



**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ МЕДИЦИНСКОЙ
СЕСТРЫ ПРИ ЛЕЧЕНИИ
ОСТЕОПОРОЗА.**

**Ростов-на-Дону
2019**

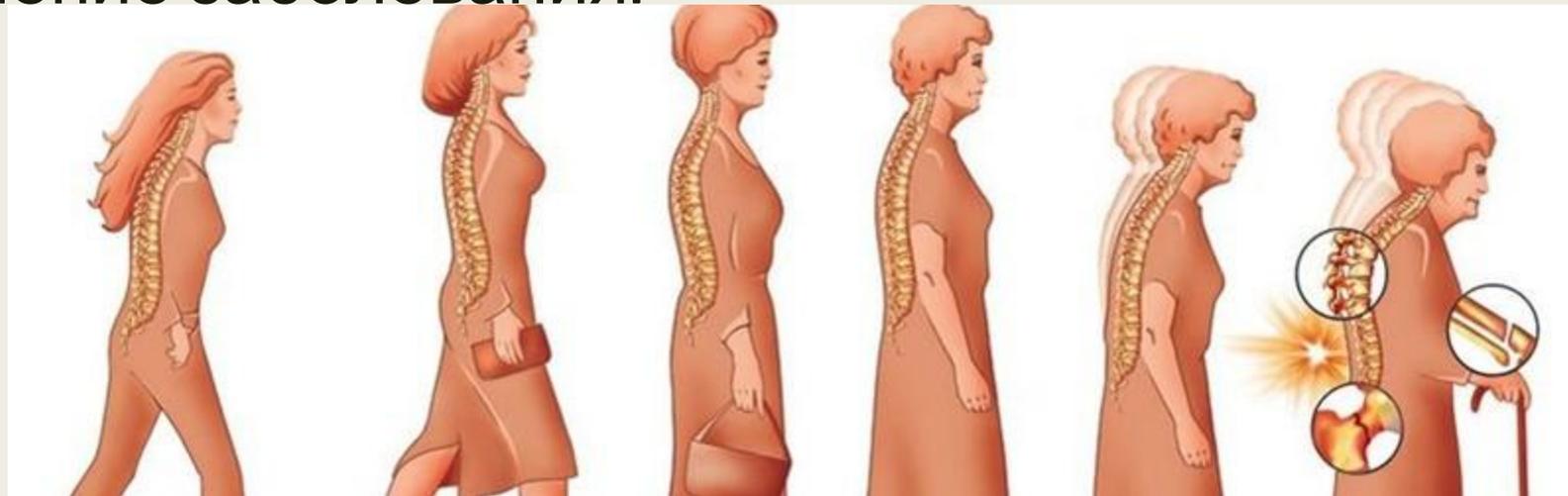
Актуальность темы

- По данным ВОЗ, около 35 % травмированных женщин и 20 % мужчин имеют переломы, связанные с остеопорозом. Проблема остеопороза затрагивает около 75 млн граждан Европы, США и Японии. В Европе в 2000 г. количество остеопоротических переломов оценивалось в 3,79 млн, из которых 890 тыс. составляли переломы шейки бедренной кости.
- В Европе летальность, связанная с остеопоротическими переломами, превышает онкологическую (за исключением смертности от рака легкого).
- Женщины после 45 лет проводят больше времени в больнице с остеопорозом, чем по поводу сахарного диабета, инфаркта миокарда и рака молочной железы.
- К 2050 г. ожидается рост количества остеопоротических переломов шейки бедренной кости с 500 тыс. до 1 млн случаев ежегодно.
- Остеопороз в нашей стране и мире приобретает характер непредвиденной по своим масштабам эпидемии, предупредить которую можно при условии создания общегосударственной программы диагностики, профилактики и лечения данной болезни и её осложнений.

- **Цель исследования:** выявить проблемы пациентов и определить значимость сестринского ухода при остеопорозе.
- **Объект исследования:** Особенности сестринского ухода при остеопорозе.
- **Предмет исследования:** значение обучения пациентов элементам сестринского ухода для улучшения клинического течения заболевания и эффективности сестринского ухода при остеопорозе.
- **Метод исследования:** наблюдение, анализ, сравнение.

