

INNOVATIONS IN TRAINING TO INCREASE INFORMED HEALTHCARE IN SUGAR DIABETES

Varvara Pancheva

Faculty of Public Health and Health Care at "Prof. A. Zlatarov" University Bourgas, Bulgaria,
vara@abv.bg,

Snezhina Georgieva

Faculty of Public Health and Health Care at "Prof. A. Zlatarov" University Bourgas, Bulgaria,
snezhinageorgieva@abv.bg,

Valentin Vassilev

Faculty of Public Health and Health Care at "Prof. A. Zlatarov" University Bourgas, Bulgaria,
vailvasilev@mail.bg

Abstract: The current issue of this issue stems from the fact that diabetes poses many challenges not only to the sick but to the whole of society. Qualitative health care for these patients can be achieved by specially trained multidisciplinary teams. Important is the prevention and training of the patient to raise awareness and change the lifestyle of the disease. "Diabetes training is not an element of treatment, it is the treatment itself "As early as 1916, American physician Elliott Joslin wrote this message to his contemporaries and future generations of doctors and patients. A very important issue is that in the current model of care for diabetic patients in our health care system, out-patient care does not have the necessary team to continue working with patient education. There is no time and physical opportunity for this to happen qualitatively and continuously. The aim and objectives of this publication are: to share the implementation of some innovative approaches in the theoretical and practical training of health professionals and teams of non-governmental patient organizations to: improve the quality of care for patients with diabetes mellitus; the formation of specialized skills and approaches for the students to implement complex medical-social, rehabilitation and prophylactic care and services; forming health motivation and culture of patients to control the disease and prevent its complications.

Keywords: diabetes, training, prevention, innovative approach

ИНОВАЦИИ В ОБУЧЕНИЕТО ЗА ПОВИШАВАНЕ НА ИНФОРМИРАНАТА ЗДРАВНА ГРАМОТНОСТ ПРИ ЗАХАРЕН ДИАБЕТ

Варвара Панчева

Факултет по обществено здраве и здравни грижи при Университет „Проф.д-р А.Златаров” Бургас,
България

Снежина Георгиева,

Факултет по обществено здраве и здравни грижи при Университет „Проф.д-р А.Златаров” Бургас,
България

Валентин Василев

Факултет по обществено здраве и здравни грижи при Университет „Проф.д-р А.Златаров” Бургас,
България

Резюме: Актуалността на проблема, избран за тема на настоящата публикация, произтича от факта, че диабетът поставя много предизвикателства не само пред болните, но пред цялото общество. Качествените здравни грижи за тези пациенти могат да се постигнат от специално обучени мултидисциплинарни екипи. Важно място заема профилактиката и обучението на пациента за повишаване информираността и промяна в стила на живот, съобразен със заболяването. „Диабетното обучение не е елемент от лечението, то е самото лечение.” Още през 1916 година американският лекар Elliott Joslin е написал това послание към своите съвременници и към бъдещите поколения лекари и пациенти. Много важен проблем е, че в сега съществуващия модел на грижи за пациенти с диабет в нашата здравеопазна система, в извънболничната

помощ няма необходимия екип, който да продължи работата с обучението на пациентите. Не достига време и физическа възможност това да се случва качествено и непрекъснато. **Целта** и задачите на настоящата публикация са: да споделим прилагането на някои иновационни подходи в теоретико-практическото обучение на здравни професионалисти и екипи от неправителствени пациентски организации за: повишаване качеството на грижите за пациенти със захарен диабет; формиране на специализирани умения и подходи у обучаемите за осъществяване на комплексни медико-социални, рехабилитационни и профилактични грижи и услуги; формиране на здравна мотивация и култура на пациентите за контрол на заболяването и превенция на усложненията му.

Ключови думи: диабет, обучение, превенция, иновационен подход

ВЪВЕДЕНИЕ

Здравната политика приоритетно се фокусира върху медико – социалната превенция и профилактика на заболяването и усложненията му, чрез осигуряване на достъп до информация, образование за здравето, здравна грамотност.

