

ZDRAVSTVENA VZGOJA BOLNIKOV S SLADKORNO BOLEZNIJO V SPLOŠNI BOLNIŠNICI PTUJ

HEALTH EDUCATION OF PATIENTS WITH DIABETES AT
PTUJ GENERAL HOSPITAL

Suzana Klampfer, Danica Železnik

UDK/UDC 616.379'008.64

DESKRIPTORJI: sladkorna bolezen; hospitalizacija; zdravstvena vzgoja

DESCRIPTORS: diabetes mellitus; hospitalization; health education

Izvleček – Prispevek prikazuje najpomembnejše delo medicinske sestre v ambulanti za bolnike s sladkorno boleznijo v Splošni bolnišnici Ptuj, to je zdravstvena vzgoja, brez katere si medicinske sestre ne znamo predstavljati svojega dela pri izobraževanju bolnikov s sladkorno boleznijo. Prispevek prikazuje prehranske navade bolnikov s sladkorno boleznijo na področju Ptuja in Ormoža. Prikazana je dobra osveščenost in izobraženost bolnikov s sladkorno boleznijo.

Abstract – The most important segment of nurse's work in outpatients' department for diabetes in Ptuj General Hospital is health education of patients with diabetes, without which the nurses could not imagine their work in educating patients. The article in research presents diet habits of diabetes patients in the area of Ptuj and Ormož. It also shows a reasonable amount of perception and accomplishment of patients with diabetes.

Uvod

»Medicina lahko ozdravi vse bolezni razen zadnje.«
Nicola Pende

Sladkorna bolezen je hudo razširjena kronična bolezen. Število bolnikov s sladkorno boleznijo pri nas in po svetu narašča. Po nekaterih podatkih sklepamo, da je v Sloveniji približno 80 tisoč bolnikov s sladkorno boleznijo, skupaj z neodkritimi jih je čez 100 tisoč. Danes se ocenjuje, da je zaradi sladkorne bolezni prizadetih okrog 150–170 milijonov ljudi.

V ambulanti za bolnike s sladkorno boleznijo v Splošni bolnišnici Ptuj se zdravijo bolniki s sladkorno boleznijo s ptujskega in ormoškega območja. Leta 2001 je bilo registriranih 2139 bolnikov, moških je 38 %, žensk 62 %. Glede na razvrstitev sladkorne bolezni jih ima moteno toleranco za glukozo 17 %, sladkorno bolezen tipa 1 1 % in sladkorno bolezen tipa 2 82 %. Z zdravo prehrano se zdravi 37 % bolnikov, s peroralnimi anti-diabetiki 46 %, z insulinom 17 %, od tega jih prejema intenzivirano klasično insulinsko terapijo 1 %.

V letu 2001 je bilo 158 novoodkritih in registriranih bolnikov s sladkorno boleznijo. Letna incidenca v regijah Ptuj in Ormož je 0,25 %. Samokontrolo, določanje glukoze v krvi, izvaja 25 % bolnikov. Zaradi končne ledvične odpovedi se na oddelku za hemodializo zdravi 9 bolnikov s sladkorno boleznijo.

V ambulanti delajo zdravnik specialist, višja medicinska sestra in diplomirana medicinska sestra. Ker v ambulanti ni administratorja, si administrativno delo med seboj razdelita višja in diplomirana medicinska sestra.

Najpomembnejše delo medicinske sestre v ambulanti za bolnike s sladkorno boleznijo je zdravstvena vzgoja, ki je zahteven in dolgotrajen proces. Medicinske sestre, ki se ukvarjamo z zdravstveno vzgojo ljudi, vemo, da je splošni cilj zdravstvene vzgoje doseči, da bosta posameznik in družba štela zdravje za največjo vrednoto in družbeno potrebo. Medicinske sestre želimo bolnikom s sladkorno boleznijo pomagati pri premagovanju vseh preprek v življenju s to boleznijo. Z bolniki je potrebno razmišljati, ugotavljati, načrtovati in vrednotiti.

