



# Egészségvédelem, egészségfejlesztés

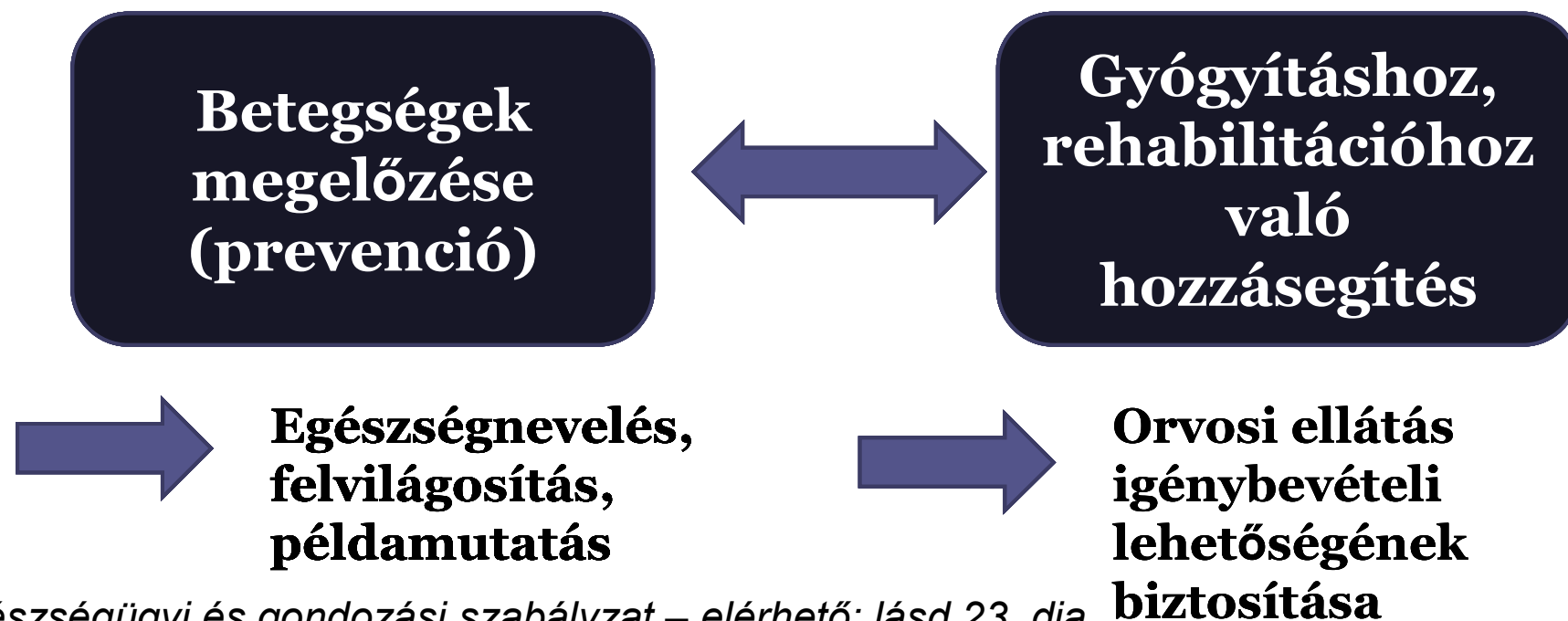
**Továbbképzéshez,  
oktatóanyag segítőik részére  
2020.**

# Leggyakoribb krónikus betegségek

- Pajzsmirigy-működési zavarok
- Epilepszia
- Magas vérnyomás betegség
- Keringési rendszer betegségei (pl. vénák, artériák vagy nyirokerek elégtelen működése → ödéma)
- Gyomor- és bélrendszeri panaszok
- Cukorbetegség
- Mozgásszervi betegségek
- Bőrkiütések, gombásodás → körömgomba
- Időskori szellemi hanyatlás
- Szem- és látási problémák
- Fül- és hallási problémák
- **Túlsúlyosság, obesitas !**
- **Fogszuvasodás, foghiány**



Az átmeneti és a TÁMLAK otthonokban élő fogyatékos személyek egészségvédelme és egészség-fejlesztése mind az önálló lakhatást támogató szakemberek, de valamennyi segítő munkatárs kötelező feladata !