Задачи исследования:

- Проанализировать проблемы пациента с остеопорозом и особенности ухода методом наблюдения.
- Оценить влияние обучения пациентов самоуходу на эффективность сестринского ухода и клиническое течение заболевания.



База исследования

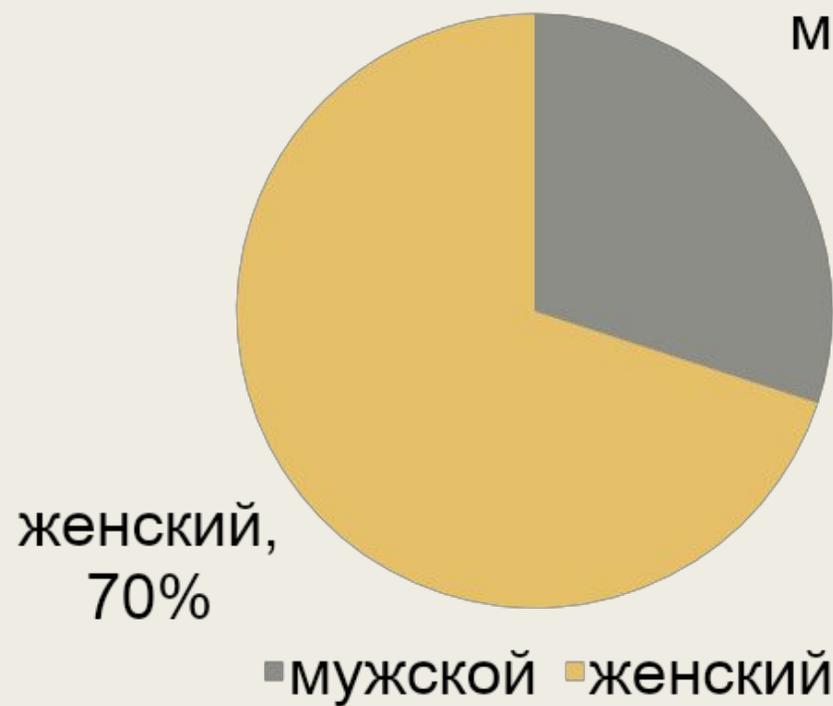
МБУЗ "Городская больница скорой медицинской помощи г. Ростова-на-Дону"



