

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«РОСТОВСКИЙ БАЗОВЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

Презентация дипломной работы
на тему
«Участие медицинской сестры в работе Школы здоровья для
больных ожирением»



Специальность 34.02.01 «Сестринское дело»
(очно-заочная форма обучения)
ПМ. 02 «Участие в лечебно-диагностическом
и реабилитационном процессах»

Работу выполнила:
Пономарева Марина Юрьевна
студентка 3 группы
Методический руководитель:
Гончаров Игорь Степанович

Ростов-на-Дону
2017

По оценкам Всемирной организации здравоохранения более 1,9 миллиарда взрослых людей в возрасте 18 лет и старше имеют избыточный вес. Из этого числа свыше 600 миллионов человек страдают от ожирения. Заболеваемость ожирением продолжает неуклонно и прогрессивно увеличиваться, что особенно наглядно проявляется в последние годы, несмотря на предпринимаемые меры активной борьбы с этой «эпидемией». Россия находится на третьем месте в мире по распространенности ожирения и избыточной массы тела: более 30 % трудоспособного населения страдает избыточной массой тела и ожирением. С наиболее значимыми медицинскими последствиями ожирения - сердечно - сосудистыми заболеваниями и сахарным диабетом второго типа - связаны высокие показатели потери трудоспособности и преждевременной смертности в современном мире.

Цель исследования:

- систематизировать и обобщить представления об ожирении, участии медицинской сестры в работе Школы здоровья для больных ожирением;**
- выявить на практике значимость участия медицинской сестры в обучении пациентов вопросам ожирения.**

Задачи исследования:

- углубленно изучить теоретические вопросы, касающиеся ожирения и участия медицинской сестры в работе Школы здоровья для больных ожирением с использованием разных источников информации;**
- провести исследование и обучение пациентов по вопросам, касающимся ожирения;**
- проанализировать и оценить результаты проведенной работы.**

По определению Всемирной организации здравоохранения ожирение - заболевание с аномальным или избыточным накоплением жира, которое может вызвать нарушение здоровья.

Ожирение (лат. adipositas - буквально: «ожирение» и лат. obesitas - буквально: полнота, тучность) - это хроническое нарушение обмена веществ, проявляющееся избыточным развитием жировой ткани, прогрессирующее при естественном течении, имеющее круг осложнений и обладающее высокой вероятностью рецидива после окончания курса терапии.

Основные факторы, способствующие развитию ожирения:

- **Демографические факторы**
- **Генетические и врожденные факторы**
- **Малоподвижный образ жизни**
- **Диетические факторы**
- **Нарушения сна**
- **Инфекционные факторы**
- **Социальные и психологические факторы**
- **Социально-экономические и этнические факторы**
- **Прием определенных медикаментов**
- **Нейроэндокринные и метаболические факторы**

Школа здоровья для больных ожирением



Цели обучения в Школе здоровья для больных ожирением:

- снижение риска развития и прогрессирование сопутствующих ожирению заболеваний;**
- увеличение адекватного отношения пациентов к заболеванию и оценке своего здоровья;**
- выработка адекватного отношения пациентов к заболеванию и оценке своего здоровья;**
- создание и поддержание мотивации и осознанного согласия пациентов на длительное и постепенное лечение.**

Задачи Школы здоровья для больных ожирением:

- предоставление пациентам современной информации о заболевании, индивидуальных проблемах и путях их решения, о существующих методах лечения ожирения в доступной для всех форме;**
- разъяснение пациентам необходимости достижения оптимальной массы тела;**
- обучение правильному планированию питания, помощь в составлении пищевого рациона с учетом индивидуальных особенностей (образа жизни, привычек, вкусов);**
- постепенная коррекция пищевого поведения с помощью конкретных рекомендаций и рациональной психотерапии;**
- разработка индивидуальной программы снижения массы тела;**
- постоянная психологическая поддержка.**

При прохождении преддипломной практики на базе Ростовской клинической больницы ФГБУЗ ЮОМЦ ФМБА России для изучения вопросов участия медицинской сестры в работе Школы здоровья для больных ожирением, в соответствии с методикой работы этой Школы, сформирована группа исследования из восьми пациентов.

