DIABETES MELLITUS – ŠPECIFIKÁ PRÁCE SESTRY V DIABETOLOGICKEJ AMBULANCII

PhDr. Anna Schmiedl, MPH.

Vedúca regionálneho centra, Košice

V súčasnej dobe patrí diabetes mellitus (ďalej „DM“) medzi nevyliečiteľné ochorenia. Považuje sa za zdravotne, ale aj spoločensky závažné civilizačné ochorenie. Alarmujúca je stúpajúca prevalencia tohto ochorenia. Prispieva lepšia zdravotná starostlivosť k identifikácii nových prípadov ochorení DM? Štatistické údaje dokazujú fakt, že DM postupne a ticho progreduje a nezvratne ničí celý organizmus. Bolesť ako alarm, či ochranný príznak prichádza často veľmi neskoro, až keď sa objavia závažné komplikácie. Správne nastavenie diagnostických postupov, spolupráca jednotlivých špecialistov s prihliadnutím na vývoj diabetických komplikácií, správna edukácia realizovaná sestrou špecialistkou, ako aj samotná sebadisciplína pacienta, to všetko môže progresiu diabetu a deštrukciu orgánov významne eliminovať.

ŠPECIFIKÁ OŠETROVATEĽSKEJ STAROSTLIVOSTI V PREVENCII KOMPLIKÁCIÍ DIABETU MELLITUS

Vznik ochorenia DM môže nastať v každom veku, zvyčajne sa náhodne zistí pri návšteve pacienta u lekára, ktorý na základe odborných vyšetrení potvrdí diagnózu DM. Odborné vyšetrenia sú realizované ambulantne alebo v zdravotníckom zariadení, a ak u pacienta dochádza k akútnemu rozvratu vnútorného prostredia, je hospitalizovaný v dôsledku ketoacidózy na jednotke intenzívnej starostlivosti internej medicíny.

Pri ošetrovateľskej starostlivosti o pacienta s DM má významné postavenie edukácia pacienta, ale aj jeho rodiny a podpornej skupiny. Cieľom edukácie je informovať a hlavne presvedčiť pacienta o nutnosti zmeny životného štýlu a dodržiavania diéty. Úlohou edukačných stretnutí je naučiť pacienta identifikovať komplikácie a predchádzať ich vzniku. Sestra v špecializovanej ambulancii zapája do edukačného procesu nielen samotného pacienta, ale aj členov rodiny, vďaka čomu môže byť

edukácia účinnejšia. Cieľom liečby je trvalá stabilizácia choroby, keďže ide o celoživotné ochorenie. Odborníci v oblasti diabetológie sa zhodli na preventívnych opatreniach a liečebno-preventívnymi zásahmi sa usilujú dosiahnuť čo najlepšiu metabolickú kompenzáciu a kompenzáciu krvného tlaku vo fyziologických hodnotách. Preventívnym opatrením zo strany lekára je nastaviť účinnú liečbu dyslipidémie a úlohou sestry je poskytnúť pacientovi a jeho rodine dostatok informácií o správnom zostavení jedálneho lístka a o spôsoboch, ako dosiahnuť optimálnu telesnú hmotnosť. Súčasťou preventívnych opatrení je dostatočne sa venovať fyzickým aktivitám a platí tiež zákaz fajčenia, pravidelná kontrola očného pozadia a angiologická kontrola dolných končatín v intervaloch odporúčaných diabetológom. Psychiku pacienta značne poznačí fakt, že trpí DM. Úlohou sestry je pomôcť pacientovi vyrovnať sa s touto skutočnosťou.

