

РОЛЬ МЕДИЦИНСКОЙ СЕСТРЫ В ПРОФИЛАКТИКЕ ГИПЕРТОНИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ

Алексеева Владлена Алексеевна

студент, Нижнетагильский филиал, ГБПОУ Свердловский областной медицинский колледж,
РФ, г. Нижний Тагил

Доманова Елизавета Игоревна

студент, Нижнетагильский филиал, ГБПОУ Свердловский областной медицинский колледж,
РФ, г. Нижний Тагил

Слобцова Юлия Сергеевна

студент, Нижнетагильский филиал, ГБПОУ Свердловский областной медицинский колледж,
РФ, г. Нижний Тагил

Серебрякова Анастасия Ильинична

студент, Нижнетагильский филиал, ГБПОУ Свердловский областной медицинский колледж,
РФ, г. Нижний Тагил

Гольшева Наталья Геннадьевна

научный руководитель, преподаватель, Нижнетагильский филиал ГБПОУ Свердловский
областной медицинский колледж, РФ, г. Нижний Тагил

Рошкетаяева Ольга Маснавеевна

научный руководитель, преподаватель, Нижнетагильский филиал ГБПОУ Свердловский
областной медицинский колледж, РФ, г. Нижний Тагил

Сердечно-сосудистые патологии на сегодняшний день являются ведущей причиной инвалидности и смертности как в России в целом, так и в Свердловской области в частности, на их долю в числе умерших от всех причин приходится более 55% смертей. [2] Одной из них является артериальная гипертензия (АГ), характеризующаяся стойким повышением цифр артериального давления (АД) более 140 мм.рт. ст. По статистике около 30% населения земного шара отмечают у себя повышенное АД. [2] Статистические данные этиологии артериальной гипертензии свидетельствуют о том, что в 90% случаев заболевание развивается вследствие ведения нездорового образа жизни, имеющих вредных привычек, а лишь в 10% - по другим причинам. По предварительной оценке ВОЗ, 80% преждевременных смертей, вызываемых ежегодно сердечно-сосудистыми заболеваниями, можно избежать, если профилактическую работу с населением направить на ориентацию человека на здоровый образ жизни. Для этого пациенты должны быть хорошо осведомлены обо всех аспектах собственного заболевания, в этом существенную роль могут сыграть медицинские сестры. [1]

В связи с этим, целью нашей работы стало изучение факторов риска, влияющих на развитие и течение гипертонической болезни и методы их профилактики.

Задачи исследования:

1. проанализировать теоретические источники, научные статьи по данной теме;

2. изучить отношение взрослого населения г. Нижний Тагил к факторам риска гипертонической болезни;

3. повысить уровень знаний пациентов по первичной и вторичной профилактике гипертонической болезни;

4. разработать информационно-образовательные материалы по профилактике гипертонической болезни.

Наше исследование проходило в ГБУЗ СО «Демидовская городская больница»: во взрослой поликлинике и в кардиологическом отделении стационара.

На первом этапе нашего исследования на основе анализа литературных источников была разработана анкета «Отношение к факторам риска развития сердечно-сосудистых заболеваний», которая позволила выявить факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний у взрослого населения г. Нижний Тагил.

Анализ результатов медико-социального исследования выявил, что наиболее значимыми факторами риска сердечно-сосудистых заболеваний населения являются чрезмерные эмоциональные нагрузки, физическая инертность на рабочем месте, недостаточное употребление фруктов и овощей (нерациональное питание), наследственность, возраст старше 40 лет для мужчин и 50 лет для женщин. Максимальный и значительный, т.е. повышенный риск сердечно-сосудистых заболеваний имеет 60% опрошенного населения.

Исследование показало, что значительная часть опрошенного населения г. Нижний Тагил нуждается в продолжение работы по предотвращению возникновения или изменения течения заболеваний сердечно-сосудистой системы. На основании анализа данных анкетирования, были разработаны информационно-образовательные материалы с целью повышения информированности населения по вопросам первичной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний. Буклеты и листовки выдавались пациентам, ожидающим прием врача-терапевта после прохождения первого или второго этапа диспансеризации

На втором этапе нашего исследования для выяснения причин, приводящих к артериальной гипертензии, и мер, принимаемых пациентами самостоятельно при появлении симптомов заболевания, было проведено анкетирование пациентов кардиологического отделения, находившихся на лечении с диагнозом гипертоническая болезнь.

