

УДК 614.253.5:613

Н. Дуб

РОЛЬ СІМЕЙНОЇ МЕДИЧНОЇ СЕСТРИ У ПРОФІЛАКТИЦІ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРИЮВАНЬ

Розглянуто проблеми профілактики хронічних захворювань населення України та роль у цьому процесі сімейної медичної сестри. Наголошено на значенні превентивної медицини у продовженні тривалості життя та покращенні його якості. Акцентовано увагу на необхідності підвищення ефективності діяльності сімейної медсестри у напрямі запобігання захворювань серед населення шляхом здобуття навиків оцінки стану здоров'я пацієнта, виявлення можливих ризиків захворювання, проведення інформаційно-роз'яснювальної роботи тощо.

Ключові слова: хронічні захворювання, профілактична медицина, сімейна медична сестра, валеологічне виховання.

Однією з найважливіших проблем інтенсифікації медичної допомоги населенню та профілактики хронічних захворювань є місце зазначеної проблеми в державному управлінні охорони здоров'я в сучасних умовах. Нині державна програма охорони здоров'я населення передбачає підготовку не лише сімейних лікарів, а й сімейних медичних сестер.

Над проблемою профілактики хронічних захворювань працюють доктор медичних наук професор академік УАН, Заслужений лікар України М. Шегедин [1], В. Войтенко [2], Ю. Вороненко [3], доктор медичних наук В. Преображенская [4].

Світова громадськість занепокоєна значним підвищенням рівня захворюваності із домінуванням хронічної патології над гострою. Особливо це стосується країн із низькою соціальною культурою та недостатньою увагою державних органів до профілактичної медицини.

Ця проблема є актуальною для вітчизняної системи охорони здоров'я. Стан здоров'я населення України все ще перебуває на незадовільному рівні. Статистика доводить, що з кожних 100 новонароджених в Україні лише 55 є цілком здоровими, 40 – практично здоровими і 5 – хворими. Із віком частка здорових невинно зменшується, а хворих зростає. Серед всього населення України лише кожен п'ятий (21,9%) може вважатися здоровою людиною, 40,6% – практично здоровими, а більше третини (37,5%) – хронічні хворі. Збільшується рівень психічних і невротичних розладів, патології серцево-судинної, ендокринної, травної систем, інших неепідемічних захворювань, притаманних сучасній цивілізації. Як наслідок, хронічні захворювання не тільки переважають, а й в умовах відсутності надійних методів діагностики та лікування знижують тривалість життя, підвищують інвалідність і смертність, призводять до негативних економічних наслідків для сімей, держави і суспільства загалом.

Метою роботи є привернення уваги органів державного управління охороною здоров'я і медичних працівників до проблеми хронічних захворювань і пошук шляхів її раціонального вирішення, зокрема через підвищення ролі сімейної медсестри.

Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (далі – ВООЗ), 60% всіх смертельних випадків у світі є наслідком хронічних захворювань, таких як:

хвороби серця, інсульт, рак, хронічні респіраторні захворювання і діабет. З 58 млн випадків смерті з усіх причин за 2005 р. 35 млн летальних наслідків припадає на хронічні захворювання, що вдвоє перевищує кількість смертельних випадків у результаті разом взятих інфекційних хвороб (зокрема СНІД, туберкульоз і малярія), материнських захворювань і перинатальних станів, а також випадків недостатнього харчування. За наступні 10 років хронічні захворювання стануть причиною смерті 388 млн людей.

80% смертельних випадків від хронічних захворювань припадає на країни з низьким і середнім рівнями доходів. У розвинутих країнах на сучасному етапі спостерігається тенденція до покращення показників здоров'я населення – зменшення кількості осіб із високим ризиком розвитку хронічних захворювань – завдяки позитивним змінам у способі життя (відмова від тютюнопаління і алкоголю, вживання здорової їжі, підвищення фізичної активності тощо).

За основними хронічними захворюваннями стоять фактори ризику, якими пояснюються більшість випадків смерті у всіх вікових групах, серед чоловіків і жінок у всіх частинах світу. До них належать:

- нераціональне харчування (щороку 2,6 млн людей помирає через надлишкову вагу і ожиріння та 4,4 млн людей – через підвищення загального рівня холестерину);

- гіподинамія (щороку 7,1 млн людей помирає внаслідок високого кров'яного тиску);

- зловживання тютюном і алкоголем (щороку 4,9 млн людей помирає через тютюнопаління).