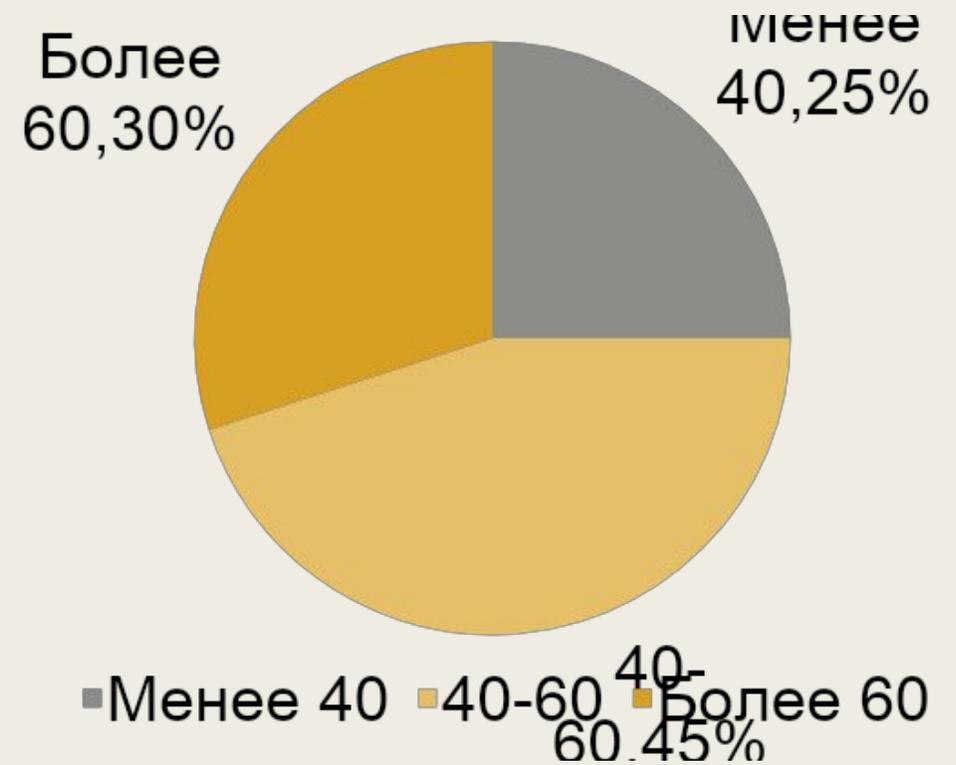
План сестринского обследования

- Основные сведения о пациенте:
 - ✓ Ф.И.О,
 - ✓ Возраст,
 - ✓ Пол (муж или жен)
- Сколько лет вы страдаете остеопорозом?
- Был ли перелом шейки бедра после незначительной травмы у кого-либо из Ваших родителей?
- Был ли у Вас перелом после незначительной травмы?
- Принимали ли Вы стероидные гормоны (преднизолон и др.) более 6 месяцев?
- Уменьшился ли Ваш рост более, чем на 3 сантиметра?
- Употребляете ли Вы алкоголь раз в неделю или чаще?
- Часто ли у Вас бывает диарея (понос)?
- Выкуриваете ли Вы более пачки сигарет в день?
- Для мужчин:
 - Были ли у Вас проблемы, связанные с низким уровнем тестостерона (снижение полового влечения, импотенция)?
- Для женщин:
 - Когда у Вас наступила менопауза, был ли Ваш возраст менее 45 лет?
 - Прекращались ли у Вас менструации на срок более года (кроме периода беременности)?
- Самостоятельный уход:
 - ✓ можете ли самостоятельно надеть одежду, обувь;
 - ✓ принять ванну;
 - ✓ самостоятельно принять пищу (кушать)?
- Какие способы борьбы с болью вы используете?
 - ✓ прием НПВС

Распределение пациентов по полу (А) и возрасту (Б)