Европейският парламент призовава държавите членки да гарантират в областта на първичните и вторичните здравни грижи постоянен достъп на пациентите до висококвалифицирани интердисциплинарни екипи, висококачествено лечение на диабета и технологии, включително технологии за електронно здравеопазване, както и да подкрепят пациентите в процеса на получаване и поддържане на уменията и разбирането, необходими с цел компетентно самоуправление през целия живот. „Диабетното обучение не е елемент от лечението, то е самото лечение.“ Още през 1916 година американският лекар Elliott Josline написал това послание към своите съвременници и към бъдните поколения лекари и пациенти. Той е основател на един от световно известните центрове за диабетно обучение и лечение, който носи неговото име – Joslin Diabetes Center (www.joslin.org). През 1972 година Канадската диабетна асоциация основава своята секция за диабетно обучение, която обхваща медицински сестри, лекари, диетолози и социални работници. През 1995 година тази асоциация пуска своя уебстраница (www.diabetes.ca), която се превръща в основен източник на информация за превенция и контрола на заболяването за медицински специалисти и пациенти от цял свят.

Според М.Стойчева, обучението на диабетно болните следва да е перманентно, като целта е пациентите да формират и оптимизират:

- познанията за диабета, неговото прогресиращо развитие и евентуалните последващи усложнения;
- способностите на пациентите с диабет да определят личните си здравни нужди и цели;
- личностната мотивация на пациентите за повишена отговорност към своето заболяване и към своето здравно състояние;
- здравнозначими умения, навици, способности за самонаблюдение, самооценка, самоконтрол, самопомощ и взаимопомощ в дейностите за диагностика, лечение, профилактика и рехабилитация на заболяването си;
- знания, умения, мотивация за антирисково поведение и формиране на целесъобразен здравословен живот.

ИЗЛОЖЕНИЕ

Независимо от съвременното лечение, без единна система за превенция и грижи за пациентите със захарен диабет честотата на заболяването ще продължи да расте и ще постави допълнителни изисквания пред здравните системи навсякъде по света. Влошената функционалност и качество на живот на тези пациенти са свързани с повишени медицински и социални разходи, затова превенцията е от изключително значение и е напълно реална, възможна и осъществима. Превенцията на диабета на популационно ниво е от ключово значение за ограничаване на заболяването. Необходими са мерки като: промяна в начина на живот; елиминирание на транс – мастните киселини от диетата; маркиране на калоричното съдържание на менютата в заведенията за обществено хранене; ограничаване на диетата с високо съдържание на калории и мазнини, особено в училищата; увеличаване на данъците/таксите за подсладените със захар газирани напитки. Здравословното и нискокалорично хранене и редовна двигателна активност могат да намалят на половина случаите на пациенти с захарен диабет тип 2. Заболяването има голямо социално значение и представлява съществен финансов и здравен проблем особено при настъпили усложнения. Медико – социалната

превенция на усложненията на захарния диабет се състои в осъществяването на интегрални профилактични, промотивни, лечебни и рехабилитационни, висококачествени, хуманни и легитимни грижи и услуги с акценти върху здравното обучение и възпитание с цел повишаване на здравната грамотност, самоконтрола, самопомощта и взаимопомощта на пациентите, техните семейства и нозологичните групи. Диабетният екип е този, който трябва да помогне на хората с диабет да могат да следват стил на живот по техен избор чрез придобиване на познания, поведенчески умения и самоотговорност. Обучението е основен подход за повишаване на личностната мотивация и отговорност за самонаблюдение и самоконтрол на ежедневните дейности и поведение, с оглед подобряване на здравния статус и качеството на живот на диабетиците. Самоконтролът превръща хората със захарен диабет и техните близки от пасивни наблюдатели на лечението в активни партньори за неговото управление и спомага за постигането на текущи и дългосрочни терапевтични цели. Поради тази причина научен колектив от преподаватели и студенти при Университет „Проф. д-р А.Златаров“ Бургас, с ръководител доц. д-р В.Василев, д.м и представители на неправителствената организация Регионално сдружение с нестопанска цел (РСНЦ) „Диабетни грижи“ Бургас разработи проект на тема: „Иновативни подходи в обучението и квалификацията на здравните професионалисти за профилактика на захарния диабет и неговите водещи усложнения“. Работният екип се насочва към прилагане на иновационен педагогически и медико - социален подход „обучение на обучаващите“ в теоретико-практичното обучение на здравни професионалисти и екипи от неправителствени пациентски организации, с оглед повишаване качеството на грижите за хора с диабет, контрол на заболяването и превенция на усложненията му.