Якщо тенденція не зміниться у наступні 10 років, то смертність від інфекційних захворювань, хвороб матерів і перинатальних станів загалом знизиться на 3 %. Протягом цього ж періоду смертність від хронічних захворювань зросте на 17%. Це означатиме, що з прогнозованих на 2015 р. 64 млн смертних випадків 41 млн буде пов'язаний із хронічними захворюваннями [5].

Однією з причин незадовільного стану здоров'я населення є недостатня увага до питань профілактичної медицини. Адже багато людей стає інвалідами, тому що їх батьки або вони самі не знали, як зберегти своє здоров'я. Російський науковець Ю. Лісіцина наголошує на залежності виникнення найважчих хронічних захворювань від способу життя. Так, захворюваність на ішемічну хворобу серця, яка часто є причиною смерті, на 60% залежить від способу життя, і лише на 40% – від навколишнього середовища і генетичних факторів загалом. Судинні ураження головного мозку (одна з причин інвалідизації) на 65% визначаються способом життя, на 18% – навколишнім середовищем і на 17% – генетичними факторами; захворюваність на рак залежить від вищеназваних причин відповідно на 45%, 19% і 26%; захворюваність на цукровий діабет – відповідно на 35%, 2% і 35% [6].

Інфраструктура та індустрія здоров'я в Україні значно поступається потенціалові матеріально-технічної бази оздоровлення в економічно розвинутих країнах, поступово занепадає і використовується не на повну потужність. Мало уваги приділяється питанням профілактики захворювань та збереження здоров'я.

Обов'язковою умовою оздоровлення суспільства має стати науково обґрунтована система валеологічного виховання населення і насамперед підростаючого покоління і молоді. Змінивши ставлення пацієнтів до свого здоров'я, ми зможемо змінити основні напрямки діяльності системи охорони здоров'я, взявши курс на збереження здоров'я здорових людей.

Важливу роль у профілактиці захворювань, у формуванні здорового способу життя та збереженні здоров'я відіграють медичні працівники, зокрема медичні сестри. Саме вони повинні вміти оцінити стан здоров'я пацієнта, визначити фактори ризику, навчити пацієнтів дотримуватись принципів здорового способу життя. Завдання медичних сестер полягає у тому, щоб донести до пацієнтів знання про здоров'я, фізіологічний ріст і розвиток, гігієну, раціональне харчування, навчити їх взаємодіяти з навколишнім середовищем і прислухатись до власного розуму і тіла.

Особливе місце в системі профілактичної медицини посідають сімейні медсестри і медичний персонал амбулаторно-поліклінічних установ. Адже 80% пацієнтів починають і закінчують лікування в лікувально-профілактичних закладах амбулаторного типу. Саме на цьому етапі виникають потреби у підтриманні та зміцненні здоров'я. Задовольнити ці потреби можуть відділення і кабінети профілактики, а також центри здоров'я, які проводять консультативну роботу зі здоровими людьми. За кордоном існують центри, куди можуть звернутися люди за рекомендаціями щодо збереження і покращення власного здоров'я. Основу медичного персоналу таких центрів становлять медсестри. Подібні центри здоров'я функціонують і в Україні, але їх кількість є незначною. Тому на сьогодні особливо актуально розвивати мережу центрів здоров'я та центрів медико-педагогічної реабілітації дітей. Це дасть змогу своєчасно виявляти і усувати фактори ризику захворювань, знизить рівні захворюваності і госпіталізації.

Пріоритетного значення набуває профілактична робота медсестер у сільській місцевості. Дані досліджень засвідчують низький рівень валеологічного виховання сільських мешканців. Так, лише 37,1% селян мають знання про принципи здорового способу життя, стільки ж (37,2%) – частково ознайомлені, 27,7% – не мають жодного поняття про збереження свого здоров'я. За даними певних авторів (Л. Кишляр, Р. Прокопеч, В. Борщ) лише 65% респондентів із сільського населення отримували рекомендації щодо збереження та зміцнення здоров'я, зокрема 53% з них – від лікарів і 38% – від середнього медичного персоналу. Сільських мешканців цікавлять питання гігієни шлюбу (33%), стосунків у сім'ї (27%), режиму праці та відпочинку і гігієни житла (по 25%), раціонального харчування та фізичної культури (по 22%). Викликає занепокоєння байдужість до проблем алкоголізму і тютюнопаління.

