

***Uloga medicinske sestre u patronažnoj
djelatnosti u promicanju kardiovaskularnog
zdravlja***

**Mara Županić, vms
Dom zdravlja Zagreb-Centar
Zdravstveno veleučilište, Zagreb**

Patronaža i PZZ u Republici Hrvatskoj su:

- Neodvojivo vezane i komplementarne aktivnosti
- Usmjerene na promicanje zdravlja i prevenciju bolesti, zahtjevaju multidisciplinarni pristup
- Fokusirane na klijenta, utemeljenu na zdravlje i to:
 - **Individualno**
 - **Obiteljsko**
 - **Zdravlje zajednice**

Zakonska regulativa patronažne djelatnosti u Republici Hrvatskoj

- ***Promicanje i osiguranje zdravlja osigurane osobe***
- ***Praćenje i očuvanje zdravlja osigurane osobe kod koje postoji povećani rizik za nastanak bolesti***

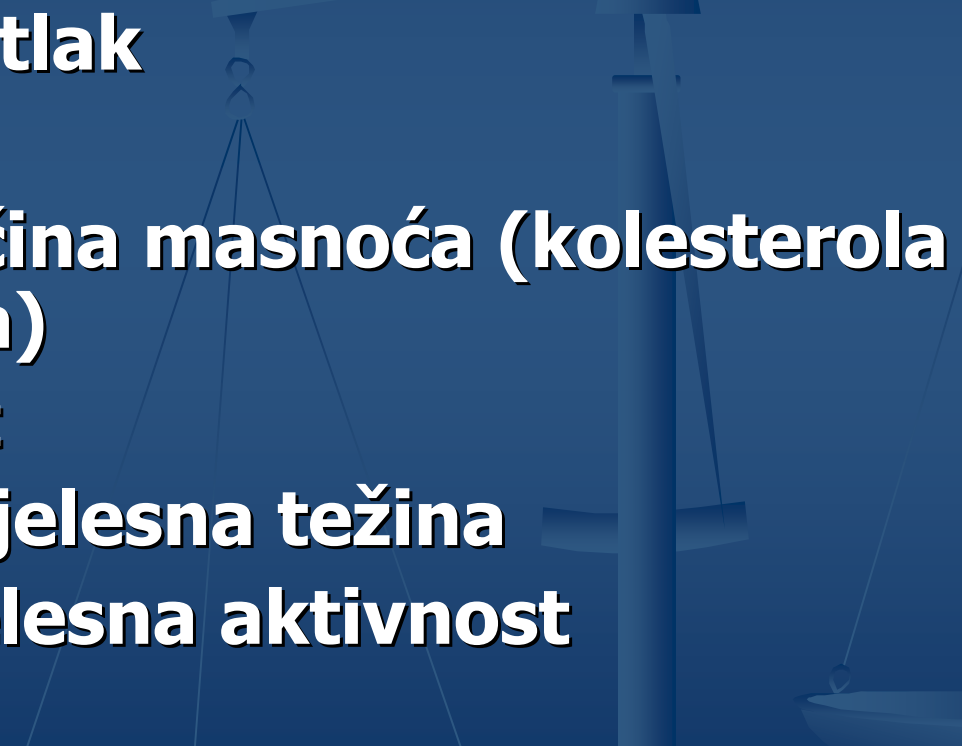
Metode pružanja preventivnih programa

- **Individualni rad**

- **Grupni rad**



Čimbenici rizika na koje se može utjecati

- **Povišeni krvni tlak**
 - **Pušenje**
 - **Povećana količina masnoća (kolesterola i/ili triglicerida)**
 - **Šećerna bolest**
 - **Prekomjerna tjelesna težina**
 - **Nedovoljna tjelesna aktivnost**
 - **Stres**
- 

I. Patronažna sestra u identifikaciji čimbenika rizika za nastanak KVB-i

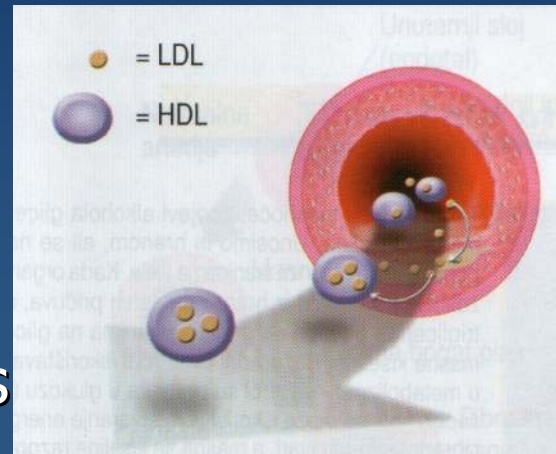
□ Pronalaženje osoba sa povišenim arterijskim krvnim tlakom

- Provođenje edukacije
- Mjerenje arterijskog tlaka
- Kontrola uzimanja propisane antihipertenzivne terapije