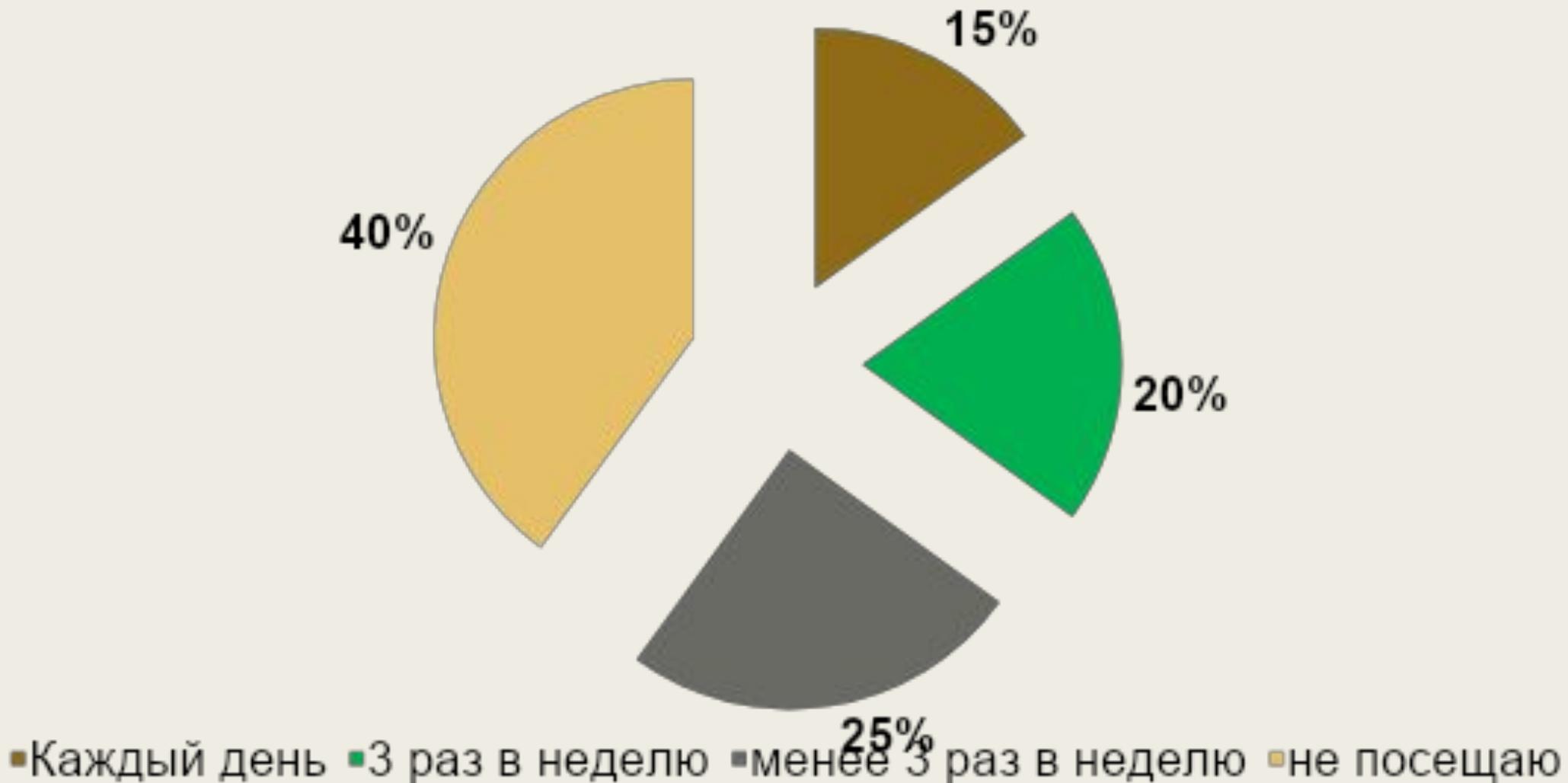


А

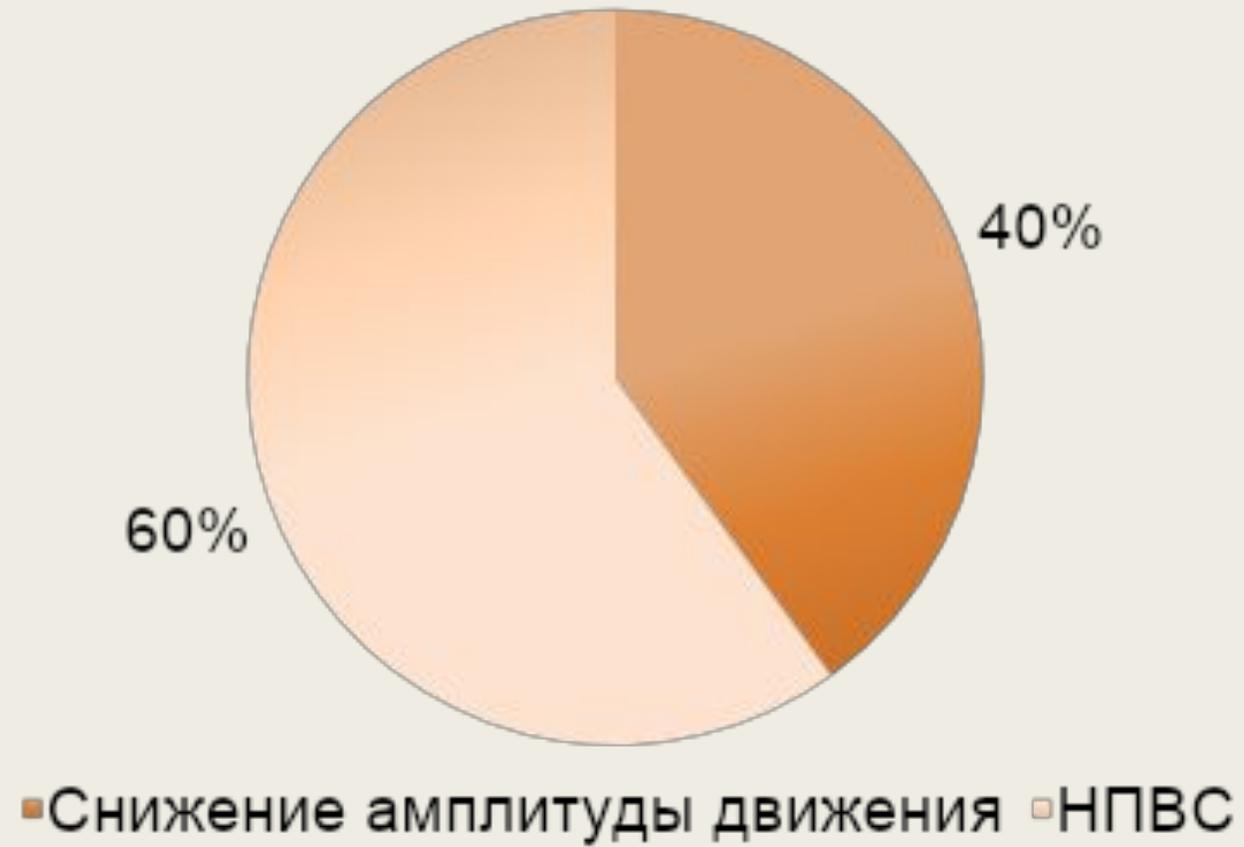


Б

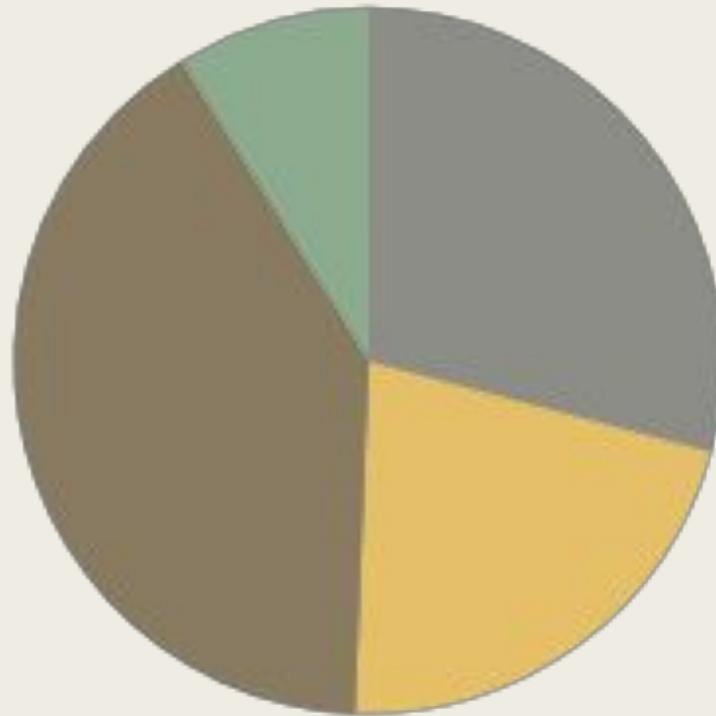