*Egészségügyi és gondozási szabályzat – elérhető: lásd 23. dia*

# Prevenációs szemlélet prioritása

- A betegségeket elsősorban meg kell előzni !
- Az egészségmegőrzésnek és az egészség fejlesztésnek a mindennapok részévé kell válnia!
- Folyamatos képzésekkel, egészségneveléssel, információ átadással tudatosan törekedni kell az egészséges életmód megismertetésére és mindennapi alkalmazására

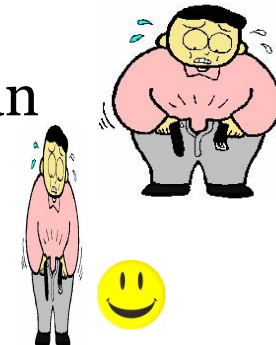


**PÉLDAMUTATÁS!**

# Segítők prevenciós feladatai



- 1. Egészségfejlesztési terv** készítése személyre szólóan
  - testsúly csökkentése, egészséges táplálkozás,
  - dohányzásról való leszoktatás,
  - fizikai aktivitás növelése,
  - szabadidő hasznosabb eltöltésével kapcsolatos programok szervezése és az azon való részvételre való ösztönzés



## 2. Folyamatos felvilágosítás, figyelemfelhívás



**nyáron:** napozás veszélyeire, kullancsveszélyre, folyadékpótlás fontosságára, ételfertőzések elkerülésére  
**télen:** fagyási sérülések elleni védelemre, praktikus öltözködésre, immunrendszer erősítésére, vitaminokra,  
**általában:** személyi higiénia fontosságára, rendszeres és szabályos kézmosásra, vizelet/széklet megfigyelésére, bőrelváltozások (pl. gombásodás) jelzésére, diéta betartására, egymásra való odafigyelésre stb.

# Prevenációs jellegű szűrővizsgálatok

## Alapszűrések:

rendszeres vérnyomás, testsúly mérés és vércukorszint ellenőrzés – **oktatás** önállóságra képességek szerint



## Szakorvos által végzett szűrővizsgálatok:

sportorvosi vizsgálat, laboratóriumi szűrés, tüdőgondozói, nőgyógyászati, urológiai szűrések, fog-szájüregi vizsgálatok, endoszkópos vizsgálatok – ambulanciákon, szakrendeléseken - **szervezés**

## Kampányszűrések:

- ortopédiai szakorvosi vizsgálat és gyógycipő rendelés
- látásvizsgálat, szemorvosi műszeres szűrővizsgálat
- műszeres hallás vizsgálat
- csontsűrűség mérés - **szervezés**





**A DAGANATOS BETEGSÉGEK KORAI FELISMERÉSÉRE ALKALMAZOTT ELJÁRÁSOK**  
(átlagos kockázati csoportba tartozó, tünetmentes páciensek számára)

Daganat helye	Nem	Életkor	Módszer	Szűrés gyakorisága
Emlő	Nő	20 éves kortól	Emlők orvosi vizsgálata Mammográfia	Emlők orvosi vizsgálata: 20-39 év: 3 évente 40 év felett: évente Mammográfia: 30-45 éves korig: 3 évente (szakmai ajánlás) 45-65 év között: 2 évente, behívás alapján, de 50 év felett évente ajánlatos (szakmai ajánlás)
Prosztata	Férfi	50 éves kortól	Végbélen át történő vizsgálat UH (ultrahang)	Évente
Méhnyak	Nő	18 éves kortól, illetve a nemi élet megkezdésének időpontjától	Sejtvizsgálat (citológiai vizsgálat)	Évente
Vastag- és végbél	Nő/Férfi	50 éves kortól; egyénileg 40 év felett ajánlott	Székletteszt Endoszkópos vizsgálat	Évente székletteszt, néhány évente endoszkópos vizsgálat
Szájüreg	Nő/Férfi	45 éves kortól; egyénileg bár korábban is ajánlott	Szájüregi orvosi ellenőrzés	Évente, illetve fogászati beavatkozások alkalmával
Bőr	Nő/Férfi	20 éves kortól; egyénileg korábban is ajánlott	Bőr orvosi ellenőrzése (nagy számú anyajegy esetén)	Évente, illetve nagyszámú anyajegy esetén félévente
Here	Férfi	20 éves kortól; egyénileg korábban is ajánlott	Önvizsgálat	Önvizsgálat havonta