II. Patronažna sestra u identifikaciji čimbenika rizika za nastanak KVB-i

- Poticanje korisnika za određivanje lipida u krvi
- Poučavanje korisnika o: egzogenim čimbenicima s utjecajem na sliku lipida i lipoproteina, pripremi za vađenje krvi za određivanje lipida,.....
- Pravilnoj prehrani kod hiperlipoproteinemije



- Određivanje šećera iz kapilarne krvi

Primjer iz prakse

- U periodu od 2000 – 2005 : 91 novootkrivena šećerna bolest
- U periodu od dvije godine 61 posjeta patronažne sestre dijabetičkom bolesniku od otkrivanja šećerne bolesti do postizanja poželjne vrijednosti šećera ($17\text{mmol/l} - 5,8\text{mmol/l}$)

DZ Zagreb-Centar, ZS Botinec

III. Patronažna sestra u identifikaciji čimbenika rizika za nastanak KVB-i

Procjena debljine (genoidna – androidna)

- ❑ određivanje indeksa tjelesne mase
- ❑ mjerenje opsega struk

Prevencija prekomjerne tjelesne težine

- ❑ promicanje pravilne prehrane



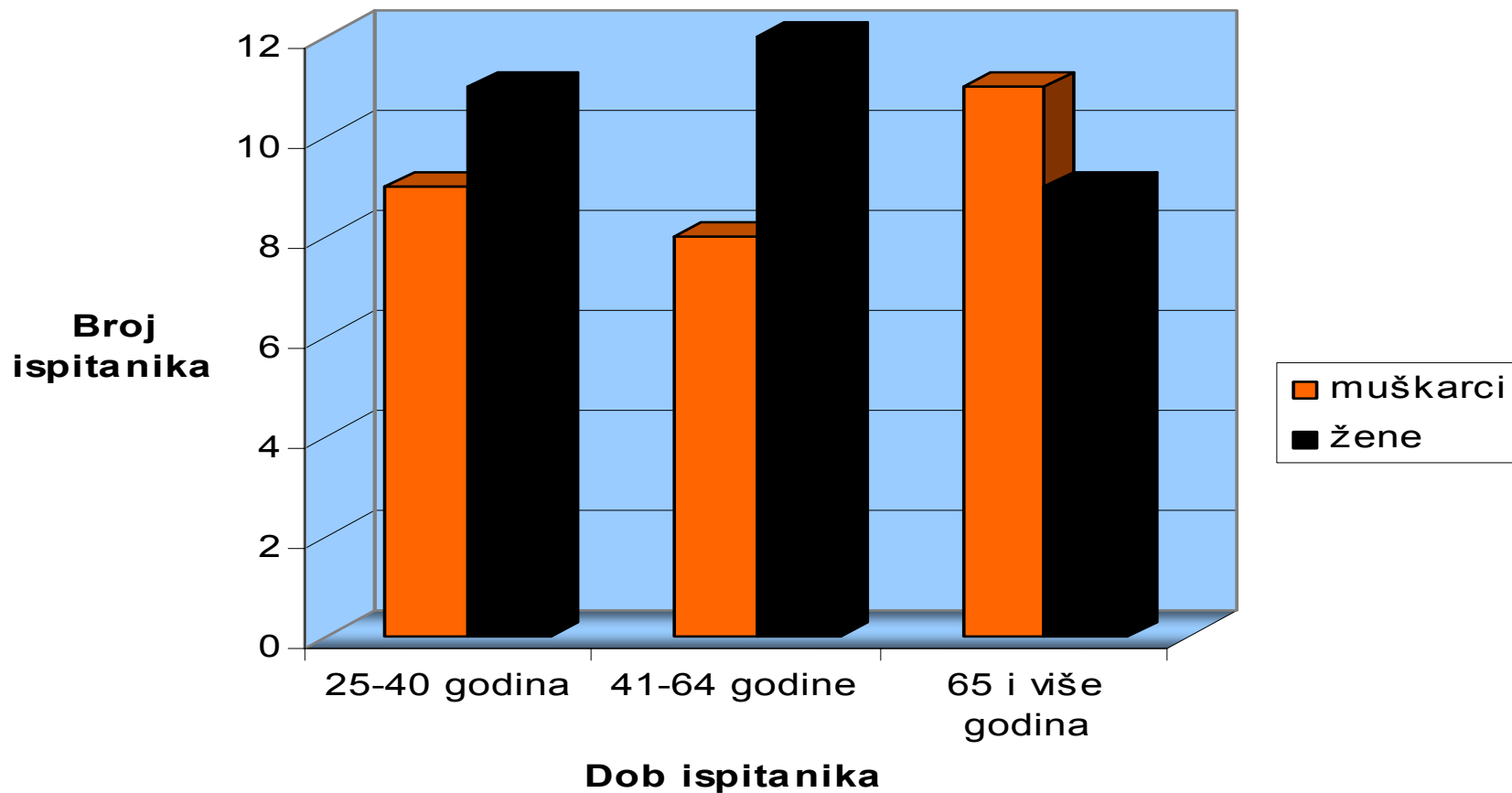
Zaključak

- Programi usmjereni na kardiovaskularno zdravlje na lokalnoj sredini su multidisciplinarni i multisektorski
- Uspješnost programa uvjetovana je boljom opremom sredstvima za rad
- **Obrazovanje u sestrinstvu**
- Istraživanje u cilju praćenja stanja zdravlja populacije

