

Ką turi žinoti paciento artimieji

Dr. Inga Slautaitė
Vilniaus universitetas,
Neurologijos ir neurochirurgijos klinika
neuroangiochirurgijos centras
2018 10 26

- Insultas yra pagrindinė ilgalaikės negalios priežastis
- Problema apima ne tik pacientus bet ir šeimos narius
- Daug pastangų dedama mažinant insulto pasekmes
- Vienas iš svarbių faktorių sveikimui yra paciento šeimos įtraukimas ir palaikymas

Kokia artimųjų pagalba įtaka sveikimui po insulto ?

- Prospektyvinis tyrimas:
- N-43 (pirmą insultą patyrę pacientai)

- Vertinta: šeimos socialinės paramos įtaka išėjimams po insulto :
 - **paskirto gydymo ir gyd. plano kontroliavimas,**
 - **emocinė pagalba** (padrąsinimas, laikas kartu)
 - ir **fizinė pagalba** (maudymas, maistas, kt.)

- prieš išrašant, po 1,3,6 mėn. vertinta pacientų funkcinė būklė, depresijos lygis ir socialinis statusas

- Išvados:
 - Teigiama įtaka stebėta visiems trimis kintamiesiems, reikšmingiausiai funkcinėi paciento būklei
 - Pacientų, kurie turėjo didelę šeimos pagalbą, funkcinė būklė buvo ženkliai geresnė;
 - šis skirtumas ryškiausias vidutinio sunkumo ir sunkius insultus patyrusių pacientų grupėje

Kokia artimųjų palaikymo ūmaus insulto metu reikšmė sveikimui?

- Prospektyvinis tyrimas:
- N-34 (ūmiu lengvu insultu sergantys pacientai)
- Tikslas:
- ar socialiniai kontaktai ir palaikymas ūmaus insulto metu (per 24 val. po hospitalizacijos) turi įtakos depresijai ir kasdieninei veiklai po 3 mėn. po insulto?
- Vertinta socialinė parama gauta iš šeimos, draugų ir medicinos darbuotojų

- Išvados:
- stiprus draugų ir šeimos moralinis palaikymas ūmiu insulto periodu buvo susijęs su reikšmingai mažesniu depresijos lygiu ir geresnėmis kasdieninės veiklos funkcijomis.
- Tokio efekto nestebėta, jei parama buvo gauta tik iš medicinos darbuotojų

Villain et al. Very early social support following mild stroke is associated with emotional and behavioral outcomes three months later. Clin Rehabil. 2017 ,31(1):135-141.

Artimųjų vaidmuo paciento po insulto gyvenime

- Ūminio insulto metu-emocinė, fizinė pagalba
- Po stacionarinio gydymo ar reabilitacijos dauguma pacientų išrašomi į namus
- Pacientai grįžta į bendruomenę ir tęsia gyvenimą, nepaisant po insulto atsiradusių fizinių, pažintinių ar asmenybinių pasikeitimų
- Po išrašymo šeimos nariai yra pagrindinė parama ir tarpininkai tarp profesionalios medicinos komandos ir paciento, užtikrinantys tolimesnį paciento sveikimą

Kaip gali padėti šeimos nariai:

- Šeimos socialinė parama:
- Gydomo instrukcijų laikymasis (vartojamų vaistų kontroliavimas, gydytojų rekomendacijų laikymasis, sudaryto tyrimų, stebėjimo plano vykdymas).
- Instrumentinė pagalba (maitinimas, prausimas, judėjimas, sodinimas)
- Emocinis palaikymas (padrąsinimas, bendravimas, pokalbiai, bendra veikla)

Globėjai

- Artimieji , kurie padės pacientams namuose :
- Dažiausiai artimiausi šeimos nariai : sutuoktiniai, suaugę vaikai
- Gali būti artimi draugai, kaimynai, socialiniai darbuotojai
- Dažniausiai vienas žmogus yra pagrindinis globėjas, kiti padeda.

Dažniausiai su priežiūra susijusios problemos :

- Globa yra kelianti stresą ir sudėtinga veikla
- Šeimos nariai dažnai nėra pasiruošę slaugymui
- Neturi pakankamai žinių apie:
 - insulto diagnozę, gydymą, jo prognozę
 - Apie saugią aplinką, kritimų prevenciją
 - Apie tolimesnius vaistus, paskyrimus,
 - mitybą,
 - Nepakankamos žinios ir įgūdžiai suprantant ir sprendžiant pacientų fizines, pažintines, psichologines ir elgesio problemas