**Tüdőrákszűrés !!!! (nem sorolják a korai felismerésre alkalmazott eljárások közé, de jelentősége rendkívül nagy így is!)**

Nagyon fontos a célzott személyek tüdőszűrésen való rendszeres megjelenése! A mellkasröntgen-felvételekkel felfedezett tüdőrákos betegek körében a betegség stádiummegoszlása kedvezőbb, és a sikeresen operáltak aránya duplája a panasszal felfedezettekhez képest. A tüdőgyógyász szakmai kollégium állásfoglalása szerint tehát a 40 év feletti dohányosok évenkénti emyőfénykép-szűrése indokolt.



# Prevenációs szolgáltatások

Könnyen érthető tájékoztató anyagok  
és életmód tréningek


- Egészséges életmódról, egészséges táplálkozásról
- A fogászati ellátás fontosságáról (altatásos fogászat)
- Gyógynövények gyógyító erejéről
- Állatasszisztált terápia hasznosságáról (kutya, teknős)
- Dohányzás ártalmairól
- Testmozgás fontosságáról, a fizikai aktivitásról
- Önállósodásról a gyógyszereszedésben
- Nyári vírusfertőzésekéről, hasmenéses járványok megelőzéséről



# Elsősegélynyújtó és reanimációs tanfolyam

Hasznos és szükséges, hogy az otthonokban élő fogyatékos emberek is tisztában legyenek az újraélesztés, és az elsősegélynyújtás alapjaival





# Kurativ medicina

## igénybevételéhez szükséges segítség/támogatás biztosítása

1. A már kialakult betegségek gyógyításához a lehető legoptimálisabb feltételeket kell biztosítani;
2. A segítők munkaköri kötelezettségei közé tartozik: az orvosi ellátás igénybevételéhez szükséges szervezés és intézkedés, valamint a fogyatékos ügyfelek kórházi tartózkodásával összefüggő egyéb, más feladatok ellátása is.

# Orvosi vizsgálatok tervezésének és igénybevételének dokumentációja

A segítő regisztrálja, rendszerezi, gyűjti és tárolja az orvosi dokumentációkat.

1. elektronikusan
2. papíralapon, dossziében lefűzve



Állandó és megújuló nyilvántartás az orvosi vizsgálatok tervezett és megvalósult időpontjáról, eredményéről és a további teendőkről.

# Alapellátásban



- Akut megbetegedés, hőemelkedés, láz, felső légúti, vagy enterális tünet, rosszullét esetén a háziorvosi szolgálatot kell felkeresni;
- A segítő érthetően elmagyarázza a betegnek a betegségét;
- A segítő kíséri el a beteget a háziorvoshoz, vagy ha szükséges az orvosi ügyeletre;
- Gondoskodik arról, hogy a TAJ, lakcím kártya, személyi igazolvány, korábbi orvosi leletek a betegnél legyenek;
- A fogyatékos embert fel kell készíteni az orvos-beteg találkozásra; (megfelelő öltözék, megfelelő megjelenés)
- A munkavállaló ügyfelet el kell tudni irányítani a foglalkozás egészségügyi szakorvoshoz;
- A segítő feladata a közgyógyellátási igazolványok lejáratának nyilvántartása és az igazolványok megújítása;

# Járó beteg szakellátásban

- A segítő szervezi a szakrendelések igénybevételének lehetőségét;
- Gondoskodik arról, hogy a beteg háziorvosi beutalóhoz jusson, amelynek birtokában, felkeresheti az adott szakorvost;
- Ha az ügyfél önállóan erre nem képes el kell őt kísérni, illetve meg kell oldani szállítójárművel a szakrendelőbe jutást;
- Gondoskodni kell arról, hogy a beteg valamennyi korábbi orvosi leletét, ambuláns lapját vigye magával a szakorvosi vizsgálatokra;
- A fogyatékos személyt képességeiknek megfelelően fel kell készíteni az orvos-beteg találkozásra.