Структура группы исследования:

мужчины - 4 пациента (50%)

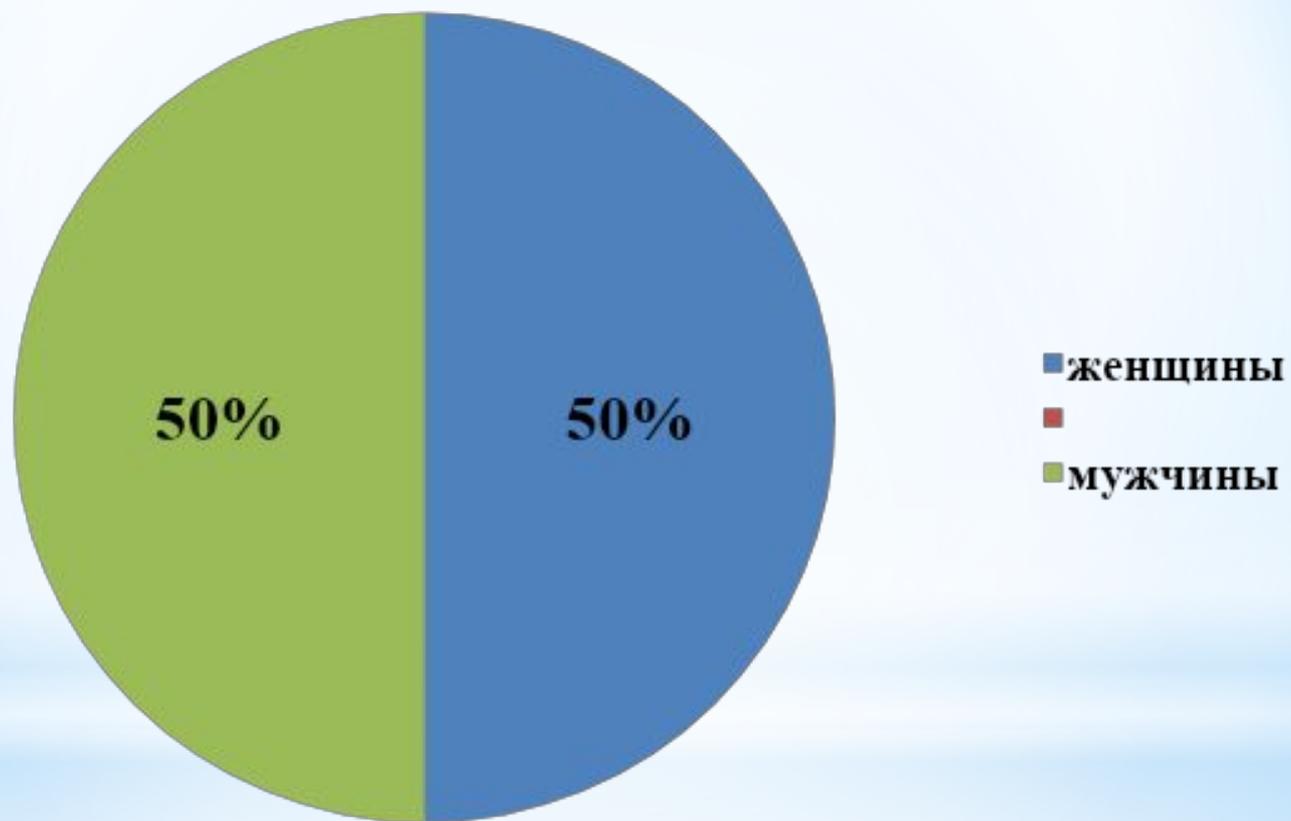
женщины – 4 пациента (50 %)

в возрасте 30 - 50 лет – 2 человека (25 %)