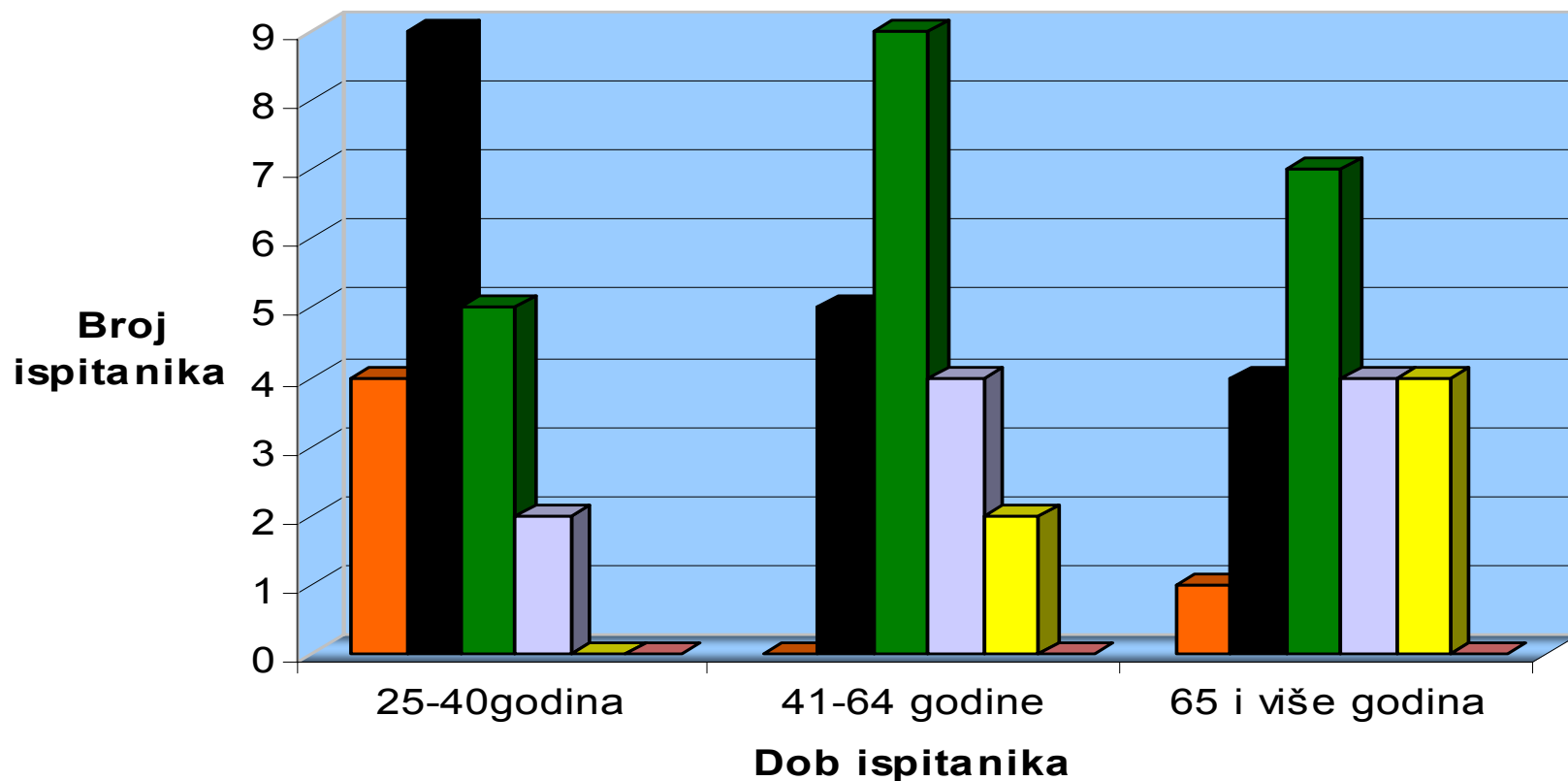
Hvala na pozornosti



FREKVENCIJA ISPITANIKA PO DOBI I SPOLU



INDEKS TJELESNE MASE ILI BMI



■ pothranjenost (BMI 10-19)

■ normalna tjelesna težina (BMI 19-25)

