

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ ПАЦИЕНТОВ
С АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИЕЙ
СПЕЦИАЛИСТОМ С ВЫСШИМ СЕСТРИНСКИМ ОБРАЗОВАНИЕМ
В ГОСПИТАЛЕ МСЧ ГУВД ГОРОДА НИЖНЕГО ТАГИЛА**

Артериальная гипертензия (АГ) – основная причина смертности и вторая, по количеству лет жизни с утратой трудоспособности, причина заболеваемости населения Российской Федерации [1]. Одним из факторов риска развития АГ является психосоциальный стресс, с которым в современной России сопряжены практически все разновидности трудовой деятельности. При этом в зоне наибольшего риска оказываются представители так называемых опасных профессий, в том числе сотрудники органов внутренних дел (ОВД). Вот почему в настоящее время активно обсуждаются вопросы ранней диагностики и коррекции стресс-индуцированных состояний, которые включают артериальную гипертензию, ишемическую болезнь сердца, пограничные нервно-психические расстройства и др. заболевания у сотрудников ОВД [2].

Одной из причин низкой результативности контроля АГ является отсутствие у пациентов мотивации к постоянной терапии, что связано с недостаточностью их знаний о своем заболевании, отсутствием навыков самоконтроля. В решении данной проблемы может помочь терапевтическое обучение пациентов (ТОП), которое представляет собой организованную работу медицинского персонала по изменению поведения пациента с хроническим заболеванием, направленному на его адаптацию к жизни с болезнью и улучшению медицинского прогноза лечения заболевания. Основной целью терапевтического обучения является продление жизни пациента и улучшение ее качества [5].

Ключевой фигурой в реализации Программ терапевтического обучения должна стать медицинская сестра с высшим уровнем образования [3; 4]. Высшее сестринское образование дает не только теоретические знания по целому блоку психолого-педагогических дисциплин, но и предусматривает развитие практических умений и навыков в ходе педагогической и преддипломной практик.

Целью исследования явилась оценка эффективности программы терапевтического обучения пациентов с артериальной гипертензией

специалистом с высшим сестринским образованием в Госпитале МСЧ ГУВД г. Нижнего Тагила.

Исследование клинической эффективности терапевтического обучения пациентов с АГ было проведено в Госпитале Медсанчасти ГУВД г. Нижнего Тагила. Ввиду того, что в данном медучреждении отсутствует «школа» для больных с АГ, для проведения исследования нами была разработана программа обучения, составленная на базе программ действующих типовых «школ» для больных гипертонической болезнью [3].

За период с октября 2010 г. по апрель 2011 г. терапевтическое обучение прошли 18 пациентов (9 женщин и 9 мужчин) с АГ I-III стадии в возрасте от 28 до 65 лет. Основная часть (16 чел.) пациентов – люди трудоспособного возраста. Весь цикл терапевтического обучения пациентов с АГ был рассчитан на 6 занятий в форме интерактивных семинаров в виде свободного диалога с пациентами специалиста с высшим сестринским образованием. Для иллюстрации и пояснения материала применялись визуальные средства (плакаты, брошюры и листовки), содержащие полезные советы по модификации образа жизни. Все пациенты были обеспечены дневником самоконтроля артериального давления (АД), ведение которого является неотъемлемой частью терапевтического обучения.

Этапы и методы проведенного исследования: анонимное анкетирование и устный опрос пациентов для определения факторов риска и исходных знаний больных об АГ; проведение занятий с пациентами в рамках разработанной программы обучения; анкетирование после цикла занятий для повторного определения знаний больных об АГ и оценки пациентами качества ТОП; анонимное анкетирование через 6 мес. после окончания ТОП для выявления комплаенса, повторного определения факторов риска и «выживаемости» знаний об АГ.

По статистическим данным в Госпитале МСЧ ГУВД г. Нижнего Тагила ежегодно наблюдается значительный рост числа больных с гипертонической болезнью (ГБ). Так, в 2010 г. было зарегистрировано на 83% больных с ГБ больше, чем в 2008г., в том числе на 17% увеличилось число больных с впервые установленным диагнозом.

Исходный уровень знаний больных об артериальной гипертензии в целом оказался невысоким, особенно по вопросам ее терапии. Только 6 чел. (33%) были убеждены в необходимости постоянного ле-

чения и 7 чел. (39%) считали необходимым ежедневный контроль АД. Здоровый образ жизни ведут лишь 8 пациентов, вредные привычки имеют 6 больных, четверо из которых не желают от них отказываться. Правильно указали верхний предел нормального АД 11 больных (61%). Только 2 чел. (11%) знали уровень холестерина крови, 8 чел. (44%) знали свою массу тела (притом, что 10 исследуемых больных страдали ожирением).

На момент окончания занятий все пациенты, принявшие участие в исследовании, знали уровень сахара, холестерина крови и массу тела. Уровень знаний пациентов об АГ после терапевтического обучения значительно вырос по сравнению с исходным.

Для оценки качества проведенного терапевтического обучения были обработаны анкеты, заполненные сразу после окончания ТОП. В целом оценка всех респондентов была позитивной: 83% больных (15 чел.) оценили качество ТОП как отличное, а 17% – как хорошее. Все опрошенные признали целесообразным проведение терапевтического обучения пациентов с АГ и собирались дать совет пройти ТОП родным и близким, а 22% больных (4 чел.) хотели бы пройти повторный курс обучения спустя некоторое время после окончания занятий.