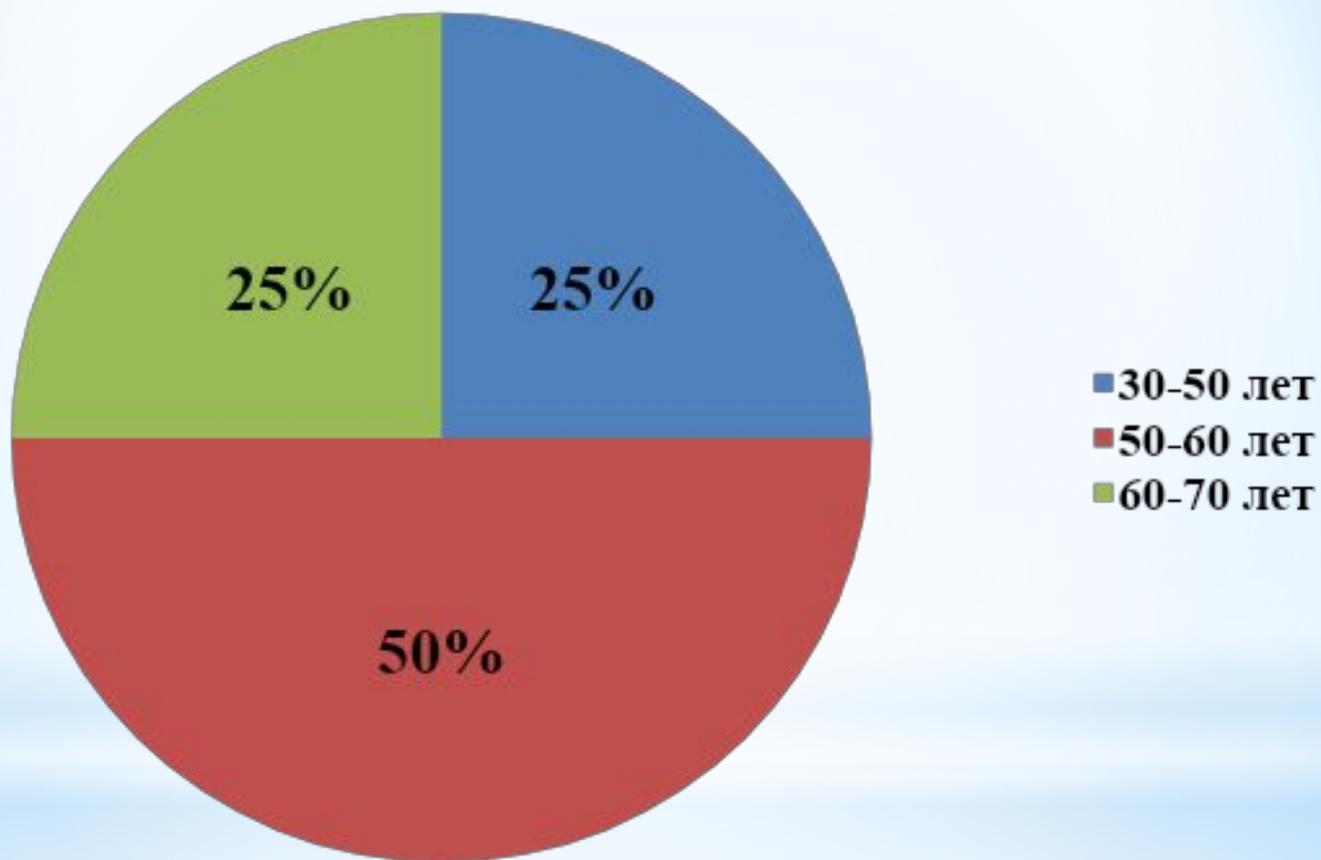
в возрасте 50 – 60 лет - 4 человека (50%)

в возрасте 60 - 70 лет – 2 человека (25%)