Изследователските цели и задачи, които си поставя екипа са :

• **Цели:**

- 1.Постигане на по-добро качество на професионалните здравни грижи за пациенти със ЗД, чрез формиране на специализирани знания, умения и подходи за осъществяване на комплексни медико-социални грижи и услуги;
- 2.Обучение и квалификация на здравните професионалисти за работа в екип по проблемите на захарния диабет и неговите водещи усложнения, вкл. и на тяхната медико-социална превенция.

• **Задачи:**

- 1.Подобряване теоретичната и практическата подготовка на здравните професионалисти относно профилактиката на диабета и неговите усложнения.
2. Формиране на мотивация и умения у здравните професионалисти за комуникации и работа в мултидисциплинарен здравен екип за осъществяване на медико-социални грижи, профилактика и психосоциална подкрепа на пациентите със ЗД и техните семейства.
- 3.Създаване на мултидисциплинарни обучаващи екипи между обучаващата структура ФОЗЗГ, здравни професионалисти и професионалисти от НПО РСНЦ „Диабетни грижи“ – Бургас за апробиране на иновационни методи и подходи.
- 4.Формиране на специализирани умения и подходи у обучаемите за осъществяване на комплексни медико-социални, рехабилитационни и профилактични грижи и услуги за подобряване качеството на живот при пациенти с диабет.
- 4.Формиране на здравна мотивация и култура на пациентите с диабет с цел осигуряване на здравословен стил на живот, превенция и профилактика на водещите усложнения .
- 5.Формиране на специализирани умения за изработване на пакет от практико-приложни указания и инструментариум за информираност, наблюдение, контрол и взаимопомощ за болните и тяхното обкръжение за подобряване качеството на живот.

Анализ на състоянието по проблема:

Медико – социалният анализ на захарния диабет с неговите усложнения и осъществени проучвания за: същността и спецификата на здравните грижи за болните от захарен диабет; тяхната организация в България и в област Бургас - в болничната и извънболничната помощ ни помогнаха да направим следните изводи:

- Необходимост от повишаване информираността на пациентите, относно: рисковите фактори за здравето и за развитие на ЗД, за усложненията от ЗД, профилактиката на късните усложнения .
- необходимостта от обучение на пациентите относно самонаблюдение, самоконтрол, автогрижа
- необходимост от апробиране на иновативни форми за обучение на пациентите

- необходимост от продължаващо обучение и квалификация на здравните професионалисти за постигане на по-добро качество на грижите за пациенти с диабет

Дейности по проекта:

- Изработване и апробация на учебно-методически инструментариум за:
 - обучение за формиране на комуникативни и технически умения у обучаемите за профилактика, лечение и рехабилитация при пациенти с диабет за подобряване качеството им на живот;
 - обучение на групите и индивидите с диабетно стъпало и със ССЗ;
 - фишове за самонаблюдение и самоконтрол на двигателния, хранителния и хигиенния режим;
 - методически указания за глюкомерия и биодезиометрия;
 - клинични алгоритми;
 - алгоритми за професионалисти по здравни грижи;
 - изработване на информационни брошури за пациенти със ЗД.
- Изработване на програми за ранна и късна профилактика на диабетно стъпало и на ССЗ;
- Извършване на консултации и обучение на пациентите от сдружението;
- Съвместно провеждане на информационен ден за профилактика на захарния диабет и неговите водещи усложнения;
- Подготовка от студенти на различни обучителни програми;
- Анкетни проучвания сред пациенти и здравни професионалисти.

Дейностите по пороекта се осъществяват в две календарни години – 2018/2019.

Очаквани резултати:

- Обогаляване, разширяване и иновиране методиката на специализираното теоретико-практическо обучение на обучаващите се здравни професионалисти и пациенти;
- Формиране на научно-изследователски подход у обучаемите;
- Формиране на мотивация, знания, умения, качества, способности у обучаемите за осъществяване на интегрални медико-социални грижи, профилактика, рехабилитация и медико-социална подкрепа на индивидите и нозологичните групи.

Приложимост:

- Изработване на пакет от практико-приложни насоки за болните и тяхното обкръжение с цел превенция и профилактика на диабетните усложнения.
- Подобряване на здравната информираност на пациентите, относно водещите рискови фактори за появата и разпространението на захарния диабет и неговите усложнения.