- Če imate sladkorno bolezen, se ne sprašujte, zakaj ste jo sploh dobili in zakaj ravno vi. Imate jo in se je ne boste znebili. Lahko pa jo obvladujete in živite z njo kakovostno življenje.
- Ravnesesje je umetnost življenja in tudi ključ do odlične urejenosti sladkorne bolezni.
- Nihče ne ve za prihodnost vaše bolezni, nedvomno pa o njenem poteku odločate v veliki meri vi sami. Nasvet vam lahko dajo drugi, zdravljenje pa je v vaših rokah.

Suzana Klampfer, dipl. m. s., Splošna bolnišnica Ptuj (interni oddelek – ambulanta za sladkorne bolnike)
Mag. Danica Železnik, prof. zdr. vzg., viš. pred.

Članek je povzetek diplomskega dela na Visoki zdravstveni šoli v Mariboru.

Raziskava

Pri svojem vsakodnevem delu v ambulanti za bolnike s sladkorno boleznijo v Splošni bolnišnici Ptuj se medicinske sestre dnevno srečujemo z bolniki s sladkorno boleznijo. Ob večletnih izkušnjah z educiranjem bolnikov s sladkorno boleznijo velikokrat ugotavljamo, da ljudje zelo težko spreminjajo prehrabene navade, ki jih imajo. Zato je zdravstvenovzgojno delo medicinske sestre tako pomembno. Bolniki potrebujejo ne le strokovne nasvete o zdravi prehrani in življenju s sladkorno boleznijo, temveč tudi potrditve ob dobro vodeni sladkorni bolezni in postavljanju kažipotov in napotkov o lažjem obvladovanju sladkorne bolezni, ko je le-ta ušla z vajeti.

Cilji raziskave

Glavni cilj raziskave je bil ugotoviti prehrabene navade bolnikov s sladkorno boleznijo na področju Ptujja in Ormoža. Želeli smo ugotoviti, koliko bolnikov s sladkorno boleznijo pozna sladkorno bolezen, njene kronične zaplete in koliko bolnikov s sladkorno boleznijo je debelih.

Metode dela

Uporabili smo deskriptivno metodo dela. Izvedena je bila anketa z vprašalnikom, ki je imel 27 vprašanj zaprtega tipa, 6 vprašanj je bilo odprtega tipa. Vprašalniki so bili razdeljeni v čakalnici ambulante za sladkorne bolnike v Splošni bolnišnici Ptuj. Izpolnjevali so jih naključno izbrani bolniki s sladkorno boleznijo z vsemi oblikami sladkorne bolezni in vsemi načini zdravljenja. Med izpolnjevanjem vprašalnikov so imeli bolniki zagotovljeno anonimnost; za sodelovanje so se odločali prostovoljno. 40 bolnikov s sladkorno boleznijo je anketo izpolnjevalo od 10. do 21. decembra 2001.

Rezultati so statistično obdelani. V raziskavi dobljeni rezultati so prikazani v odstotkih, večina pa jih je prikazana v obliki grafov.

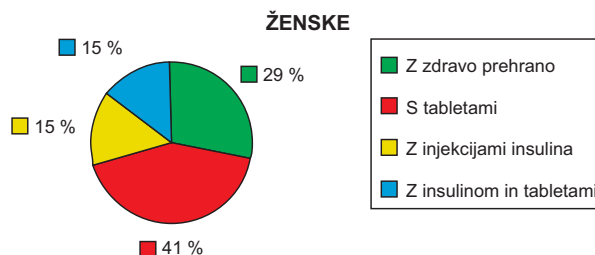
Rezultati

Anketiranih je bilo 27 žensk (67 %) in 13 moških (33 %). Pri izpolnjevanju ankete je sodelovala 1 (3 %) ženska, ki je bila stara do 30 let, 5 (19 %) jih je bilo starih med 31 in 50 let, 11 (41 %) je bilo starih med 51 in 65 let, 10 (37 %) žensk je bilo starih nad 66 let. Pri izpolnjevanju ankete ni bilo nobenega moškega, starega do 30 let, 3 (23 %) moški so bili stari med 31 in 50 let, 6 (46 %) je bilo starih med 51 in 65 let, 4 (31 %) pa so bili stari nad 66 let.