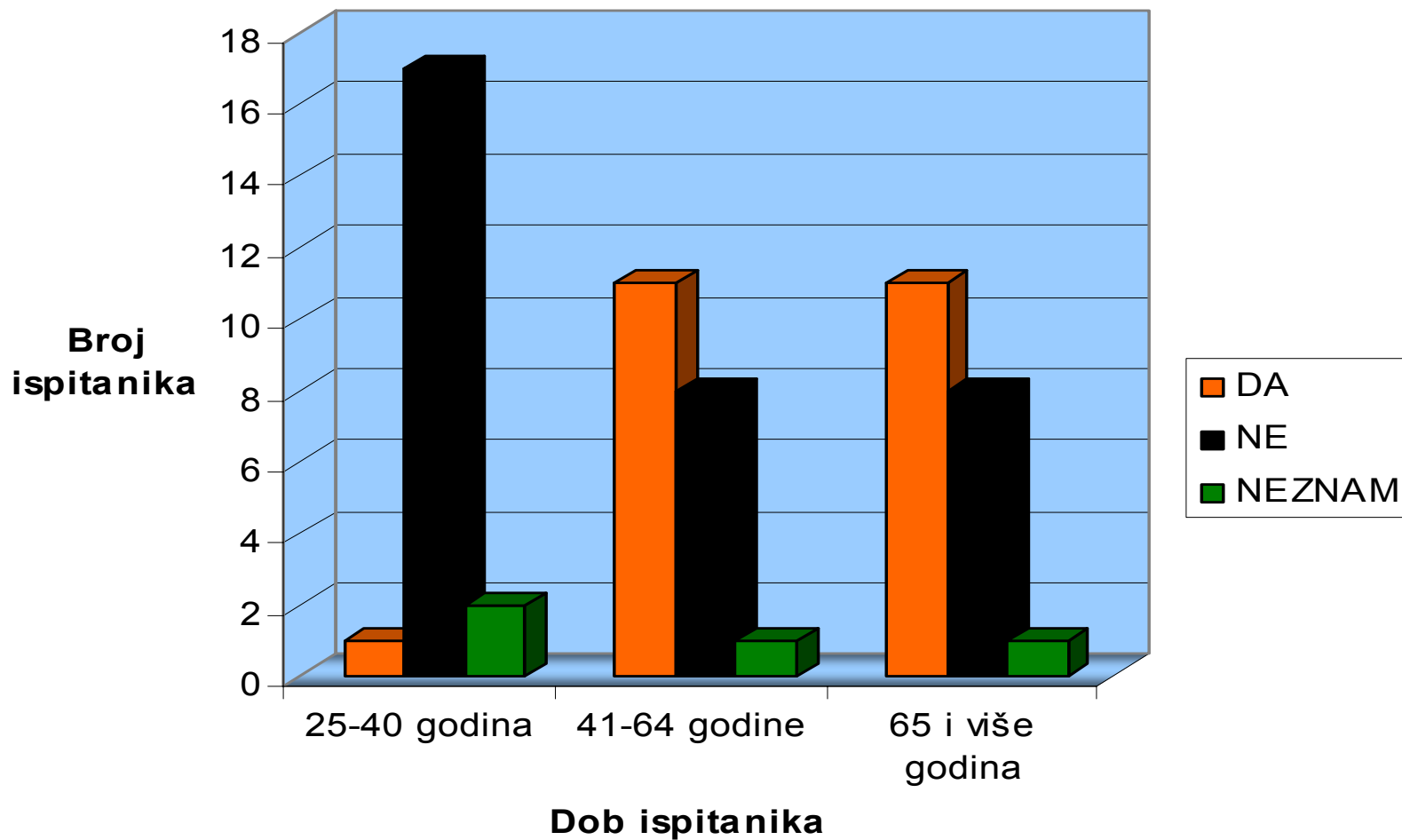
■ pretjerana tjelesna težina (BMI 25-30)

■ debljina 1. stupanj (BMI 30-35)