Опрос продемонстрировал, что 95% пациентов (17 чел.) были удовлетворены обучением, и их ожидания оказались оправданными; 78% больных (14 чел.) начали и готовы продолжать вести дневник самоконтроля АД; 67% больных (12 чел.) готовы дозированно увеличить физическую нагрузку под контролем АД, а 60% (11 чел.) контролировать и снизить калорийность пищи, употреблять больше овощей и фруктов. При этом 60% больных (11 чел.) выделили раздел о лекарственной терапии как наиболее важный и выказывали желание расширить предлагаемый объем этой информации.

По окончании обучения больным было рекомендовано соблюдать медицинские рекомендации по модификации образа жизни на протяжении полугода. Через 6 месяцев после окончания ТОП исследуемые пациенты были повторно приглашены на анонимное анкетирование и продемонстрировали сохранение высокого уровня знаний об АГ. Лучше всего была усвоена информация по модификации образа жизни. Значительно менее утешительными были результаты обучения по разделу лекарственной терапии, что объясняется относительной сложностью материала, и по количественным данным.

Через полгода после окончания терапевтического обучения у исследуемых пациентов с АГ наблюдается значительное снижение факторов риска. Так, двое из курящих пациентов отказались от этой привычки; 4 больных отмечали уменьшение употребления алкоголя. Еще более обнадеживающими были результаты по изменению характера питания: 7 чел. (39%) стали меньше употреблять в пищу поваренной соли, жиров животного происхождения; 60% больных с избыточной массой тела предпринимали попытки по ограничению суточного потребления калорий, двое из пациентов с ожирением 1-й степени привели свой вес в норму. Двое из опрошенных отметили снижение частоты психоэмоциональных стрессов. Но наиболее ярким результатом обучения стало снижение систолического и диастолического артериального давления на фоне динамики поведенческих факторов риска у 83% пациентов (15 чел.).

В дальнейшем мы проанализировали, каким образом повышение информированности пациентов повлияло на качество контроля над заболеванием. За критерии качества лечения нами были выбраны следующие параметры: регулярность терапии и регулярность самоконтроля АД через полгода после окончания занятий. Терапевтическое обучение исследуемой группы позволило значительно увеличить (на 22,3% по сравнению с исходным уровнем) долю пациентов, находящихся на регулярной антигипертензивной терапии, и на 27,8% по сравнению с исходным уровнем - долю пациентов, измеряющих АД регулярно, что способствует снижению общего риска сердечнососудистых осложнений. При этом практические навыки по измерению АД после 6 мес. даже существенно совершенствовались у тех больных, кто делал это регулярно.

Подводя итоги проведенного исследования, необходимо отметить, что проведенное терапевтическое обучение пациентов с АГ позволило добиться хороших результатов, основными из которых являются: в процессе обучения средний уровень знаний пациентов об АГ поднялся с условно низкого до высокого; наблюдалось значительное снижение факторов риска у исследуемой группы; на 28% по сравнению с исходным уровнем увеличилась доля пациентов, измеряющих АД регулярно; на 22% по сравнению с исходным уровнем увеличилась доля пациентов, регулярно принимающих антигипертензивную терапию; наиболее ярким результатом обучения стало снижение сис-

толического и диастолического артериального давления на фоне динамики поведенческих факторов риска у 83% пациентов (15 чел.).

Таким образом, терапевтическое обучение пациентов с артериальной гипертензией, проводимое специалистом с высшим сестринским образованием, эффективно и позволяет достичь следующего: 1. Дать пациентам соответствующие знания об артериальной гипертензии; 2. Обучить пациентов навыкам самоконтроля АД и здорового образа жизни; 3. Повысить приверженность пациентов к лечению.

Библиографический список

1. Концепция развития системы здравоохранения в Российской Федерации до 2020 г. [Электронный ресурс]. <http://www.zdravo2020.ru>

2. *Куртарева Ю.В.* Школа здоровья: роль сестринского персонала в проведении группового консультирования // Главная медицинская сестра, 2010. № 9.

3. *Латик С.В., Сагадеева Е.М., Филиппова Е.Г.* Сестринская программа профилактики артериальной гипертензии: Учеб.-метод. пособие. М., 2008.

4. Особенности профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел и основные сердечнососудистые заболевания [Электронный ресурс] / А.Г.Шогенов, А.А.Эльгаров. http://www.mediasphera.ru/uppic/Profilac%20Medicine/2010/2/2/PROF_2010_02_09.pdf.

5. *Петров А.В., Поздеева Т.В.* Организация терапевтического обучения пациентов: Учеб. пособие. Н. Новгород, 2008.

Т.А.Найданова, Е.А.Свеженцева

ВЫРАЖЕННОСТЬ ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ СОСТАВЛЯЮЩЕЙ СИНДРОМА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ У ВРАЧЕЙ И МЕДИЦИНСКИХ СЕСТЕР СТАЦИОНАРА

Специалисты социально ориентированных, «помогающих» профессий (медицинские работники, психологи, педагоги, руководители разных рангов, работники сфер обслуживания, юристы, военные и др.) часто становятся объектами современных психологических исследований, результаты которых доказывают подверженность этих сотрудников различным профессиональным изменениям (Б.Д. Нови-