Таким чином, необхідно зорієнтувати медичних сестер не тільки на діяльність у лікувально-профілактичних установах, а й на роботу в громадах.

Роль медичних сестер у профілактичній медицині є важливою і беззаперечною. У багатьох випадках діяльність медсестер у профілактиці захворювань визначається віком пацієнтів, із якими вони зіштовхуються в процесі своєї роботи. Вони повинні орієнтуватися в питаннях, на які люди в різному віці хочуть отримати відповіді з метою збереження свого здоров'я.

Доки підготовка сімейної медсестри лише розгортається, медсестри, які працюють із дітьми у закладах амбулаторного типу або в дитячих стаціонарах, повинні вести роз'яснювальну роботу з батьками або дітьми щодо організації режиму навчання і відпочинку, раціонального харчування, необхідного та допустимого фізичного навантаження, психоемоційного й фізичного розвитку залежно від віку і стану здоров'я. Доцільно зосереджувати увагу батьків на питаннях попередження травматизму на вулиці і вдома, правильного зберігання лікарських препаратів та засобів побутової хімії. Особливої уваги заслуговує робота з дітьми 1-ого року життя. Тут потрібно володіти глибокими знаннями з проблеми

вигодовування і введення прикормів дітям, виявлення і усунення факторів ризику при спадковій схильності до захворювань, загартування і фізичного розвитку грудних дітей. При роботі з цією віковою групою від медичної сестри вимагається володіння певними психологічними і професійними якостями. Поряд із високим професіоналізмом сучасна медична сестра повинна знати основи професійної етики і деонтології та використовувати ці знання в своїй практичній діяльності, враховуючи особливості психології дітей і їх батьків. Т. Русьянова провела анкетування батьків, дітей і медичних сестер, які працюють у Свердловській обласній дитячій лікарні. За результатами опитування можна визначити основні якості, якими повинна володіти сімейна медична сестра.

Найважливішими якостями медсестри, на думку батьків є, такі:

- володіння професійними навиками і знаннями – 22%;
- доброта – 22%;
- сумлінність – 16%;
- повага до людей – 12%;
- емпатія – 12%;
- акуратність – 11%;
- скромність – 5%.

Батьки зовсім не звернули увагу на такі якості, як відповідальність, творчий підхід до роботи, ерудиція, інтелігентність, комунікабельність і вимогливість.

При оцінці найважливіших якостей сімейної медичної сестри діти (5 – 18 років) відзначили професіоналізм і сумлінність значно вище, а ніж дорослі оцінили такі якості, як відповідальність, акуратність, а також включили в перелік комунікабельність і вимогливість. Неприпустимими для медсестри були названі такі якості, як грубість, відсутність співчуття і нелюбов до дітей.

Самі ж медичні сестри вважають найважливішими професійними якостями професіоналізм і сумлінність [7].

Пріоритетними темами в профілактичній роботі з дорослими для сімейної медсестри є сексуальне здоров'я, планування сім'ї, професійні фактори шкідливості, адекватне і раціональне харчування, шкідливість вживання алкоголю, тютюну, наркотиків тощо.

Сімейна медсестра повинна володіти основами геронтології. Людям похилого віку необхідно пояснювати роль дозованого фізичного навантаження, адекватного харчування, сприятливого психологічного середовища для сповільнення процесів старіння і активного довголіття.

У своїй профілактичній діяльності сімейна медична сестра повинна не просто розповісти пацієнту про заходи, скеровані на збереження здоров'я, але й переконати його в необхідності уникати впливу несприятливих факторів, дотримуватись режиму праці, відпочинку і харчування. За цього необхідно враховувати вік пацієнта, його соціальний статус і особистісні якості. Адже декому достатньо просто розповісти про проблему, декому необхідно показати ілюстрований матеріал, а дехто потребує переконливих статистичних підтверджень [8, 9].

Звичайно, для того, щоб профілактична медицина посіла відповідне місце в структурі системи охорони здоров'я, необхідно збільшувати інвестиції в профілактику хронічних захворювань. Це стане можливим, якщо буде привернуто увагу громадськості до цієї проблеми. Також важливою є підготовка фахівців для превентивної діяльності. Але в сучасних умовах більшість вищих медичних

навчальних закладів при підготовці медичних сестер звертають увагу переважно на роботу з хворими людьми, тоді як підготовка до профілактичної роботи відходить на другий план. Для того, щоб медсестри могли проводити пропаганду здорового способу життя, потрібно змінити підходи до всіх етапів навчального процесу. Та медична сестра, яка отримає необхідні знання ще в процесі навчання, зможе зрозуміти важливість профілактичної роботи і консультувати та навчати пацієнтів цінувати своє здоров'я не тоді, коли воно вже втрачене, а набагато раніше. Найкраще і найпереконливіше це може зробити сімейна медична сестра.