Частота посещений ЛФК



Способы борьбы с болью



Результаты сестринского обследования в начале исследования

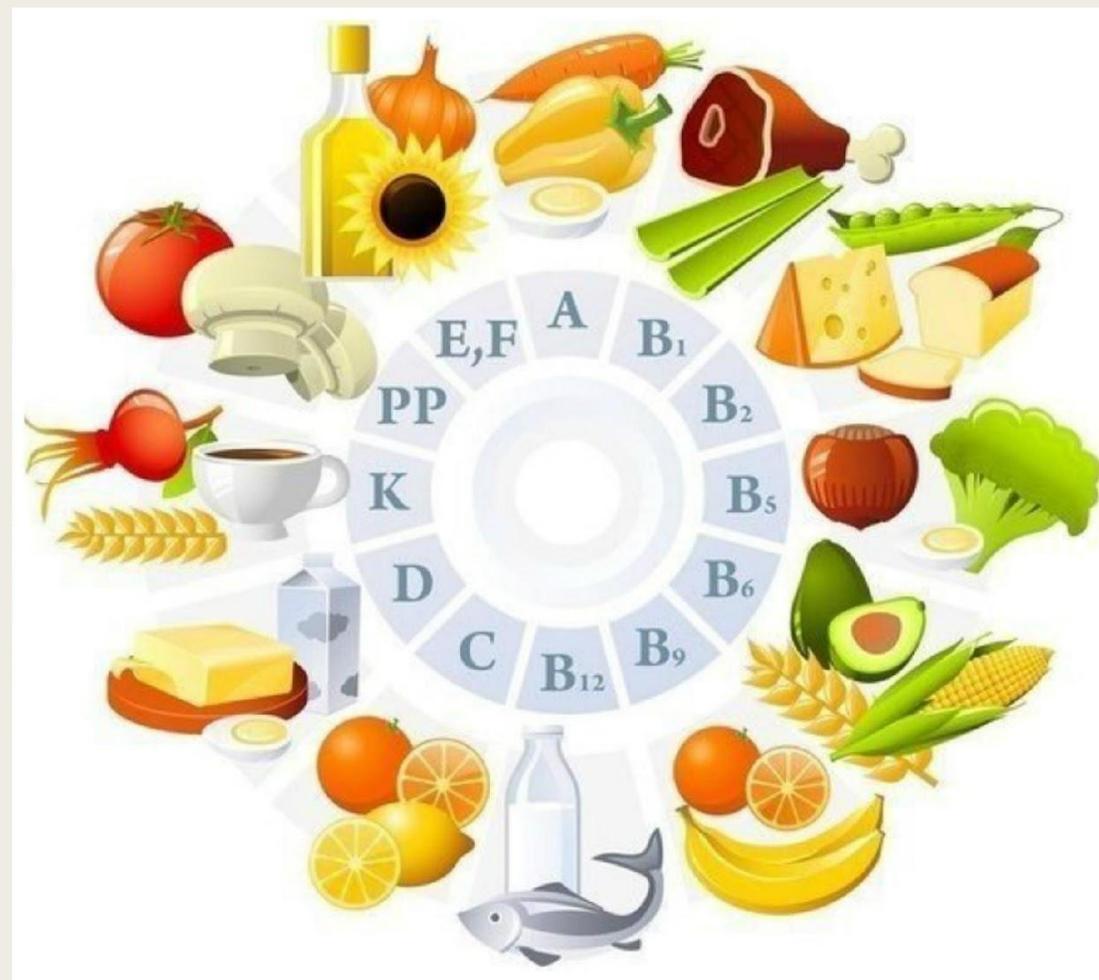


- Боли в костях
- Скованность движений
- Частые переломы
- Недостаточность самоухода