Pri izpolnjevanju ankete je imelo 18 (67 %) žensk osnovnošolsko izobrazbo, 7 (26 %) srednješolsko, 2 (7 %) ženski sta imeli višjo ali visoko šolo, nobena ni imela fakultetne izobrazbe. Pri izpolnjevanju ankete

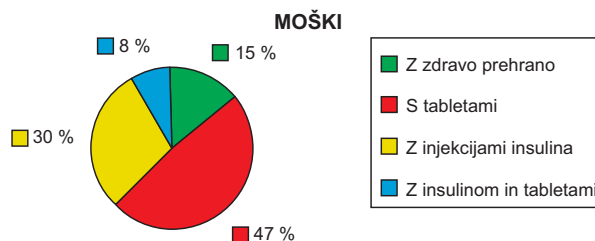
so imeli 4 (30 %) moški osnovnošolsko izobrazbo, 8 (62 %) srednješolsko, eden (8 %) je imel višjo ali visoko izobrazbo, noben moški ni imel fakultetne izobrazbe.

Izmed anketiranih žensk so imele 3 (11 %) sladkorno bolezen do 1 leta, 7 (26 %) jih je imelo sladkorno bolezen 2 do 5 let, 6 (22 %) od 6 do 10 let, 11 (41 %) žensk je imelo sladkorno bolezen več kot 11 let. Izmed anketiranih moških ni imel nobeden sladkorne bolezni do 1 leta, 3 (23 %) od 2 do 5 let, 6 (47 %) jih je imelo sladkorno bolezen 6 do 10 let, 4 (30 %) pa več kot 11 let.



Graf 1. Način zdravljenja.

Osem (29 %) žensk se zdravi z zdravo prehrano, 11 (41 %) se jih zdravi z antidiabetičnimi tabletami, po 4 (15 %) se zdravijo z injkcijami insulina in z injkcijami insulina in antidiabetičnimi tabletami.



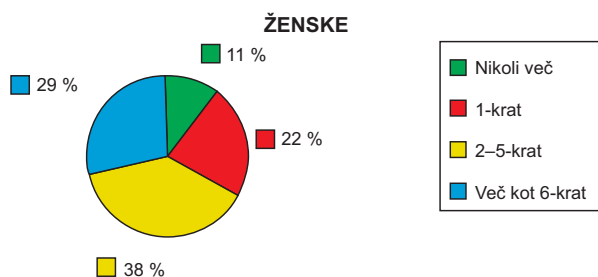
Graf 2. Način zdravljenja.

Dva (15 %) moška se zdravita z zdravo prehrano, 6 (47 %) se jih zdravi z antidiabetičnimi tabletami, 4 (30 %) se zdravijo z injkcijami insulina, eden (8 %) se zdravi z injkcijami insulina in antidiabetičnimi tabletami.

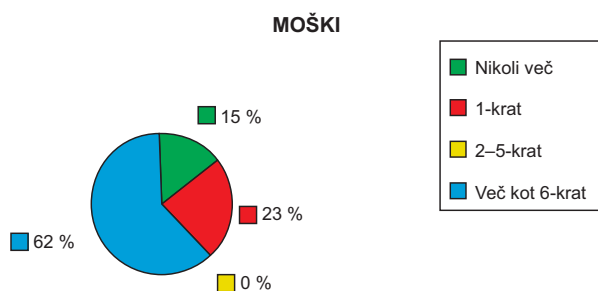
Na vprašanje, ali smo jih medicinske sestre ob ugotovitvi sladkorne bolezni seznanile z zdravo prehrano in zdravim načinom življenja, smo dobili pri vseh ženskah in moških pritrdilen odgovor (100 %).

Na vprašanje, ali so se lahko ob raznih problemih, vprašanih, dilemah pogovorili z medicinsko sestro, smo prav tako dobili pri vseh ženskah in moških pritrdilen odgovor (100 %).

