

## Porada edukacyjna POZ z elementami monitorowania stanu pacjenta

### PULMONOLOGIA

	Czas trwania	Edukacja	Ocena stanu zdrowia pacjenta
PORADA EDUKACYJNA PIERWSZORAZOWA	30-40 minut	<ul style="list-style-type: none"> <li>– określenie potrzeb edukacyjnych w zakresie stylu życia (nawyki żywieniowe, aktywność fizyczna, palenie tytoniu, spożycie alkoholu, funkcjonalność psychospołeczna, narażenie na stres)</li> <li>– ocena umiejętności pacjenta, jego samodzielności w czynnościach związanych z kontrolą choroby (samopielęgnacji)</li> <li>– ocena świadomości zdrowotnej i motywacji pacjenta</li> <li>– ocena możliwości zaangażowania rodziny (opiekuna) w proces opieki</li> <li>– nauka obsługi inhalatora i wykonywania prawidłowych inhalacji leku, instruktaż</li> <li>– nauka pomiaru parametrów stanu zdrowia, instruktaż</li> <li>– omówienie zasad samokontroli, samoopieki</li> <li>– opracowanie planu edukacji</li> <li>– wydanie materiałów edukacyjnych, wskazanie stron internetowych</li> <li>– ustalenie daty kolejnej wizyty</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wywiad i badanie fizykalne</li> <li>– ocena samopoczucia oraz funkcji poznawczych</li> <li>– ocena duszności</li> <li>– ocena tolerancji wysiłku fizycznego</li> <li>– ocena obecności kaszlu i plwociny</li> <li>– ocena przestrzegania zaleceń lekarskich wynikających z IPOM, w tym farmakoterapii</li> <li>– pomiar ciśnienia tętniczego i tętna w tym ocena miarowości</li> <li>– pomiar saturacji</li> <li>– pomiar obwodu talii oraz masy ciała z określeniem BMI (jeśli nie było wykonane)</li> <li>– ocena aktualnych, dostępnych wyników badań diagnostycznych</li> <li>– dokumentacja wyników oceny stanu zdrowia pacjenta</li> <li>– pomiar glikemii (jeśli nie było badania)</li> <li>– ocena stanu jamy ustnej, m.in. pod kątem zakażeń grzybiczych</li> </ul>
PORADA EDUKACYJNA KOLEJNA - 2	15-20 minut	<ul style="list-style-type: none"> <li>– ocena poziomu zdobytej przez pacjenta wiedzy - ewaluacja</li> <li>– ocena stosowania się do zaleceń żywieniowych</li> <li>– kontrola umiejętności obsługi urządzeń istotnych dla kontroli stanu zdrowia pacjenta</li> <li>– analiza dzienniczka samokontroli /pomiarów – motywacja pacjenta</li> <li>– omówienie znaczenia stałego i systematycznego przyjmowania zaleconych przez lekarza leków oraz ryzyka związanego z nieprzestrzeganiem zaleceń</li> <li>– <b>omówienie wybranych tematów edukacyjnych 1-12 z listy poniżej zgodnie z planem edukacji</b></li> <li>– ustalenie daty kolejnej wizyty</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– ocena samopoczucia pacjenta</li> <li>– monitorowanie stanu zdrowia</li> <li>– weryfikacja podaży płynów i pokarmów bogatych w sód</li> <li>– ocena duszności i tolerancji wysiłku fizycznego</li> <li>– ocena przestrzegania zaleceń lekarskich (w tym farmakoterapii)</li> <li>– pomiar ciśnienia tętniczego i tętna w tym ocena miarowości</li> <li>– pomiar saturacji</li> <li>– ocena aktualnych, dostępnych wyników badań diagnostycznych</li> <li>– dokumentacja wyników oceny stanu zdrowia pacjenta</li> </ul>
PORADY EDUKACYJNE KOLEJNE – (3-6)	15-20 minut	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wizyty według planu edukacji</li> <li>– <b>indywidualny dobór zakresu edukacji, w zależności od potrzeb pacjenta (tematy 1-12)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– zakres oceny stanu pacjenta w wizyt 1-2, dobierany indywidualnie, w zależności od potrzeb oraz odstępu czasu od poprzedniej wizyty</li> </ul>