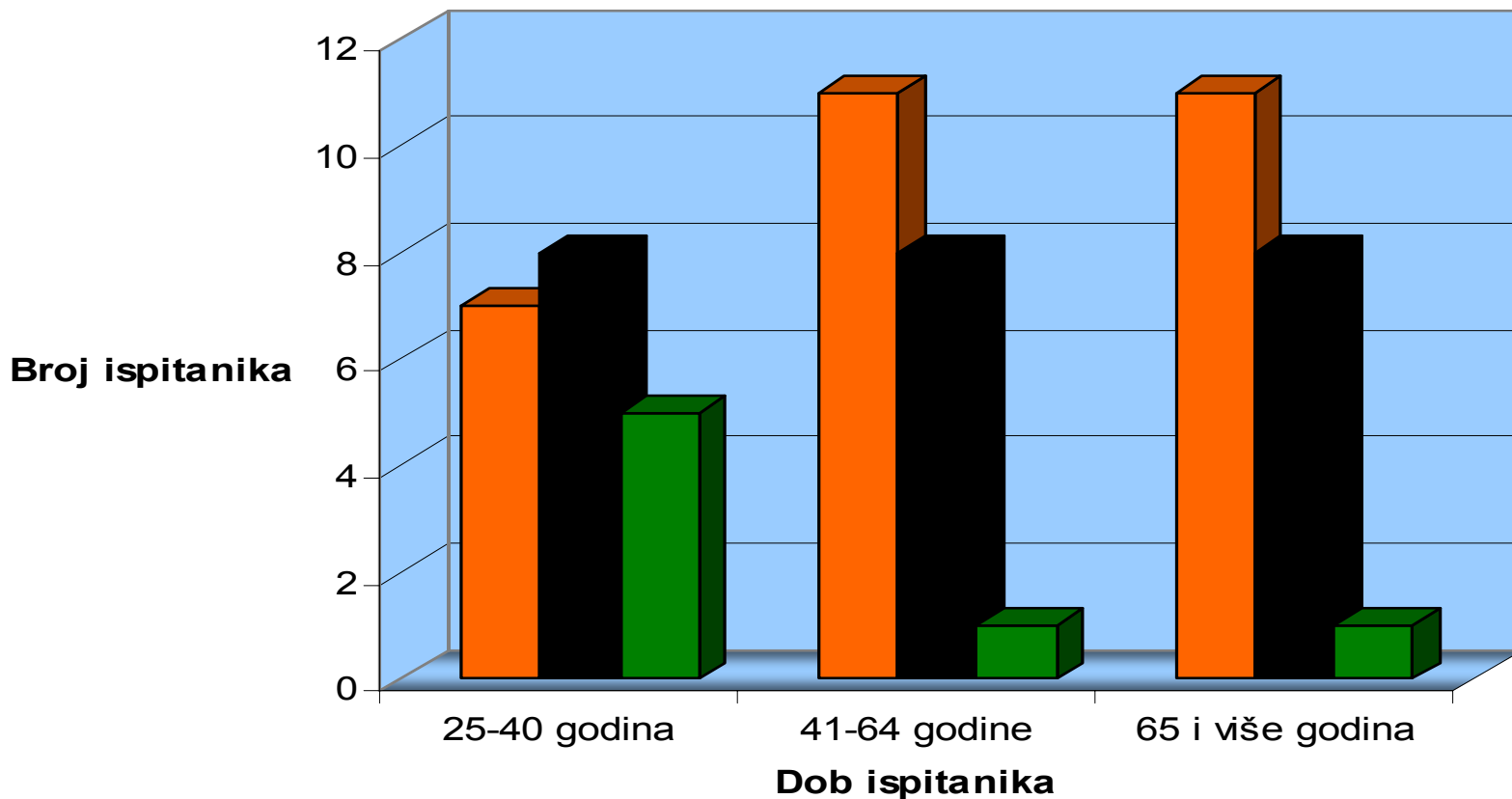
■ debljina 2. stupanj (BMI 35-40)

■ debljina 3. stupanj (BMI 40-60)

IMATE LI POVIŠENI KRVNI TLAK?