Na to vprašanje smo dobili izredno zanimive odgovore, ki potrjujejo delo medicinskih sester v ambulanti za sladkorne bolnike v Splošni bolnišnici Ptuj. Samo 3 (11 %) ženske po prvem obisku pri zdravniku niso bile več educirane, 6 (22 %) jih je bilo educiranih



Graf 3. Informacije medicinske sestre po prvem obisku.



Graf 4. Informacije medicinske sestre po prvem obisku.

še enkrat, 10 (38 %) jih je bilo educiranih 2- do 5-krat, 8 (29 %) pa jih je bilo educiranih celo več kot 6-krat.

Zelo zanimive odgovore smo dobili od moških bolnikov s sladkorno boleznijo. Samo 2 (15 %) po prvem obisku pri zdravniku nista bila educirana pri medicinski sestri, 3 (23 %) so bili educirani še enkrat, nobeden ni bil educiran med 2- in 5-krat, 8 (62 %) jih je bilo educiranih celo več kot 6-krat.

Na vprašanje, katere kronične zaplete sladkorne bolezni poznate, izmed anketiranih žensk le ena (7 %) ne pozna nobenega kroničnega zapleta sladkorne bolezni, 4 (15 %) poznajo enega, 5 (19 %) jih pozna 2 zapleta, 8 (30 %) pa 3 in 4 kronične zaplete sladkorne bolezni. Izmed anketiranih moških le eden (8 %) ne pozna nobenega kroničnega zapleta sladkorne bolezni, 4 (31 %) poznajo enega, 3 (23 %) poznajo 2 in 3 kronične zaplete, 2 (15 %) pa poznata 4 kronične zaplete sladkorne bolezni.

Izmed anketiranih bolnikov s sladkorno boleznijo 2 (7 %) ženski pokadita do 5 cigaret na dan in občasno v družbi, 23 (86 %) jih ne kadi. 2 (15 %) moška pokadita več kot 6 cigaret na dan, 11 (85 %) jih ne kadi.

Izmed anketiranih bolnikov s sladkorno boleznijo se 8 (29 %) žensk rekreira dnevno vsaj pol ure, 2 (7 %) se rekreirata 2-3 krat na teden, 3 (11 %) se rekreirajo 1-krat na teden, 9 (34 %) se jih rekreira občasno, 5 (19 %) se ne. 6 (47 %) moških se rekreira vsak dan vsaj pol ure, 3 (23 %) se rekreirajo 2-3-krat na teden, eden (7 %) se rekreira 1-krat na teden, 3 (23 %) se rekreirajo občasno, nobeden ni telesno neaktiven.

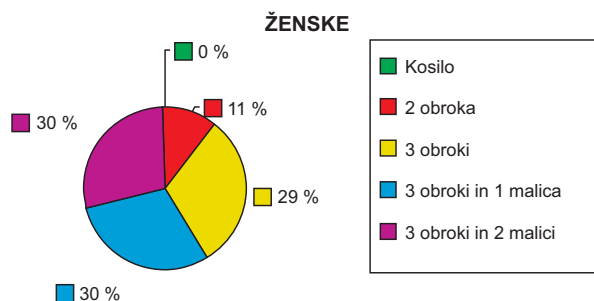
Izmed anketiranih žensk jih ima 5 (19 %) normalno telesno težo, 13 (48 %) jih ima čezmerno telesno težo, 8 (29 %) je debelih, ena (3 %) je hudo debela. Izmed anketiranih moških imajo 3 (23 %) normalno telesno

težo, 7 (54 %) jih ima čezmerno telesno težo, 3 (23 %) so debeli, nobeden ni hudo debel.



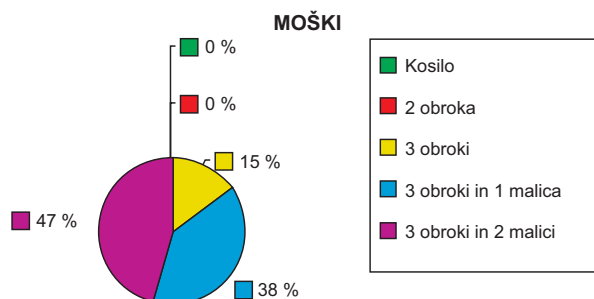
Prepoznavnost prikazanega znaka.