Половая структура пациентов группы исследования



Структура возрастных категорий пациентов группы исследования

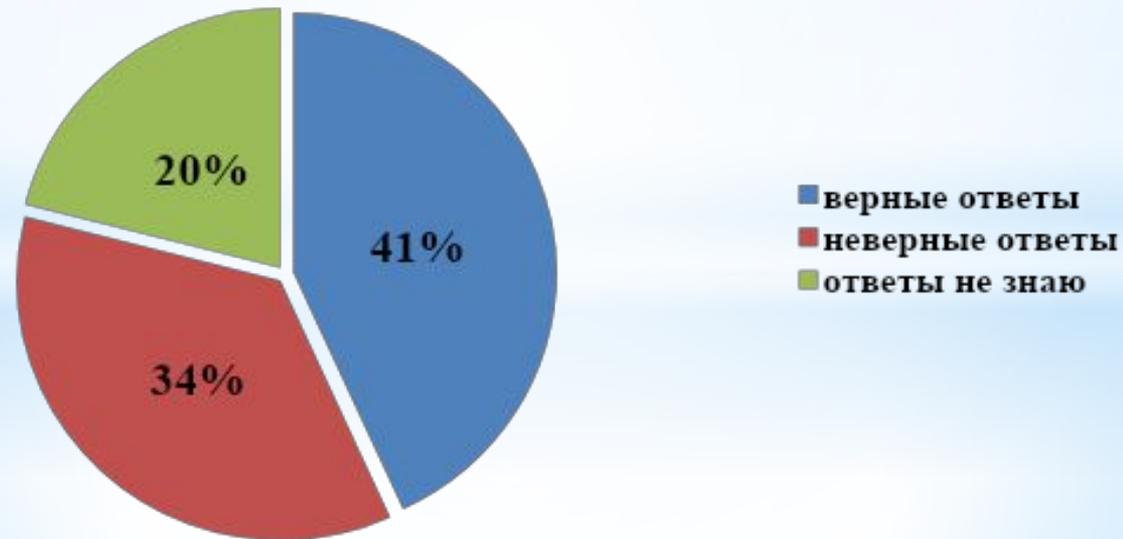


Структура группы исследования



С пациентами группы исследования проведена работа по вопросам ожирения с использованием методики деятельности Школы здоровья для больных ожирением. Составлен и реализован план работы по вопросам, касающимся ожирения. В начале работы с пациентами проведена оценка исходного уровня знаний - анкетирование пациентов для выяснения уровня знаний об ожирении, данные оценки представлены в виде диаграммы.

**Общий уровень знаний об ожирении пациентов
в группе исследования**



Произведен анализ и оценка степени выраженности факторов риска ожирения у пациентов группы исследования, данные представлены в виде диаграммы.

Степень выраженности факторов риска у пациентов группы исследования



Уровень контроля состояния здоровья, соблюдения гипополипидемической диеты и физической активности, посещения врача.



В процессе проведенной с пациентами работы:

- дана оценка уровня информированности пациентов группы исследования по вопросам ожирения, выявлены и оценены факторы риска ожирения у пациентов группы исследования;**
- пациентам даны современные теоретические представления по основным вопросам, касающимся ожирения;**
- пациентам даны рекомендации по профилактике факторов риска ожирения - контролю состояния здоровья и физической активности, рациональному питанию, отказу от курения и употребления алкоголя;**
- пациенты обучены основным методам контроля состояния здоровья (определение массы тела, роста, вычисление индекса массы тела, определение окружности талии и бедер, вычисление их соотношения, измерение артериального давления, частоты дыхательных движений, подсчет пульса);**
- у пациентов сформирована мотивация сохранения здоровья и его укрепления, сотрудничества с медицинскими работниками, регулярного самообразования и обучения по вопросам ожирения.**

Общие итоги проведенного исследования

- ✓ проблема ожирения уже давно стала вопросом мирового масштаба, поскольку вышла за пределы какой-то конкретной страны;**
- ✓ это заболевание доставляет не только психо-физический дискомфорт, но также вызывает заболевания позвоночника, суставов, сексуальные и другие расстройства, повышает риск развития таких опасных для жизни человека заболеваний, как атеросклероз, гипертония, сахарный диабет, инсульт, инфаркт миокарда, заболевания почек и печени, способно привести человека к инвалидизации;**
- ✓ важной мерой эффективной борьбы с ожирением является осведомленность человека об этом недуге, достижение чего возможно путем обучения либо в ходе проведения санитарно-просветительных мероприятий, либо в Школах здоровья для больных с ожирением;**
- ✓ в работе Школы здоровья для больных ожирением часто принимают активное участие медицинские сестры, иногда в качестве руководителя Школы, но чаще - лица, реализующего процесс обучения;**

