتصاد رفتاری در حوزه سلامت: پزشکان

۱. تجویز و رفتار درست و بهینه:

✓ زمانی که برای پزشکان شستشوی دست را مفید برای بیمار ذکر می کنند، انگیزه پزشکان برای شستشوی دست ۳۳٪ افزایش می یابد.

۲. ارائه گزینه های درمانی به بیمار:

✓ تجویز ورزش تحت نظر پزشک برای بیماران سکته قلبی (با ساده سازی فرایند تجویز و پرکردن فرم های مربوطه).

✓ در روزهای پایانی زندگی بیماران، معمولاً تاکید روی روش های درمانی تهاجمی تر و پرهزینه تر است و به عبارتی، کمیت زندگی بر کیفیت زندگی ترجیح داده می شود.

■ در حوزه سلامت به دلیل بزرگی حوزه و ناکارآمدی اقدامات، باید تلاش کرد با اقدامات بسیار کم هزینه و تغییر نحوه انتخاب افراد، انتخاب کم هزینه تری برای جامعه ایجاد شود.