Ena anketirana ženska misli, da živila, označena s tem znakom, vsebujejo veliko maščob in sladkorjev, nobena ženska ne misli, da imajo veliko energijsko vrednost, 22 (82 %) jih pozna znak varovalnega živila, 4 (15 %) ženske pa živila, označena s tem znakom ne poznajo. Izmed anketiranih moških misli eden (7 %), da imajo živila, označena s tem znakom, veliko energijsko vrednost, 11 (86 %) jih znak varovalnega živila pozna, eden (7 %) pa ga ne pozna.



Graf 5. Število obrokov dnevno.

Nobena ženska nima samo enega obroka na dan, 3 (11 %) imajo kosilo in večerjo, 8 (29 %) jih ima vsak dan zajtrk, kosilo in večerjo, 8 (30 %) jih ima 3 glavne obroke in dopoldansko malico, prav toliko žensk ima 5 na dan obrokov.

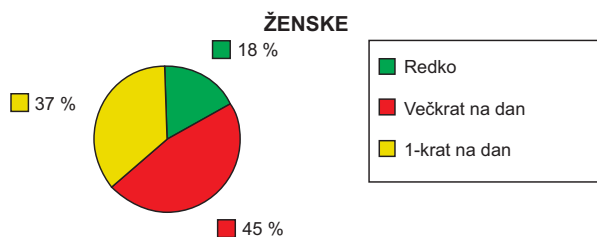


Graf 6. Število obrokov dnevno.

Noben moški nima samo enega oziroma dveh obrokov, 2 (15 %) imata 3 glavne obroke, 5 (38 %) jih ima

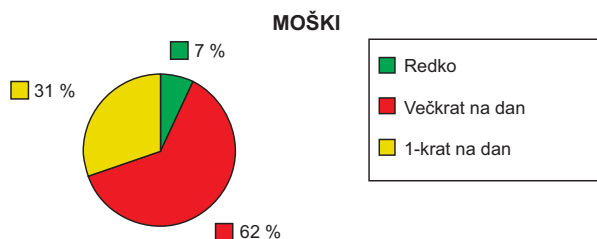
3 glavne obroke in dopoldansko malico, 6 (47 %) moških pa ima na dan 5 obrokov.

Izmed anketiranih, 6 (23 %) žensk zajtrkuje občasno, 21 (77 %) jih vedno. Vseh 13 moških (100 %) ima zajtrk vsako jutro.



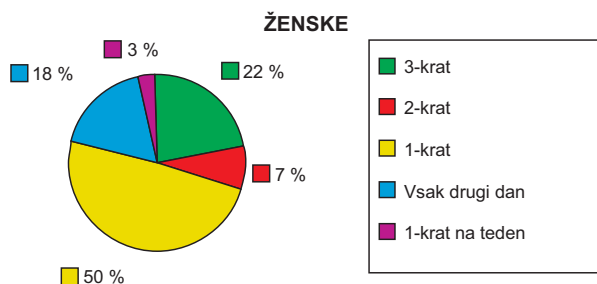
Graf 7. Uživanje kruha.

Pet (18 %) žensk uživa kruh redko, ker se bojijo, da se bodo zredile, 12 (45 %) jih uživa kruh večkrat na dan, 10 (37 %) pa le 1-krat dnevno.



Graf 8. Uživanje kruha.

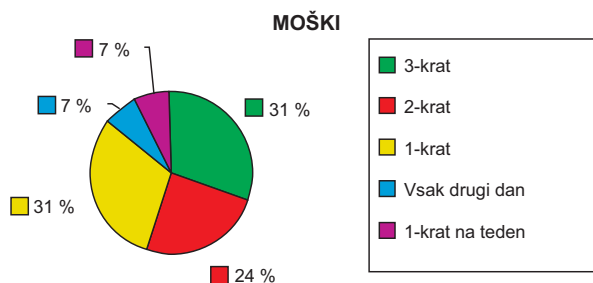
En (7 %) moški uživa kruh redko, ker se boji, da se bo zredil, 8 (62 %) jih ga uživa večkrat na dan, 4 (31 %) pa le enkrat dnevno.