Paciento ir artimųjų mokymas

- turi būti pradėtas ūmioje insulto fazėje, kaip dalis medicininės pagalbos.
- tai yra vienas iš svarbių slaugos proceso dalių
- Teikiant informaciją pacientui, patyrusiam insultą, trys tikslai:
- insulto prevencija
- Su liga susijusi informacija
- Pagalba sau



Paciento ir artimųjų mokymas

Teikiant informaciją pacientui, patyrusiam insultą, trys tikslai:

1. Insulto prevencija:

- informacija yra apie insultą, jo priežastis,
- Insulto simptomus
- Pasikartojimo riziką, kaip jo išvengti
- Rizikos veiksnių korekcijos svarbą (AKS, cholesterolio kt)

2. Su liga susijusi informacija

3. Pagalba sau

Paciento ir artimųjų mokymas

- Teikiant informaciją pacientui, patyrusiam insultą, trys tikslai:

1. Insulto prevencija

2. Su liga susijusi informacija:

- Kokie yra insulto sukelti sutrikimai, kokios yra insulto pasekmės
- koks yra galimas gydymas
- prognozė, komplikacijos, galimybė pasveikti

3. Pagalba sau

Paciento ir artimųjų mokymas

Teikiant informaciją pacientui, patyrusiam insultą, trys tikslai:

1. Insulto prevencija

2. Su liga susijusi informacija

3. Pagalba sau:

- Su insultu susijusių fizinių problemų sprendimas
- Informacija apie priemones, užtikrinančias paciento saugumą, kritimų prevenciją,
- medikamentus ir jų vartojimą,
- adekvačią mitybą,
- informacija apie psichologinių bei elgesio problemų sprendimo būdus.

Paciento ir artimųjų mokymas

- Pateikta informacija artimiesiems yra sunkiai įsimenama, neužfiksuojama, pamirštama
- Pagrindinė informacija ūmioje ar vėlesnėje slaugos fazėje turi būti pateikta žodiniu ir rašytiniu formatu
- Dažnai primenant, pakartojant svarbiausius punktus

Išrašymo planavimas. Ką gali atlikti artimieji?

- Pasižymėti išrašymo planą, aiškias instrukcijas,
- Susirašyti ir paklausti rūpimus klausimus
- Užtikrinti , kad pacientai vartos visus paskirtus vaistus,
- Kontroliuoti kaip laikosi paskirtų rekomendacijų: dietos, mankštos, poilsio, kitų (papildomų vizitų, konsultacijų plano ir kt).

Žinutė į namus

- Ligonių artimųjų įtraukimas svarbus paciento sveikimo procese
- Artimieji ir pacientas turi suvokti ligos priežastis, pakartotino insulto riziką ir žinoti, kaip jo išvengti
- Baigiant gydymą, prieš išrašant į namus pasitikrinti, ar gavo:
- Informacija apie priemones , užtikrinančias paciento saugumą, kritimų prevenciją,
- medikamentus ir jų vartojimą, mitybą
- informacija apie fizinių, psichologinių bei elgesio problemų sprendimo būdus.

PATVIRTINTA
Lietuvos Respublikos
sveikatos apsaugos ministro
2011 m. birželio 8 d. įsakymu Nr. V-591

LIETUVOS MEDICINOS NORMA
MN 28 : 2011

BENDROSIOS PRAKTIKOS SLAUGYTOJAS
Teisės, pareigos, kompetencija ir atsakomybė

- 15.3.87. suteikti reikiamą informaciją pacientui ir jo artimiesiems išleidžiant pacientą į namus ar kitą sveikatos priežiūros įstaigą;
- 15.3.88. mokyti pacientą ir jo artimuosius;

AČIŪ UŽ DĖMESĮ

Ką gali atlikti globėjai?

- Padrąsinti ir padėti pacientui puoselėti įgūdžius ir pratus išmokus rehabilitacijoje
- Padėti pacientams spręsti problemas ar ir atrasti naujus būdus atlikti užduotis
- Padėti pacientams susidoroti su veikla atliekama prieš insultą (padėti naudotis instrumentais, sagomis, namų ruošos darbais, palaikyti socialinius įgūdžius)
- Padėti asmeniui higienos srityje
- Padėti bendraujant, jei pacientui yra sutrikusi kalba

- Patient and Family Member Factors Influencing Outcomes of Poststroke Inpatient Rehabilitation
- **Caregiver availability for severe stroke results in improved functional ability at discharge from inpatient rehabilitation**
- **Very early social support following mild stroke is associated with emotional and behavioral outcomes three months later.**

- <https://www.webmd.com/stroke/news/20110310/faster-stroke-recovery-when-family-helps-out#1>
- <http://psycnet.apa.org/record/2003-09136-005>

Ūminio insulto gydymas