ÚLOHY SESTRY PRI POSKYTOVANÍ OŠETROVATEĽSKEJ STAROSTLIVOSTI O PACIENTOV S OCHORENÍM DIABETES MELLITUS:

Povolanie zdravotná sestra je nesmierne náročné a zodpovedné. Jej profesijná rola rastie, kompetencie sa rozširujú a nevyhnutnou súčasťou jej práce je nutnosť celoživotného vzdelávania a zvyšovania kvalifikácie. Medicína, ale aj ošetrovateľstvo sú odbory, ktoré sa neustále vyvíjajú. Hľadajú sa stále nové možnosti v diagnostike i v liečbe, a preto si povolanie sestier vyžaduje kontinuálne, sústavné vzdelávanie. Sestry pracujúce v diabetológii významne participujú na diagnostike a liečbe a neoddeliteľnou súčasťou ich práce s pacientom s chronickým ochorením je :

- identifikácia biologických, psychických, sociálnych a duchovných potrieb pacienta,
- naplánovanie potrebnej ošetrovateľskej starostlivosti podľa potrieb pacienta, veku a schopnosti postarať sa sám o seba (vek pacienta, sociálne zázemie, vedomostná úroveň a ďalšie prekážky, ktoré bránia pacientovi postarať sa o seba),
- vypracovanie edukačných plánov,
- spracovanie návrhu primárnej, sekundárnej a terciárnej starostlivosti,
- realizácia ošetrovateľskej starostlivosti metódou ošetrovateľského procesu,
- spracovanie návrhu edukačného procesu,
- realizácia edukačného procesu u pacienta s DM,

- zdokumentovanie a vyhodnotenie jednotlivých zásahov,
- uplatnenie všetkých dostupných škál identifikovania ošetrovateľských problémov u pacienta s diabetom,
- aplikovanie všetkých dostupných metód, postupov, techník a ošetrovateľských noriem a štandardov,
- plánovanie a realizácia ošetrovateľských zásahov v spolupráci s inými zdravotníckymi pracovníkmi.

V oblasti starostlivosti o novo diagnostikovaného hospitalizovaného pacienta s diabetom je potrebné zabezpečiť diabetickú stravu a kontrolovať správnosť výpočtu sacharidových jednotiek. Množstvo sacharidových jednotiek vypočíta diabetológ podľa presného vzorca, prihliadajúc na viacero kritérií (vek pacienta, pohlavie, zamestnanie, športové aktivity).

Úlohou sestry je sledovať prijímané potraviny predovšetkým po návštevných hodinách. U pacienta s diabetom kontroluje a zaznamenáva príjem a výdaj tekutín, množstvo prijatej stravy. U pacienta liečeného inzulínom je dôležité skontrolovať správnosť aplikácie a množstva ordinovaného inzulínu a po aplikácii inzulínu skontrolovať, či sa pacient najedol. Jednou z ďalších úloh sestry je dohliadnuť na dodržiavanie liečebných zásad, inak hrozí riziko hypoglykémie. Potraviny vhodné pre diabetikov sú označené značkou DIA. Hospitalizovanému pacientovi sa pravidelne sleduje glykémia v krvi, pravidelne sa kontroluje moč na glykozúriu a acetonúriu, oGTT. Hodnoty glykémie v krvi sa najčastejšie odoberajú z kapilár a merajú sa glukomerom. Moč sa vyšetruje pomocou diagnostických papierikov, no lekár môže odporučiť aj biochemické vyšetrenie.

EDUKÁCIA PACIENTA S OCHORENÍM DIABETES MELLITUS V ŠPECIALIZOVANEJ AMBULANCII

Moderná koncepcia ošetrovateľstva a jej zavedenie do praxe umožnila sestrám realizovať sa v role pedagóga. Najdôležitejšou úlohou sestry je pôsobiť v oblasti prevencie na primárnej, sekundárnej a terciárnej úrovni. Diabetik musí svoje ochorenie po celý život koordinovať a prevziať zodpovednosť za jeho vývoj, zvládať mimoriadne situácie, ktoré súvisia s ochorením DM. Táto skutočnosť vyžaduje, aby pacient poznal svoj zdravotný stav, aby bol informovaný o liečbe, a aby všetky vedomosti využíval v každodennom živote. Edukácia je jednou z hlavných funkcií ošetrovateľstva. Ide

o proces odovzdávania vedomostí a zručností sestry pacientovi. Úlohou edukácie je teda zabezpečiť súlad medzi nadobudnutými vedomosťami a zručnosťami. Konečným cieľom edukácie je dosiahnuť zmenu v správaní.