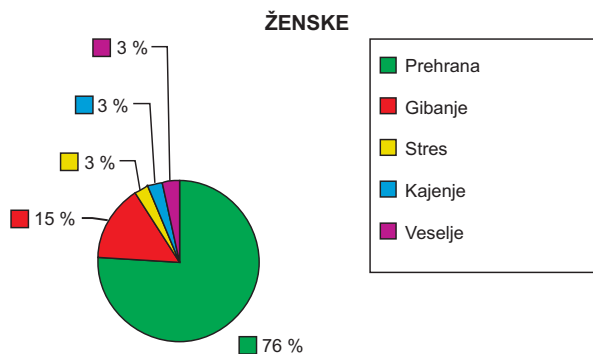
Graf 9. Uživanje mesa in mesnih izdelkov.

Na podlagi dobljenih odgovorov ugotavljamo, da 6 (22 %) žensk uživa meso in mesne izdelke 3-krat na dan, 2 (7 %) 2-krat na dan, 13 (50 %) 1-krat na dan, 5 (18 %) vsak drugi dan, ena (3 %) pa le 1-krat na teden, nobena ženska ni vegetarijanka.

Štirje (31 %) moški uživajo meso in mesne izdelke 3-krat na dan, 3 (24 %) 2-krat na dan, 4 (31 %) 1-krat na dan, eden (7 %) uživa meso in mesne izdelke vsak drugi dan in prav toliko 1-krat na teden, noben moški ni vegetarijanec.

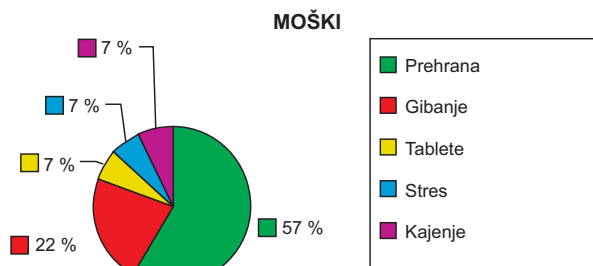


Graf 10. Uživanje mesa in mesnih izdelkov.



Graf 11. Pojem zdravega načina življenja.

Pod pojmom zdrav način življenja ima 20 (76 %) žensk v mislih zdravo prehrano, 4 (15 %) mislijo na gibanje, ena (3 %) misli, da gre za življenje brez kajenja, prav toliko, da gre za življenje brez stresa, in prav toliko, da gre za veselje v življenju.

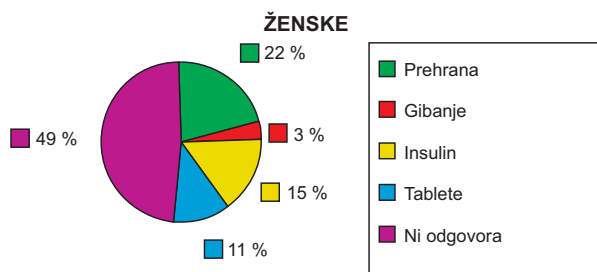


Graf 12. Pojem zdravega načina življenja.

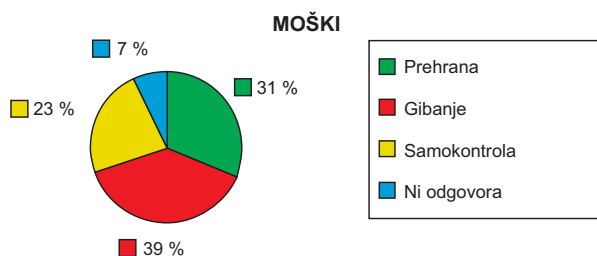
Enajst (57 %) moških si predstavlja kot zdrav način življenja zdravo prehrano, 3 (22 %) gibanje, eden (7 %) misli, da pomeni zdrav način življenja redno jemanje tablet, prav tolikim, da pomenita zdrav način življenja manj stresa in nekajenje.

