



Průběh edukace u hospitalizovaných pacientů s chronickým srdečním selháním

Natálie Fryšarová, Martina Schrötterová, Martina Hrubá
Kardiovaskulární oddělení, FN Ostrava

Definice srdečního selhání

- Srdeční selhání je klinický syndrom, jenž je charakterizován typickými:
- symptomy (např. dušností, otoky kotníků a únavou), jež mohou být doprovázeny,
 - známkami (např. zvýšenou náplní krčních žil, chrůpky na plicích a otoky končetin),
 - vyvolanými strukturálními a/nebo funkčními srdečními abnormalitami vedoucími ke sníženému srdečnímu výdeji a/nebo ke zvýšeným nitrosrdečním tlakům v klidu nebo při zátěži.



Základní charakteristika

- Výskyt v evropských zemích 1 – 2 % (Táborský 2014).
- Výrazný nárůst ve vyšších věkových skupinách.
- Četnější výskyt CHSS je důsledkem neustálého procesu zkvalitňování léčby akutních stavů.
- Prognóza má zlepšující tendenci, přesto je velmi nepříznivá.

Cíl léčby

- Předcházet dekompenzaci, snížit počet opakovaných hospitalizací, zlepšit kvalitu života a snížit mortalitu.
- Nezbytnou součástí jsou nefarmakologické postupy – režimová a dietní opatření.
- V úpravě životního stylu hraje základní roli edukace pacienta.
- Klient musí své chorobě a jejímu léčení rozumět.
- Zvýšení tolerance zátěže a tím prodloužení života.
- Součástí komplexní léčby je opakovaná edukace.
- Nedodržování self péče úzce souvisí se zvýšením počtu opakovaných hospitalizací a prodloužení doby hospitalizace.

Cíl edukace

- Zkrácení doby hospitalizace a snížení počtu rehospitalizací, snížení nákladovosti za léčbu.
- Zapojení rodinných příslušníků do léčebného režimu.
- Důraz klademe na prověření rodinného zázemí a schopnosti přijmout roli pečovatele.
- Zvýšení gramotnosti pacienta v dané problematice.
- Zlepšení informovanosti zdravotníků pečujících o tyto nemocné.
- Zvýšit a podpořit sebedůvěru, příprava nemocných na změněné životní podmínky.
- Posilovat důvěru v účinnost léčby.

Naše role

- Vhodná a systematicky zvolená edukace, rozdělena do tří fází.
- Motivace a psychická podpora nevléčitelně nemocných a jejich nejbližších.
- Výzkumná činnost k potvrzení souvislosti mezi opakovanou edukací, dodržováním self péče a zlepšením kompenzace CHSS.
- Teoretické znalosti z doporučených postupů ČKS přenést do praxe.
- Snaha naučit se a umět aplikovat principy paliativní péče pro pacienty v pokročilém a terminálním stádiu CHSS.

1. fáze edukace

- Začíná bezprostředně po přijetí.
- Zhodnocení stavu a schopnosti edukace.
- Dle ordinace lékaře edukace o restrikci tekutin a sledování příjmu a výdeje tekutin (množství, čas, objem, zhodnocení soběstačnosti, PMK?).
- Edukace o rizicích a průběhu diuretické terapie (riziko pádu, vznik křečí, iontová dysbalance a četnost krevních odběrů).
- Sledování hmotnosti (vhodný způsob kontroly účinnosti léčby a nácvik každodenního rituálu domácí péče).

1. fáze edukace

- Edukace o riziku infekce (PVK, PMK, upoutání na lůžko – dechové cvičení).
- Sledování vitálních funkcí (měření TK – pacient možno sám, případně rodina – ověření schopnosti v domácím prostředí).
- Kontrolní otázky na délku obtíží a příčiny, které předcházely hospitalizaci.
- Užíváte léky pravidelně?, Měříte si TK?, Vážíte se denně v pravidelnou hodinu?, Máte u sebe denní záznamy váhy a TK? Pravidelné kontroly u lékaře, kdy naposledy? Došlo k dietní chybě?
- Vyhodnocení další potřeby edukace, odhalení neznalosti či případné noncompliance ze strany pacienta nebo pečujících.