## Program edukacyjny w ścieżce pulmonologicznej – zakresy edukacyjne do realizacji w trakcie 6 spotkań z pacjentem:

1. Omówienie istoty choroby i związanych z nią wyzwań w codziennym funkcjonowaniu
2. Systematyczne przyjmowanie leków, ocena działań niepożądanych leków stosowanych u pacjenta, w tym profilaktyka p/grzybicza jamy ustnej
3. Weryfikacja wiedzy pacjenta i jego umiejętności w prawidłowym przyjmowaniu leków wziewnych oraz pokaz, w tym korygowanie ew. nieprawidłowych nawyków związanych z inhalacją leku
4. Prowadzenie samokontroli podstawowych parametrów: ciśnienia tętniczego, tętna, glikemii, saturacji
5. Wdrażanie zmian nawyków żywieniowych w chorobach pulmonologicznych oraz utrzymywanie wyznaczonych celów dot. masy ciała, zwłaszcza obserwacja bilansu płynów
6. Rola aktywności fizycznej, w tym gimnastyki oddechowej z indywidualizacją zaleceń
7. Umiejętność rozpoznawania stanów niepokojących lub/i objawów bezpośredniego zagrożenia życia oraz postępowania w sytuacjach alarmowych, takich jak duszność, nagły wzrost lub spadek ciśnienia tętniczego, krwioplucie, nagły wzrost lub spadek glikemii (jeśli dotyczy), obserwacja kończyn dolnych - obrzęki, zmiany w obrębie stóp
8. Styl życia, a choroby układu oddechowego (alkohol, palenie tytoniu, stres, zaburzenia snu)
9. Zachowania prozdrowotne/ profilaktyczne (szczepienia, badania profilaktyczne)
10. Zapobieganie powikłaniom chorób współistniejących, np. chorobom układu sercowo-naczyniowego
11. Profilaktyka raka płuca
12. Przygotowanie członków rodziny/opiekuna pacjenta do sprawowania opieki nieprofesjonalnej nad chorym w warunkach domowych

Przydatne linki: <https://inhalatory.edu.pl>

Elementy monitorujące stan pacjenta z chorobami pulmonologicznymi:	Przykładowe pomocne skale / narzędzia do oceny
1. Ocena funkcji poznawczych	<ul style="list-style-type: none"><li>• Test Rysowania Zegara</li></ul>
2. Samopoczucie psychiczne oraz wsparcie bliskich/ społeczne/ zawodowe	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wskaźnik WHO-5</li></ul>
3. Pomiar glikemii/ocena ryzyka przy braku występowania cukrzycy	<ul style="list-style-type: none"><li>• Test ryzyka SEDRISK</li></ul>
4. Ocena występowania duszności	<ul style="list-style-type: none"><li>• Skala nasilenia duszności mMRC (modified Medical Research Council)</li></ul>
5. Ocena stanu zdrowia pacjenta z POCHP, (m.in. kaszlu i odkształcenia płuciny)	<ul style="list-style-type: none"><li>• kwestionariusz CAT (COPD Assessment )Test</li></ul>
6. Ocena przestrzegania zaleceń lekarskich w przyjmowaniu zaleconych leków	<ul style="list-style-type: none"><li>• Test Morisky'ego-Greena dla samooceny stopnia współpracy</li></ul>
7. Ocena tolerancji wysiłku fizycznego	<ul style="list-style-type: none"><li>• Skala NYHA,</li><li>• Skala Borga</li></ul>
8. Ocena przestrzegania zaleceń lekarskich, z uwzględnieniem przyjmowania zaleconych leków	<ul style="list-style-type: none"><li>• Test Morisky'ego-Greena dla samooceny stopnia współpracy</li></ul>
9. Ocena ryzyka powikłań naczyniowych i neuropatii w obrębie stóp	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kwestionariusz 4Z - oceny ryzyka powikłań naczyniowych i neuropatii w obrębie stóp</li></ul>
10. Ocena uzależnienia od nikotyny i motywacji do zaprzestania palenia	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kwestionariusz uzależnienia od nikotyny według Fagerströma, test motywujący do zaprzestania palenia wg Schneider</li></ul>
11. Ocena stopnia uzależnienia od alkoholu	<ul style="list-style-type: none"><li>• Test AUDIT (Alcohol Use Disorder Identification Test) – Test Rozpoznawania Problemów Alkoholowych</li></ul>