Висновки

Отже, органам державного управління охороною здоров'я необхідно: сприяти розробці науково обґрунтованої системи валеологічного виховання населення України; впроваджувати інвестиційні проекти щодо профілактики хронічних захворювань у сучасну систему охорони здоров'я; ознайомлювати громадськість із засадами превентивної медицини, зокрема через підвищення ролі сімейної медичної сестри, що допоможе у здійсненні пошуків раціонального вирішення проблеми поширення хронічної патології.

Подальше дослідження цієї теми: дозволить знайти шляхи покращення демографічної ситуації в Україні через трансформацію державного управління соціально-економічними чинниками, що визначають стан системи охорони здоров'я України; приверне увагу громадськості до епідеміологічного переходу – універсального загальносвітового процесу, який характеризується домінуванням хронічної патології над гострою; сприятиме розвитку надійних методів до нозологічної діагностики та радикальних методів лікування, які загалом визначають тривалість життя, інвалідизацію і смертність населення; допоможе переглянути зміну пріоритетів у справі вирішення проблем здоров'я через підвищення рівня гігієнічної культури, покращення умов та способу життя, створення науково обґрунтованої системи валеологічного виховання населення і насамперед підростаючого покоління та молоді. Аналіз проблеми поширення хронічних захворювань створить умови для прийняття, як це відбувається в розвинутих країнах, національної державної програми профілактики захворювань і підтримки здорового способу життя, виконання якої стане суттєвим внеском у покращення здоров'я населення.

Література

1. Шегедин М. Б. Медсестринство в Україні [Текст] : навч. посіб. / М. Б. Шегедин. — Т. : Укрмедкнига, 2003. — 280 с.
2. Войтенко В. П. Здоровье здоровых: введение в синологию [Текст] / В. П. Войтенко. — К. : Здоровье, 1991. — 246 с.
3. Вороненко Ю. В. Реформування медсестринської освіти в Україні / Ю. В. Вороненко, Т. І. Чернишенко // Медсестринство України [Текст]. — 1998. — № 1. — С. 5—12.
4. Преображенская В. С. Оценка состояния здоровья и перспективы совершенствования медико-социальной помощи взрослому сельскому населению (организационно-экспериментальное исследование) [Текст] : автореф. дис. д-ра мед. наук. / В. С. Преображенская. — М. : [б. и.], 1990. — 42 с.
5. По материалам доклада ВОЗ Предотвращение хронических болезней: жизненно важное вложение средств // Головна медична сестра [Текст]. — 2006. — № 3. — С. 33—38.

6. Тарновская И. И. Медсестры и профилактическая медицина. Вопросы обучения / И. И. Тарновская // Сестринское дело [Текст]. — 2001. — № 3. — С. 10, 11.

7. Русьянова Т. Детская медсестра глазами пациентов и их родителей / Т. Русьянова // Сестринское дело [Текст]. — 2004. — № 4 / 5. — С. 15, 16.

8. Волкова М. М. Некоторые аспекты подготовки медсестер в области профилактической медицины / М. М. Волкова, С. Р. Волков // Медицинская сестра [Текст]. — 2003. — № 2. — С. 36, 37.

9. Волкова М. М. О роли сестринского персонала в профилактической медицине / М. М. Волкова, С. Р. Волков // Медицинская сестра [Текст]. — 2003. — № 2. — С. 37, 38.

N. Dub

ROLE OF FAMILY NURSE IN CHRONIC DISEASES PROPHYLAXIS

Problems of chronic diseases prophylaxis of Ukraine's population are considered and also role of family nurse in this process. The importance of preventive medicine in life prolongation and improvement is stressed. The attention is drawn to the necessity of increasing activity efficiency of family nurse in the sphere of disease prevention among the population by gaining experience of patient health condition estimating, finding possible risks of disease, making information and explaining work.

Key words: chronic diseases, prophylactic medicine, family medicine, family nurse, health education.