**СЛАЙД № 1**

**Опыт. Организация и проведение школ здоровья для пациентов.**

**Плетнева Т.В.,**

**старшая медицинская сестра**

**учебно-методического кабинета**

**БУЗОО «ОДКБ»**

Добрый день, уважаемые коллеги!

В настоящее время необходимость совершенствования профилактической помощи населению, коррекции факторов риска, неблагоприятно влияющих на здоровье и связанных с образом жизни, не вызывает сомнений. Профилактическими могут быть не только медицинские вмешательства, но и образовательные технологии. Одной из перспективных интегрированных технологий профилактической и лечебной помощи является обучение в Школах здоровья для пациентов.

**СЛАЙД 2**

Школа здоровья- это новая информационно-мотивационная технология, призванная сформировать заинтересованность пациента в сохранении здоровья и повысить личную (со стороны пациента) и профессиональную (со стороны медицинских работников) ответственность за здоровье.

**СЛАЙД 3**

В связи с ухудшением состояния здоровья населения, необходимо отметить актуальность проблемы:

* неблагоприятные демографические показатели (высокий уровень смертности, низкий уровень рождаемости);
* высокие показатели смертности от болезней системы кровообращения, несчастных случаев, отравлений, травм и онкологических заболеваний;
* низкая продолжительность жизни (особенно у мужчин);
* широкое распространение алкоголизма, табакокурения, наркомании, туберкулеза, ВИЧ-инфекции, инфекций, передающихся половым путем;

**СЛАЙД 4**

* низкий уровень жизни;
* ухудшение качества жизни (нерациональное питание, чрезмерные стрессовые нагрузки);
* низкий уровень общей культуры, в том числе санитарно-гигиенической
* широкое распространение вредных привычек;
* отсутствие «моды» на здоровый образ жизни.

**СЛАЙД 5**

Здоровье человека на 50% определяется его образом жизни. Приоритетным направлением деятельности в охране здоровья является формирование у людей навыков здорового образа жизни, увеличение уровня санитарно-гигиенической культуры.

**СЛАЙД 6**

Цели Школ здоровья:

* повышение доступности и качества профилактической медицинской помощи населению;
* осуществление первичной и вторичной профилактики хронических заболеваний;
* достижение максимальной эффективности лечения и реабилитации пациентов;
* повышение качества жизни в болезни пациента и его семьи.

**СЛАЙД 7**

Задачи Школ здоровья:

* информировать население о причинах и механизмах развития заболеваний;
* формировать рациональное, активное отношение человека к здоровью и мотивацию к оздоровлению;
* повышать ответственность человека за сохранение здоровья;
* формировать умения и навыки по самоконтролю и самопомощи;
* формировать у населения навыки и умения по снижению неблагоприятного влияния на здоровье поведенческих, управляемых факторов риска;
* добиваться взаимопонимания и сотрудничества между врачом и пациентом, членами его семьи в вопросах профилактики заболеваний (комплаенс);
* ориентировать население на успех в укреплении здоровья через формирование здорового образа жизни.

**СЛАЙД 8**

Хочу представить основные принципы организации Школы здоровья, которые делятся на две основные группы: организационные и педагогические.

Организационные:

1. издание приказа руководителя медицинской организации (с утверждением ответственных лиц);
2. утверждение плана работы Школы здоровья;
3. обучение персонала основам сестринской педагогики и психологии;
4. выделение помещения, оборудования, технических средств;
5. организация и проведение занятия с группой пациентов (8-10 человек).

**СЛАЙД 9**

Педагогические:

* методическое обеспечение обучения для каждого конкретного занятия (план, цели, содержание);
* наличие методической продукции и демонстрационного материала (тематических проспектов, памяток, видеофильмов, слайдов, популярной литературы);
* использование интерактивной формы проведения занятия;
* учет психологических и индивидуальных особенностей пациента (пол, возраст, заболевание, состояние и др.);
* обучение пациентов совместно с членами их семьи;
* обратная связь со слушателями через анкетирование, книгу отзывов и предложений.

**СЛАЙД 10**

Критерии эффективности Школы здоровья (ближайшие):

* увеличение информированности населения о мерах профилактики заболеваний, по сохранению здоровья;
* повышение интереса населения к формированию мотивации здорового образа жизни;
* формирование необходимых навыков у конкретных пациентов для повышения качества жизни в болезни.

**СЛАЙД 11**

Критерии эффективности Школы Здоровья (отдалённые):

* уменьшение распространенности заболеваний и основных факторов риска;
* улучшение качества жизни (качества жизни в болезни);
* увеличение средней продолжительности жизни;
* уменьшение показателей первичной инвалидизации населения;
* уменьшение распространения вредных привычек;
* экономический эффект от снижения временной нетрудоспособности по заболеваниям и осложнениям заболеваний.

**СЛАЙД 12**

Омская областная детская клиническая больница – это крупнейшая медицинская организация области, где оказывается специализированная медицинская помощь детям. Более десяти тысяч ребятишек ежегодно принимает в своем стационаре детская областная больница. Кроме того, это организационно-методический и научно-педагогический центр для других детских медицинских организаций города и области.