2. fáze edukace

- Klidné prostředí, soukromí, vhodná přítomnost pečujících.
- Edukace ústní, ale především písemná pomocí edukačního materiálu pro pacienty (Všeobecná nemocnice v Praze s podporou Novartis).
- Lékař: diagnóza, prognóza, léčba, úprava léčby dle schopnosti pacienta.
- Sestra: hlavní známky dekompenzace srdečního selhání, režimová opatření, pravidelné reedukace, zpětná kontrola.
- Snížení příjmu většího množství tekutin.
- Omezení příjmu kuchyňské soli < 4-5g/den.

2. fáze edukace

- Abstinence alkoholu, kouření (sestra zná současné možnosti odvykání).
- Přiměřené tělesné cvičení (spolupráce s fyzioterapeutem, pravidelnost, krokoměry, měření tepové frekvence a TK během aktivity).
- U obézních pacientů redukce hmotnosti a dietní opatření.
- Informace o dávkování, účincích i nežádoucích účincích léků.
- **Základem je selfmonitorace** – denně váha, TK, puls, sledování otoků, možno měření obvodu břicha. Pacient provádí zápis všech hodnot.
- Cestování, očkování, kontakt pro konzultaci s lékařem, sociální sestrou, psychologem, domácí agenturou.

3. fáze edukace

- Vždy při propuštění.
- Zná příčinu srdečního selhání, zná symptomy?
- Umí monitorovat a zjistit změny ve známkách a symptomech?
- Zná indikace, dávkování a nežádoucí účinky léků?
- Zná prospěch imunizace?
- Zná základní princip stravování, příjmu tekutin a abstinenci?
- Pravidelné praktikování pohybu?
- Zná princip pravidel při cestování?

3. fáze edukace

- Zná možnosti optimalizace spánku (načasování užívání diuretik, vhodné prostředí, podpora pro užívání přístrojů) ?
- Ví jak zvládnout intimní život (obnovit pohlavní život, sledovat symptomy, zná vedlejší účinky léčby CHSS, ví jak léčit erektilní dysfunkci) ?
- Ví, že mohou nastat psychické potíže (zná projevy deprese, má podporu nejbližších) ?

Závěr

- Časová náročnost:
 - fáze 1 30 – 60 minut,
 - fáze 2 minimálně 60 minut,
 - fáze 3 30 – 60 minut.
- Přes veškerou snahu zdravotníků má každý pacient své zdraví ve svých rukou.
- Nemocní se více spoléhají na léky a pomoc zdravotníků, než na zapojení vlastního úsilí v podobě změny životního stylu a dodržování režimových opatření.

Bibliografické zdroje

BĚLOHLÁVEK, J., KŘEČKOVÁ, M., NOVARTIS s.r.o. Chronické srdeční selhání Informace pro pacienty. VFN, II. interní klinika kardiologie a angiologie, Ambulance srdečního selhání. Praha: 2017

KAUTZNER, J., MELENOVSKÝ, V., et al. Srdeční selhání. Aktuality pro klinickou praxi. Praha: Mladá fronta a.s., 2015 ISBN 978-80-204-3573-6.

TÁBORSKÝ, M. et al. Kardiologie pro interní praxi. 1. vyd. Praha: Mladá fronta a.s., 2014 ISBN: 978-80-204-3361-9.

<http://www.kardio-cz.cz/doporucene-postupy-ceske-kardiologicke-spolecnosti-460/>

E-learningový kurz – zdarma
<http://www.srdecnisehni-edukace.cz/>

SRDEČNÍ SELHÁNÍ - edukační kurz pro zdravotní sestry

Přihlásit se

**Vznikl za spolupráce: ČKS – PS Kardiologických sester a spřízněných profesí
(Mgr. M. Hrubá, PaedDr.Mgr. J. Doležel – FN Ostrava)
FN u svaté Anny Brno, FN Olomouc, VFN Praha
NOVARTIS s.r.o.**

Děkuji za pozornost