Šest (22 %) žensk izboljšuje sladkorno bolezen z zdravo prehrano vsak dan, ena (3 %) z gibanjem, 4 (15 %) z rednim dajanjem insulina, 3 (11 %) z rednim jemanjem tablet, 13 (49 %) jih ni odgovorilo.

Štirje (31 %) moški izboljšujejo sladkorno bolezen z zdravo prehrano, 5 (39 %) z gibanjem, 3 (23 %) z rednim izvajanjem samokontrole, eden (7 %) pa ni odgovoril.



Graf 13. Skrb za izboljšanje sladkorne boleznijo.



Graf 14. Skrb za izboljšanje sladkorne boleznijo.

Komentarji anketirancev:

- Hvala za preventivo in skrb za lajšanje boleznij.
- Ne obupati nad svojo boleznijo.
- Imamo veliko dobrih možnosti za zdravljenje sladkorne boleznij.
- Lepo bi bilo, če bi se znebila sladkorne boleznij.
- Želim si sodelovati pri zdravljenju sladkorne boleznij.
- Vsak posameznik sam odloča o svojem zdravljenju.
- Obiskujem predavanja, ki jih organizira Društvo diabetikov Ptuj; odlično so zasnovana.
- Brez komentarja!

Razprava

Raziskava na temo zdravstvena vzgoja bolnikov s sladkorno boleznijo je potekala v ambulanti za sladkorne bolnike v Splošni bolnišnici Ptuj.

Anketiranih je bilo več žensk kot moških, največ jih je bilo starih med 51 in 65 let. Večina žensk je imela dokončano osnovno šolo, večina moških pa je imela dokončano srednjo šolo. Večina anketiranih žensk je imela sladkorno bolezen več kot 11 let, moški so imeli sladkorno bolezen med 6 in 10 let, največ bolnikov s sladkorno boleznijo pa se zdravi z antidiabetičnimi tabletami.

Medicinske sestre smo vse sladkorne bolnike ob prvem obisku seznanile z zdravo prehrano in sladkorno boleznijo. Razveseljivi so bili odgovori, da se lahko bolniki s sladkorno boleznijo ob raznih vprašanjih, dilemah, problemih vedno v 100 odstotkih obrnejo na medicinsko sestro. Zanimivo je število ponovnih edukacij medicinskih sester, saj je bilo 38 odstotkov žensk

educiranih še 2- do 5-krat in celo 62 odstotkov moških je bilo educiranih več kot 6-krat. Bolniki s sladkorno boleznijo so pokazali svoje znanje o sladkorni bolezni v poznavanju kroničnih zapletov sladkorne boleznij, 30 odstotkov žensk pozna 3 oziroma 4 kronične zaplete, 23 odstotkov moških pa pozna 2 oziroma 3 kronične zaplete sladkorne boleznij, prav tako 82 odstotkov žensk in 86 odstotkov moških pozna znak varovalnega živila.

Škodljivosti kajenja se zaveda večina bolnikov s sladkorno boleznijo, saj 86 odstotkov žensk in 85 odstotkov moških nikoli ne kadi.

Telesna aktivnost izboljša urejenost sladkorne boleznij. Tega dejstva se zaveda 29 odstotkov žensk in 47 odstotkov moških, ki se ukvarja s telesno aktivnostjo vsak dan vsaj pol ure. Kljub temu pa je 81 odstotkov žensk in 77 odstotkov moških debelih.

Pri zdravljenju sladkorne boleznij ima pomembno vlogo število obrokov, ki jih imajo bolniki s sladkorno boleznijo. Dobljeni rezultati so prijetno presenetili, saj ima 30 odstotkov žensk 3 obroke, prav toliko jih ima 3 glavne obroke in dopoldansko malico, prav toliko jih ima 5 obrokov na dan. Pri moških so dobljeni rezultati še ugodnejši, saj ima 47 odstotkov moških 5 obrokov na dan. O koristnosti vsakodnevnega zajtrkovanja je prepričanih 77 odstotkov žensk in vsi anketirani moški.