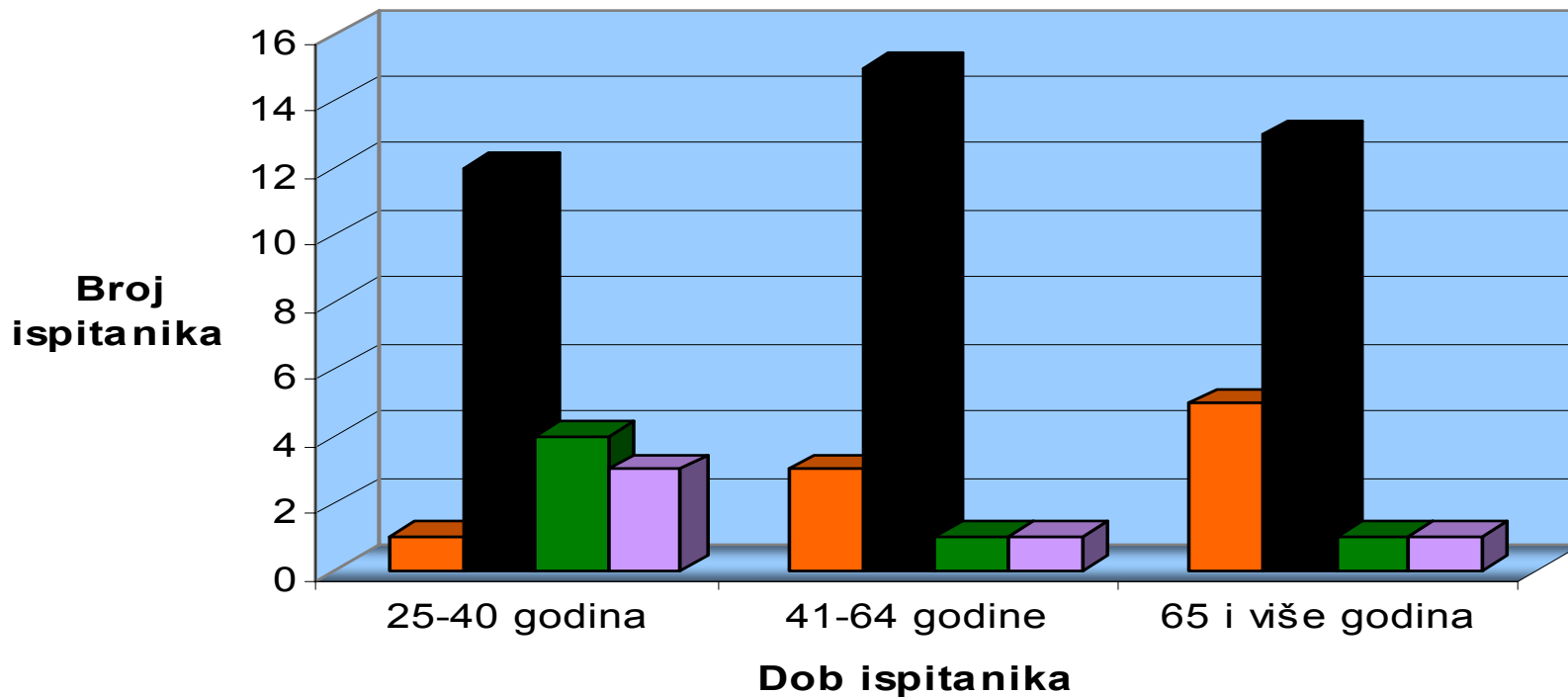


KOLIKO SE KREĆETE U SLOBODNO VRIJEME (SVAKODNEVNO)?



■ MANJE OD 1 KM/DNEVNO ■ OD 1 - 3 KM/DNEVNO ■ VIŠE OD 3 KM/DNEVNO

FIZIČKU AKTIVNOST ODRŽAVATE?