✓ в процессе проведенной в рамках исследования работы с пациентами по вопросам ожирения достигнуты следующие результаты:

- по мнению пациентов полученная информация об ожирении изложена доступно, полезна и необходима;
- пациентами осознана необходимость и высказана решимость корректировать выявленные у них изменяемые факторы риска, связанные с образом жизни;
- пациентами высказано желание расширять знания об ожирении;
- пациентами высказано желание регулярно контролировать состояние здоровья;
- пациентами высказано желание выполнять данные в процессе обучения рекомендации;
- пациентами высказано желание пройти обучение в Школе здоровья для больных с ожирением.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В процессе выполнения дипломной работы поставленные задачи решены, цели достигнуты. По результатам исследования сделаны выводы, составлена памятка для пациентов с ожирением.

Выводы

- 1. Ожирение является серьезной проблемой в современном мире, что обусловлено его высокой распространенностью, прогрессирующим увеличением численности больных как среди взрослого, так и среди детского населения.**
- 2. Ожирение является ключевым фактором риска возникновения сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний, сахарного диабета, болезней желудочно-кишечного тракта и как следствие – нетрудоспособности, инвалидизации, преждевременной смерти.**

3. Обязательной и первостепенной составляющей программы лечения ожирения является обучение, для чего созданы Школы здоровья для больных ожирением, где наряду со всесторонней информацией о заболевании оказывается психологическая помощь, у пациента формируется мотивация коррекции образа жизни, приверженности лечению, повышения качества жизни.

4. В современных условиях кардинально изменилась роль медицинской сестры в работе Школы здоровья. Диапазон деятельности ее в зависимости от уровня образования и специализации широк – от руководства Школой здоровья до участия во всех этапах обучения, которое включает ведение необходимой документации, проведение занятий или подготовку к ним, анкетирование пациентов, оказание им психологической помощи и моральной поддержки, санитарно-просветительную работу. Школа здоровья для пациентов с ожирением, позволяет реализовать основополагающие принципы современного здравоохранения – профилактическую направленность службы здравоохранения, обеспечение единства медицинского работника и пациента в достижении качества и медицинской эффективности оказываемой пациентам помощи.

Памятка для пациентов с ожирением

- 1. Помнить, что ожирение – это заболевание, а не только косметическая проблема, обусловленное в большинстве случаев нездоровым образом жизни.**
- 2. При любой форме ожирения основой в лечении являются немедикаментозные методы лечения - длительное соблюдение принципов рационального питания, режима физической активности и здорового образа жизни.**
- 3. Помнить, что основные принципы рационального питания - это разнообразие продуктов питания, полноценность и сбалансированность рациона по составу питательных веществ, поддержание баланса между поступлением в организм энергии с пищей и расходом энергии в течение суток.**
- 4. В выборе режима физической активности следует руководствоваться индивидуально составленными рекомендациями врача.**

5. Необходимо: отказаться от курения, ограничить или полностью исключить употребление алкоголя, контролировать массу тела, контролировать артериальное давление, контролировать уровень липидов и глюкозы крови, соблюдать рекомендации и назначения лечащего врача.

6. Можно и нужно использовать медикаментозную терапию, которая существенно повышает эффективность немедикаментозных методов.

7. Необходимо быть всесторонне информированным о заболевании. Оптимальным вариантом для этого является обучение в Школе здоровья для больных с ожирением, где не только предоставляются знания, но и формируется такая мотивация, которая помогает пациенту принять концепцию умеренного, постепенного и поэтапного снижения массы тела, пожизненного изменения привычек питания и образа жизни. Спасибо за внимание!

Спасибо за внимание!