Една от извършените дейности през м.май 2018г. е пътуващ семинар, организиран от РСНЦ „Диабетни грижи“ Бургас и с участието на диабетни организации от гр.Нова Загора, гр.Карнобат,гр. Камено, студенти и преподаватели от Университет „Проф.д-р А.Златаров“ Бургас. Пътуващият семинар се проведе под надслов „Един ден в Странджа“. Направи се поход от 3 км. в Странджа планина, проведе се викторина, раздадох се информационни брошури за превенция на диабетните усложнения. С оглед постигане на по - добър контрол на захарния диабет и превенция на усложненията му, чрез придобиване и утвърждаване на здравословни навици в двигателния режим, се направи групово анонимно анкетно проучване за определяне на физическата активност на участниците. За целите на проучването разработихме собствена анкетна карта. Анкетната карта съдържа въпроси относно влиянието на движението, физическите упражнения и практикуването на спорт върху заболяването захарен диабет, нивата на кръвната захар и начина на хранене.Друга група въпроси е насочена към самооценка на физическата активност на анкетиранияте.Проучи се мнението им относно: предпочитаната от тях форма спорт – групова или индивидуална, вид спорт, ползването на професионална помощ при съставяне на двигателният им режим, дали са обучавани в правилна физическа активност.След обработка на получените резултати и определяне на информираността и нагласите на хората се състави кинезитерапевтична програма и комплекс от упражнения и се предостави на диабетната организация.Студенти от специалност „Медицинска рехабилитация и ерготерапия“ и техни

преподаватели проведеха обучение на група диабетици от РСНЦ „Диабетни грижи“ Бургас и от диабетни организации от гр.Нова Загора, гр.Карнобат, гр. Камено за правилното изпълнение на комплекса упражнения.Обучените диабетици ще станат „обучители“ на свои колеги от диабетните организации.Това е стъпка за:

- формиране на здравна мотивация и култура на пациентите с диабет за контрол на заболяването и превенция на неговите усложнения;
- осигуряване на информация и обучение за утвърждаване на нови умения, навици и модели на поведение за спазване на здравословен стил на живот;
- повишаване здравната грамотност и мотивацията на пациентите със захарен диабет за придобиване и утвърждаване на здравословни навици в двигателния режим.

Студентите получиха възможност за:

- подобряване на теоретичната и практическата си подготовка относно профилактиката на диабета и неговите усложнения;
- мотивация и умения за комуникации и работа в мултидисциплинарен здравен екип за осъществяване на медико-социални грижи, профилактика и психосоциална подкрепа на пациентите със ЗД и техните семейства.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Медицинските професионалисти в качеството си на обучаващи имат за цел постигане на по-добро здраве и качество на живот за индивидите, групите и обществото чрез повишаване здравната култура на пациента.

Интегрална част от процеса за грижите към диабетика е тяхното обучение, насочено е към повишаване на информираната здравна грамотност за придобиване на познания, поведенчески умения и самоотговорност.

Осъществено сътрудничество между учебната структура ФОЗЗГ при Университет „Проф.д-р А.Златаров“ и НПО РСНЦ „Диабетни грижи“, като учебно-практическа база за прилагане на съвременните подходи в обучението на здравните професионалисти и пациенти, постига целите на представения проект за :

1.Постигане на по-добро качество на професионалните здравни грижи за пациенти със ЗД, чрез формиране на специализирани знания, умения и подходи за осъществяване на комплексни медико-социални грижи и услуги;

2.Обучение и квалификация на здравните професионалисти за работа в екип по проблемите на захарния диабет и неговите водещи усложнения, вкл. и на тяхната медико-социална превенция.

3.Повишаване на здравната мотивация и култура на пациентите с диабет с цел осигуряване на здравословен стил на живот, превенция и профилактика на водещите усложнения

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Стойчева М., Насоки за промотивни и профилактични грижи при болни от захарен диабет, учебно помагало,Медико – социална рехабилитация на захарния диабет и неговите усложнения,2015, с.29-31.
- [2] М.Стойчева, В.Василев, А.Грозева, В.Панчева, Й.Гавраилов, Зл.Иванова, С.Шопова, Медико – социална рехабилитация на захарен диабет и неговите усложнения, Учебно помагало , Бургас, У-тет „Проф.д-р А.Златаров”,2015
- [3] Препоръки за добра клинична практика при Захарен диабет - Българско дружество по Ендокринология, София,2013
- [4] Polonsky K. The past 200 years in diabetes. N Engl J Med 2012; 367(14): 1332-1340 www.nejm.org
- [5] The history of diabetes www.diabetes.ca / diabetes-and you/ what history