Анализ результатов анкетирования пациентов кардиологического отделения с диагнозом гипертоническая болезнь выявил, что, не смотря на заболевание, не все пациенты ведут здоровый образ жизни: каждый третий респондент имеет привычку к курению, каждый пятый участник исследования признался в критическом для его здоровья потреблении алкоголя. Избыточную массу тела, по собственному мнению, имеют около 70% опрошенных. Группа респондентов, совершающих ежедневные пешие прогулки не менее 30 минут в день составляет всего 44%. 67% пациентов не соблюдают принципы здорового питания. Почти 70% опрошенных испытывают в повседневной жизни стресс.

Большинство опрошенных посещают участкового врача только при ухудшении состояния и не состоят на диспансерном учете у кардиолога. 78% пациентов самостоятельно контролируют артериальное давление, 72% знают, нормальные цифры артериального давления. Большинство респондентов только при ухудшении состояния принимают гипотензивные препараты и проводят самоконтроль АД.

На вопрос «Хотели бы Вы, чтобы при больнице была организована школа здоровья для пациентов с гипертонической болезнью?» большинство опрошенных ответили «да» - 83%, при этом посещали бы эту школу регулярно только 63% пациентов.

Таким образом, результаты анкетирования показали, что у большинства пациентов с диагнозом гипертоническая болезнь имеется потребность в получении информационно-консультативной помощи по различным аспектам данного заболевания.

Для решения выявленной проблемы нами был разработан тематический план профилактических мероприятий с целью: повышения информированности пациентов о заболевании гипертоническая болезнь и факторах риска развития заболевания и осложнений. Полный цикл профилактических мероприятий состоял из 6 занятий, посвященных основным наиболее важным проблемам контроля гипертонической болезни. Профилактической деятельностью было охвачено пациентов кардиологического отделения Демидовской городской больницы города Нижний Тагил. Реализация плана профилактических мероприятий в рамках вторичной профилактики гипертонической болезни происходила через консультирование пациентов как индивидуально, так и в группе, состоящей из 7-10 человек. Занятия проводились в виде мини-лекций, с последующей выдачей памяток, которые представлены в работе и практических занятий по обучению пациентов измерению артериального давления, пульса и заполнения дневника самоконтроля.

При анализе проведенных профилактических мероприятий в форме группового консультирования на базе кардиологического отделения ГБУЗ СО «ДГБ» выявлены существенные успехи в практическом обучении самоконтролю артериального давления, изменились установки пациентов, их отношение к своему здоровью, повысилась мотивация к выполнению профилактических рекомендаций.

Так же нами был сделан вывод о возможности оптимизации медицинской помощи больным с повышенным АД путем их обучения в Школе артериальной гипертонии в кардиологическом отделении, данное предложение было рекомендовано к рассмотрению администрацией ГБУЗ СО «ДГБ».

Таким образом, для достижения цели, были выполнены следующие задачи:

1. проанализированы теоретические источники, научные статьи по данной теме и выявлено, что артериальная гипертония остается самым распространенным заболеванием сердечно-сосудистой системы, часто протекая бессимптомно, играет основную роль в развитии тяжелых осложнений, приводящих к смерти, таких как острый инфаркт миокарда, инсульт.
2. изучено отношение взрослого населения г. Нижний Тагил к факторам риска гипертонической болезни - исследование показало, что значительная часть опрошенного населения г. Нижний Тагил нуждается в продолжение работы по предотвращению возникновения или изменения течения заболеваний сердечно-сосудистой системы.
3. повысился уровень знаний пациентов по первичной и вторичной профилактике гипертонической болезни через проведение профилактических мероприятий в форме группового и индивидуального консультирования на базе взрослой поликлиники и кардиологического отделения ГБУЗ СО «ДГБ» и разработку информационно-образовательных материалов по профилактике гипертонической болезни.
4. было выявлено, что сестринская помощь должна быть оказана не только пациентам с гипертонической болезнью, но и населению в целом, с целью своевременной диагностики заболевания и воздействия на известные модифицируемые факторы риска, путём создания и укрепления мотивации к здоровому образу жизни, коррекции образа жизни, соблюдению принципов рационального питания и снижению массы тела, увеличению двигательной активности, обучения населения регулированию стрессов и психоэмоциональных нагрузок.
5. в отношении пациентов, имеющих диагноз «гипертоническая болезнь», сестринская помощь заключается в повышении приверженности лечению и повышении информированности о факторах риска и осложнениях заболевания.

Список литературы:

1. Диагностика и лечение артериальной гипертонии. Клинические рекомендации Разработаны по поручению Минздрава России, утверждены Российским медицинским

обществом по артериальной гипертонии и профильной комиссией по кардиологии. Москва 2013.

2. Чирин А.С. Артериальная гипертензия как социально-значимая проблема современной России // Бюллетень медицинских Интернет-конференций (ISSN 2224-6150), 2016. Том 6. № 1