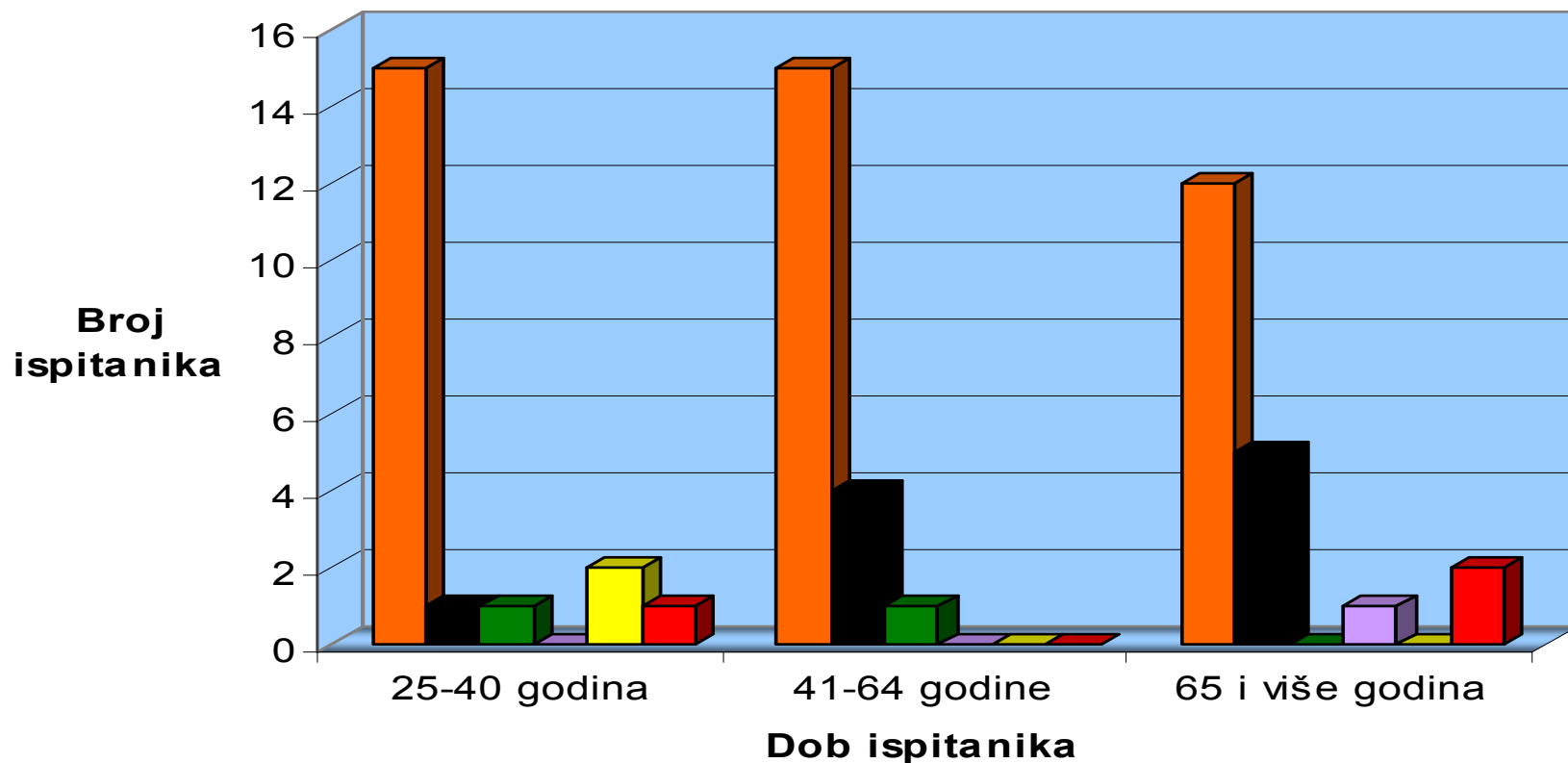
■ NIKAKO

■ PJEŠAĆENJEM

■ VOŽNJOM BICIKLA, ROLANJEM I SL.

■ SPORTOM

TKO VAS NAJVIŠE MOTIVIRA ZA FIZIČKU AKTIVNOST?