# Fekvőbeteg gyógyintézetben 1.

Indokolt esetben a segítő intézkedik a beteg kórházba szállításáról, az intézményvezető utasítására, vagy hozzájárulásával

- heveny vagy fokozódó fulladás,
- baleset, nagyobb sérülés,
- nagy mennyiségű vérzés, vérvesztés
- tudatzavar, ha zavarttá válik, és nem lehet vele kommunikálni,
- heveny fej-, mellkasi és hasi fájdalom,
- mérgezés,
- ha a beteg eszméletvesztés után nem tér magához,
- ha csillapíthatatlan fájdalma van, vagy más riasztó panasz, illetve tünet észlelhető (pl.
- fulladásérzés, nehézlégzés, végtagbénulás),
- ha ön- illetve közveszélyes,





# Fekvőbeteg gyógyintézetben 2

- Orvosi beutalóval, terápiás javaslattal és műtét esetén együttműködik a beteg kórházi felvétele érdekében;
- Gondoskodik arról, hogy a beteg valamennyi korábbi orvosi leletét vigye magával a kórházba;
- Kórházi tartózkodás idején a beteget folyamatosan látogatja, segít a kórházi ápolásban;
- A segítő tárgyalhat szakorvossal, ápolókkal a beteg állapotáról;
- Kórházból való elbocsátáskor gondoskodik a hazaszállításról;
- Átveszi a kórházi zárójelentést és gondoskodik az abban foglaltak betartásáról;
- A zárójelentés alapján tájékoztatja az ügyfelet az állapotáról;
- A kórházból való hazatérés után megtanítja az orvosi utasítások betartását, valamint számon tartja a kontrollra való visszarendelés időpontját;



# Orvosi vizsgálatok során alkalmazott diagnosztikus eljárások, terápiás javaslatok, gyógyszerrendelés

- A fogyatékos embernek is van döntési joga, (amely minden felnőtt korú személyt megillet) abban, hogy elfogadja vagy elutasítja az orvos által javasoltakat.
- Ha önállóan nem képes ezt a jogát gyakorolni, akkor a gondnoka, vagy a szülő véleményét, hozzájárulását kell kérni a diagnosztikus vagy terápiás orvosi javaslatok elfogadása előtt !
- Bizonytalan esetben más orvosokkal is lehet konzultálni.

# Fertőző betegségek megelőzése

- Influenza szezon idején meg kell szervezni az influenza elleni védőoltást; (beleegyező,nyilatkozat)
- Gyakori hasmenéssel, hányással járó megbetegedéseket jelezni kell a háziorvos és az otthon vezetője felé;
- Gondoskodni kell a fertőzések továbbterjedésének megakadályozásáról;
- Felső légúti tünetek és influenza esetén intézkedni kell, hogy a beteg a lehető legkevésbé jelentsen veszélyt az otthon többi lakójára;
- Gondoskodni kell a fokozott fertőtlenítésről;
- A beteg ne érintkezzen a társaival, ne vegyen részt a közös foglalkozásokon, étkezéseken;
- Fertőzőképessége idején ha lehet, kerüljön külön szobába, használati tárgyai legyenek fertőtlenítve;



## Életmód tanács

A fogyatékos személyek meglévő képességeinek önállóságának tiszteletben tartása és további fejlesztése mellett, oda kell figyelni a **tisztálkodásukra, öltözködésükre, inger gazdag és esztétikus környezetük kialakítására, fizikai erőnlétük fenntartására és fokozására.**

Kiemelt hangsúlyt kell fektetni a **mozgásra, a fizikai aktivitás növelésére, a sportokra, és még a versenysportokra** is több okból:

- 1.kóros elhízások és az izomgyengeség elkerülése érdekében,
- 2.a deformitások korrigálása végett,
- 3.a kihívások, az öröm, a küzdelem, a verseny és a verseny során elért eredmények, pl. a győzelem megélésének büszkeségérzete miatt,
- 4.és végül azért, hogy a napi mozgás igényszintté alakuljon, és nélkülözhetetlenné váljon a mindennapok során

## ÖSSZEFOGLALVA

Minden egyes ügyfelünk egészségéért,  
testi épségéért felelősek vagyunk  
Önállóságuk tiszteletben tartása,  
segítése mellett, eü-i állapotuk állandó  
odafigyelést igényel

Gyakran meg kell küzdeni az  
eü-i szolgáltatások nehézségeivel  
A problémákat soha ne titkoljuk el, ha  
szükséges forduljunk szakemberhez !