**СЛАЙД 13**

Школа здоровья для пациентов с сахарным диабетом организована в 1998 году на базе кардио-эндокринологического отделения. За последние 3 года ее прошли 1 404 пациента.

**СЛАЙД 14**

Темы Школы здоровья для пациентов с сахарным диабетом:

1. Что такое диабет?
2. Методы самоконтроля.
3. Определение почечного порога.
4. Техника постановки инсулина. Хранение инсулина.
5. Расчет ХЕ (хлебной единицы питания).
6. Осложнения. Помощь.
7. Физическая нагрузка при сахарном диабете.
8. Проведение итогового занятия.

**СЛАЙД 15**

Школа кинезитерапии для пациентов с хроническими заболеваниями легких организована в 1995 году на базе педиатрического отделения. Около 2 000 детей прошли ее за последние 3 года.

**СЛАЙД 16**

Кинезитерапия – переводится как «лечение движением». Здесь обучают детей специальным упражнениям для мобилизации грудной клетки и лучшему отделению мокроты, что способствует развитию физической активности и выносливости детей.

**СЛАЙД 17**

Важнейшая задача в лечении пациентов – это создание психологического комфорта и уверенности в выздоровлении. В педиатрии медицинская сестра должна владеть не только техническими навыками (владение манипуляционной техникой, умение работать с оборудованием), но и специальными психологическими навыками общения с маленькими пациентами и их родителями.

1. Установление контакта с ребенком:

* Вербальный контакт: доброжелательный тон голоса; понятная, доступная для каждого возраста речь
* Невербальный: опрятный внешний вид; контакт глаз; улыбка; применение такестических приёмов (наклон корпуса в сторону ребенка, использование прикосновений).

**СЛАЙД 18**

2.Учет индивидуальных, возрастных особенностей пациента и его состояние в данный момент.

3. Разъяснение ребенку смысла и значения лечебных процедур при данном заболевании в зависимости от его индивидуальных возможностей (игровые приёмы, внушение, упор на самостоятельность).

4. Знакомство ребенка с другими детьми, присутствующими на занятии.

Главное - это любовь к детям!

**СЛАЙД 19**

Школа для матерей по уходу за новорожденными и недоношенными детьми организована в 2010 году на базе отделения для новорожденных недоношенных детей. За этот период ее посетили 1 808 матерей.

**СЛАЙД 20**

Темы Школы здоровья для матерей по уходу за новорожденными:

* Преимущества грудного вскармливания.
* Способы пеленания ребенка.
* Правила купания малыша.
* Ежедневный туалет новорожденного.
* Положения при кормлении грудью.
* Как правильно держать малыша.
* Здоровье мамы в послеродовом периоде.
* Послеродовая депрессия.

При выписке каждая мама получает памятку с рекомендациями по уходу за новорожденным ребенком в домашних условиях

**СЛАЙД 21**

На итоговом занятии матери проходят анонимное анкетирование Анкета для матерей по уходу за детьми содержит всего 5 вопросов:

1. Получили ли Вы полезную информацию на Школе здоровья?
2. В доступной форме и в достаточном объеме были изложены темы на Школе здоровья?
3. Пригодятся ли Вам полученные знания и навыки в организации ухода за новорожденным ребенком в домашних условиях?
4. Дайте, пожалуйста, оценку работы медицинских сестер, проводивших у Вас занятия в Школе здоровья, по 5-бальной системе
5. Ваши предложения по улучшению работы Школы здоровья.

**СЛАЙД 22**

Анализ анкетирования матерей по уходу за детьми показал следующее. Было опрошено 245 матерей по уходу. На вопросы о доступности, достаточном объеме, пользе полученной информации на Школе здоровья 97% ответили положительно.

**СЛАЙД 23**

Проведя анализ деятельности Школ здоровья для пациентов больницы, можно сделать следующие выводы:

* Сократилось число обращений по случаям неотложных состояний (особенно с Ds: Сахарный диабет) на 28%.
* Улучшилось качество жизни пациентов-слушателей Школы здоровья по кинезитерапии (анкетирование при повторной госпитализации).
* Получены положительные отзывы от 95% респондентов анонимного анкетирования о практической пользе полученных знаний на Школе Здоровья

**СЛАЙД 24**

И в заключение я хотела осветить перспективы развития Школ Здоровья в нашей больнице:

1. Привлечение психолога на занятия Школ здоровья.
2. Открытие Школы здоровья по муковисцидозу на базе педиатрического отделения.
3. Увеличение количества занятий в Школе матерей.
4. Освоение новых форм проведения занятий.

Таким образом, активное развитие Школ здоровья формирует у населения мотивацию к сохранению своего здоровья и повышает их ответственность за свое здоровье, обеспечивает повышение точности выполнения назначений врача. При достижении этих целей Школы обеспечивают высокое качество профилактической помощи населению, что способствует реализации профилактической направленности службы здравоохранения и является основополагающим принципом ее реформирования.

**СЛАЙД 25**

Благодарю за внимание!