SAM SEBE

NITKO

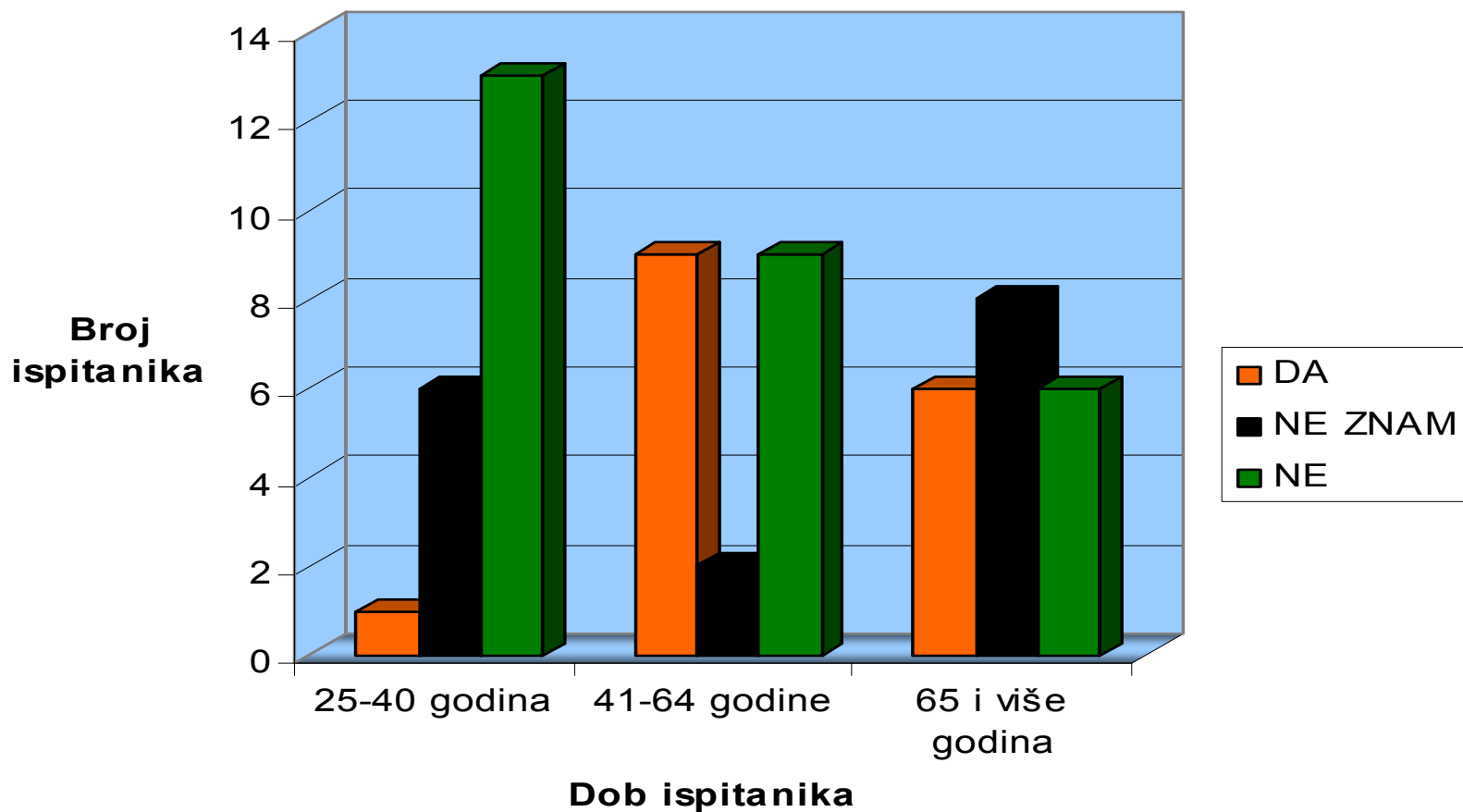
LIJEČNIK

MEDICINSKA SESTRA

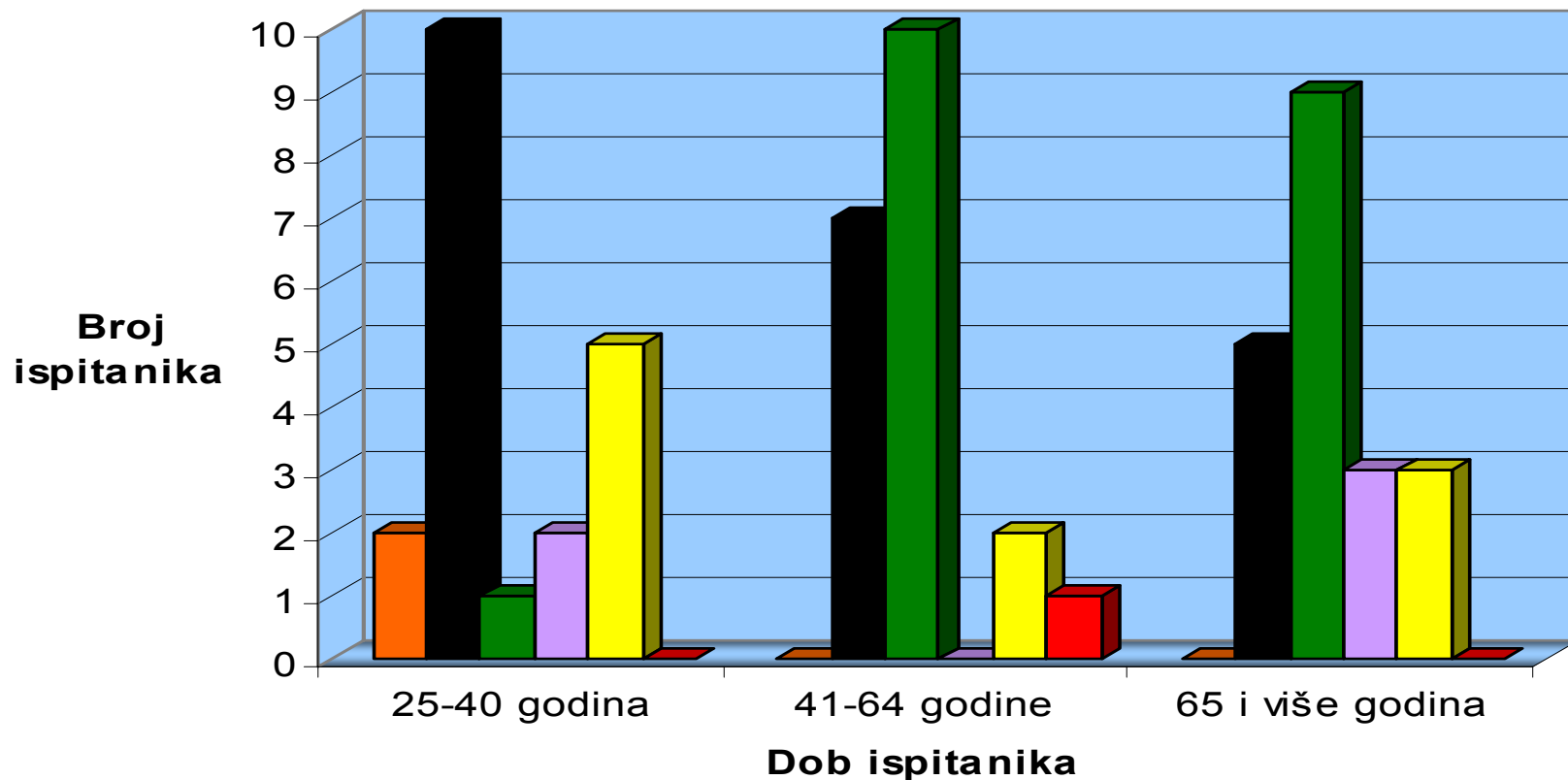
JAVNI MEDIJ

NETKO DRUGI

IMATE LI POVIŠENE MASNOĆE U KRVI?



DA LI VAS JE NETKO U PROTEKLOJ GODINI SAVJETOVAO O PREHRAMBENIM NAVIKAMA?



■ PRIJATELJI

■ NITKO

■ LIJEČNIK

■ MEDICINSKA SESTRA

■ JAVNI MEDIJ

■ NETKO DRUGI

Hvala na pozornosti