Источники кальция при остеопорозе



Витамины при остеопорозе



Примерное меню на день при остеопорозе

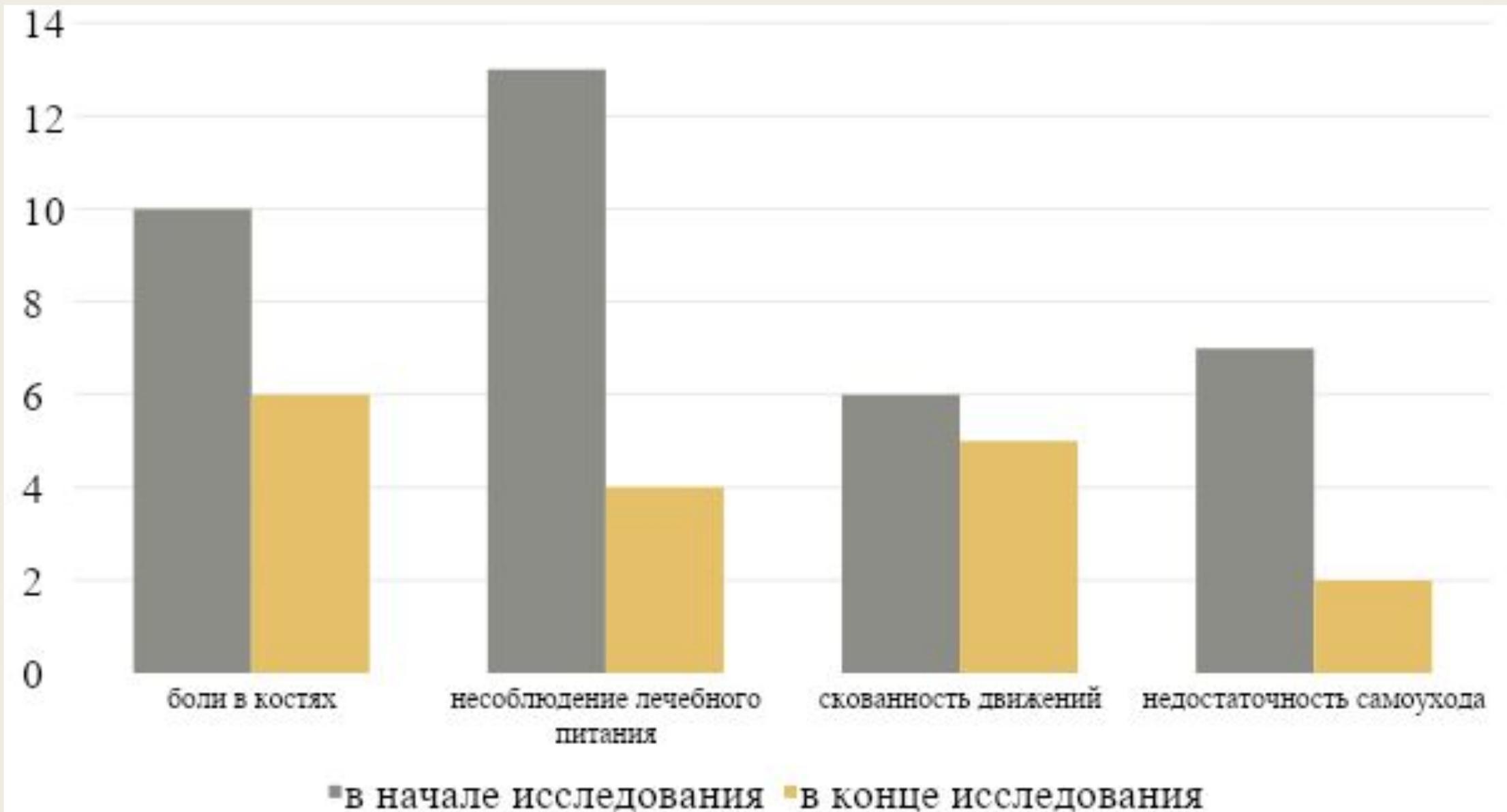
- 1 завтрак: чашка кальцинированного творога, порция овсянки на молоке, чашка кофе с молоком.
- 2 завтрак: 2 средних печеных яблока, два ломтика сыра с пшеничным хлебом.
- Обед: 250 мл молочного супа, кусок отварной говядины с картофелем на гарнир, чай с молоком, ломтик хлеба.
- Полдник: апельсин, стакан отвара шиповника, два ломтика сыра с ржаным хлебом.
- Ужин: 100 г морской рыбы, отварной или паровой запеканка из капусты, чай с молоком.
- Перед сном: стакан кефира.



Примерно лечебное недельное меню при

День недели	Завтрак	Второй завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Понедельник	Творог с изюмом, некрепкий чай	Горстка сухофруктов, стакан воды	Борщ, гречневая каша с мясной подливой	Тертая морковь со сметаной	Картофельное пюре с отварной рыбой, салат из свежих овощей
Вторник	Овсяная каша с сухофруктами	Творожная запеканка	Суп с фрикадельками, рисовая каша с рыбой	Горстка орехов, стакан воды	Тушеная картошка с мясом, салат из свежих овощей
Среда	Сырники	Свежие яблоки	Голубцы с мясом	Кефир	Гречневая каша с рыбными котлетами
Четверг	Бутерброды с фетой, чай	Фруктовый салат	Суп с макаронами, салат «Цезарь»	Йогурт	Овощное рагу, печень говяжья в сметанном соусе
Пятница	Омлет, чай	Галетное печенье, фруктовый фреш	Пшенная крупа, морковные котлеты	Сырники	Отварная курица, винегрет
Суббота	Овсяная каша с сухофруктам	Хлебцы, компот	Уха, оладьи из кабачка	Галетное печенье, отвар из шиповника	Гречневая каша, тушеный кролик
Воскресенье	Оладьи с вареньем	Запеченная тыква	Фаршированный перец, салат из помидоров и огурцов	Ряженка	Картофельно-шпинатное пюре, запеченная рыба

Изменение состояния пациентов



Выводы

- Остеопороз распространённое заболевание, сопровождающееся переломами костей, поражает чаще всего женщин,
- Больные нуждаются в обучении принципам правильного питания,
- Обучение пациентов принципам правильного питания значительно повышает эффективность лечения и сестринского ухода.

Рекомендации

- Необходимо объяснять пациентам значимость правильного питания при заболевании суставов.
- Медицинским сестрам в стационаре необходимо обучать пациентов правилам правильного питания и при выписке выдавать памятки с рекомендациями по правильному питанию.

Благодарю за внимание