Večina bolnikov s sladkorno boleznijo se zaveda poteka zdravljenja sladkorne boleznij in pojavljanja kroničnih zapletov sladkorne boleznij, prav tako bolniki s sladkorno boleznijo poznajo načela zdrave prehrane in zdravega življenja, vendar vse svoje znanje zelo težko vključujejo v svoje življenje, kar kaže na to, da je večina bolnikov s sladkorno boleznijo debelih.

Pričakovanja in cilji, ki so bili zastavljeni v nalogi, so bili v celoti potrjeni.

Sklep

Zdravstvena vzgoja bolnikov s sladkorno boleznijo je zahteven in dolgotrajen proces. Medicinske sestre v ambulanti za sladkorne bolnike v Splošni bolnišnici Ptuj, ki se ukvarjamo z zdravstveno vzgojo ljudi, vemo, da je splošni cilj zdravstvene vzgoje doseči, da bosta družba in posameznik štela zdravje za največjo vrednoto in družbeno potrebo. Zavedamo se, da izobražena in odgovorna medicinska sestra lahko s svojim strokovnim delom in zgledom bistveno pripomore k izboljšanju zdravja bolnikov s sladkorno boleznijo ter tako pripomore k preprečevanju nastanka njenih kroničnih zapletov in h kakovostnejšemu življenju bolnikov s sladkorno boleznijo.

Predstavljeni rezultati raziskave so pokazali, da bolniki s sladkorno boleznijo poznajo sladkorno bolezen in načela zdrave prehrane, vendar je veliko bolnikov s sladkorno boleznijo kljub temu debelih. Zato je delo medicinskih sester na področju zdravstvene vzgoje po-

trebno nadaljevati z vso odgovornostjo, da bodo bolniki s sladkorno boleznijo s svojim zdravim načinom življenja bistveno pripomogli k bolj kakovostnemu življenju.

Literatura

1. Bohnc M, Čerpnjak A, Mrevlje F. Sladkorna bolezen. Priročnik za medicinske sestre in zdravstvene tehnike. Ljubljana, 1998: 1–40.
2. Čokolič M. Debelost je povečanje maščobnega tkiva. Vita. Strokovna zdravstvenovzgojna revija, 2000: 3.
3. Čokolič M. Sladkorna bolezen. Naša bolnišnica. Glasilo Splošne bolnišnice Maribor, 2001: 10–20.
4. Hoyer S. Zdravstvena vzgoja in zdravstvena prosveta. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije, 1995: 51–94.
5. Klampfer S. Delo medicinske sestre v ambulanti za sladkorne bolnike na Ptuju. Zbornik predavanj. Endokrinološka sekcija medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije. Ptuj, 2001: 1–7.
6. Kocijančič A, Mrevlje F. Interna medicina. Ljubljana: Državna založba Slovenije, 1998: 517–88.
7. Koselj M, Medvešček M, Mrevlje F. Sladkorna bolezen tipa 2. Priročnik za zdravnike. Ljubljana, 1999: 3–40.
8. Krajnc I, Pečovnik Balon B. Interna medicina za Visoko zdravstveno šolo. Maribor: Visoka zdravstvena šola, 2000: 268–94.
9. MacKinnon M. Providing diabetes care in general practice – a practical guide for the primary care team. London, 1998: 13.
10. Mrvič P, Mori-Lukančič M. Zdravstvena vzgoja v diabetoloških dispanzerjih Slovenije. Zdrav Obzor 2001; 35: 193–6.
11. Pokorn D. Zdrava prehrana in njen vpliv na preprečevanje sodobnih socialnih bolezni. Zbornik predavanj. Prvi slovenski endokrinološki kongres medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov Slovenije z mednarodno udeležbo. Endokrinološka sekcija zdravstvenih tehnikov in medicinskih sester Slovenije. Bled, 2000: 117–23.