Sestra v špecializovanej ambulancii u nového pacienta s diagnózou diabetes mellitus pri prvej návšteve:

- odoberie anamnézu, na základe zistení vie stanoviť plán ošetrovateľských intervencií a edukačný plán,
- realizuje kompletné odbery,
- realizuje glykemický profil

Po absolvovaní odberov a odobratí anamnézy sestra začne so základnou edukáciou pacienta zameranou na:

- meranie glykémie pomocou glukomeru, správnosť postupu a záznam údajov,
- informácie o type inzulínu, spôsobe a mieste aplikácie inzulínu,
- vedenie self monitoringu diabetika, na základe ktorého lekár a sestra získajú dôležité informácie o správaní sa pacienta a dodržiavaní navrhnutej liečby, pacient naopak získa informácie o reakcii organizmu na stravu,
- záver edukácie je zameraný na zmenu stravovacieho režimu, zmenu či vylúčenie niektorých zložiek potravy nevhodných pre diabetika; lekár presne vypočíta sacharidové jednotky, ktoré môže pacient prijať v priebehu 24 hodín

Sebakontrola pacienta čiže self-monitoring je denným sprievodcom každého diabetika, ktorý sa lieči inzulínom. Ide o pravidelnú kontrolu a záznam hodnôt cukru v krvi. Sebakontrola diabetika môže byť doplnená o denné viacnásobné kontroly moču testovacími prúžkami.

Sestra počas každej kontroly presne a cielene kladenými otázkami dokáže zistiť disciplinovanosť pacienta a kontrolou záznamu hodnôt glykémií presne navrhnúť doplňujúcu edukáciu v prípade zistenia nedostatkov v oblasti stravovania. Každé stretnutie musí mať jasne vytýčený cieľ, pričom nesmieme zabúdať na dodržiavanie zásad individuálneho prístupu. V závere edukácie sestra zaznamenáva do dokumentácie, teda do záznamu o dosiahnutých vedomostiach a zručnostiach, realizáciu edukačných aktivít sestry a pacienta.

Diabetes mellitus je civilizačné ochorenie, ktoré sa prejavuje charakteristickým vznikom komplikácií. Kým v minulosti boli hrozbou akútne a rýchlo progredujúce

komplikácie, dnes vieme nastavením správnej liečby a účinnej edukácie úspešne takýmto komplikáciám predchádzať. V práci sestry má edukácia svoje opodstatnenie a jej význam sa odzrkadlí v dosiahnutí stabilizácie ochorenia.

LITERATÚRA

JIRKOVSKÁ, A. a kol. 2014. Jak si kontrolovat a zvádat diabetes. Praha: Mladá fronta, 2014.400 s. ISBN 978-80-204-3246-9.

KUDLOVÁ, P. 2015. Ošetřovateská péče v diabetológii. Praha: Grada Publishing, 2015. 208 s. ISBN 978-80-247-5367-6.

MAJERNÍKOVÁ, Ľ. – HUDÁKOVÁ, A. 2009. Potreba poznávania a učenia u pacienta s diabetes mellitus. In Medicína pro praxi.

RYBKA, J. a kol. 2006. Diabetologie pro sestry. Praha: Grada Publishing, 2006. 288 s. ISBN 80-247-1612-7.

ŠAFRANKOVÁ, A. – NEJEDLÁ, M. 2006. Interní ošetřovatelství I. Praha: Grada Publishing, 2006. 284 s. ISBN 978-80-247-1148-5.