

Методологические аспекты организации модели проведения школ здоровья

**М. Ичева – заведующая редакционно-издательским
отделом ОГКУЗ особого типа «Областной центр
медицинской профилактики»**

**Школа здоровья (пациента) –
организационная форма
профилактического группового
консультирования
(гигиенического обучения и
воспитания)**

Укрепление здоровья и профилактики заболеваний. Основные термины и понятия//под ред. Вялкова А.И., Оганова Р.Г. – ГЕОТАР-Медиа, 2000. – 21с.

**Школа здоровья включена в
отраслевой классификатор
*«Сложные и комплексные
медицинские услуги»***

**(приказ Министерства
здравоохранения РФ
от 16.07.2001г. № 268**

**«Система стандартизации в
здравоохранении Российской
Федерации»)**

Основная идея обучения – обучить не болезни, а тому, как сохранить здоровье, как уменьшить ее проявления, снизить риск развития осложнений, обучить практическим навыкам по самоконтролю за состоянием здоровья, по оказанию доврачебной самопомощи при обострении заболевания.

Цели школы здоровья



Повышение информированности пациентов о заболевании и факторах риска развития заболеваний и осложнений



Повышение ответственности пациента за сохранение здоровья



Формирование рационального и активного отношения пациента к здоровью, мотивации к оздоровлению, приверженности к лечению



Формирование умений и навыков по самоконтролю и самопомощи в неотложных ситуациях

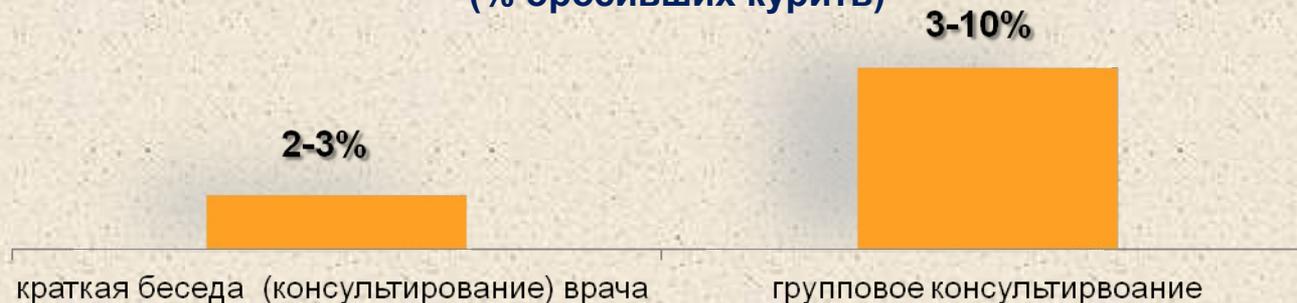


Формирование у пациентов навыков и умений по снижению неблагоприятного влияния на здоровье поведенческих, управляемых факторов риска.

Преимущество группового профилактического консультирования

- 0 Усиливается действенность обучения – создается атмосфера коллектива, нивелируется чувство одиночества, улучшается эмоциональный контакт.
- 0 При групповом обсуждении создаются условия для более эффективного применения основных принципов и приемов обучения взрослого населения с учетом психологии изменения поведения и поведенческих привычек
- 0 Эффективность повышается за счет обмена опытом между пациентами, примеров из их жизни и пр.

**Эффективность вмешательства по отказу от курения
(% бросивших курить)**



Основные принципы проведения школ здоровья

Формирование «тематической» целевой группы пациентов с относительно сходными характеристиками

Для избранной целевой группы проводится цикл занятий по заранее составленному плану и по согласованному графику; одно из основных требований – посещение всего цикла занятий

Численность целевой группы пациентов должна быть не более 10-12 человек

Организация группового консультирования должна проводиться в специально оборудованном помещении

Структура занятия



Факторы, влияющие на результативность и эффективность профилактической помощи в школах здоровья

Положительное влияние (содействие)	Отрицательное влияние (препятствие)
Факторы отношений (медицинский работник – пациент)	
Взаимопонимание, сопереживание (эмпатия)	Равнодушие
Понимание потребности пациента	Уверенность медработников в том, что они «знают», в чем нуждается пациент
Опыт работы	Небольшой опыт работы (временное препятствие)
Уверенность в знаниях и умение объяснять	Неспособность объяснять и убеждать
Факторы профессиональной компетенции медицинского работника	
Знание основ профилактического консультирования	Пренебрежение профилактической помощью (предпочтение диагностике и только медикаментозному лечению)
Знание основ поведенческой медицины	Преобладание синдромального подхода
Разумная интеграция лечения и профилактики	Противопоставление лечения и профилактики
Факторы организации и качества профилактической помощи	
Ненавязчивая форма консультирования и повторение советов при очередных посещениях, обсуждение с пациентами его проблем	Директивная форма рекомендаций и назначений
Простота и доступность (по времени, цене и пр.) профилактических мер и рекомендаций	Сложные схемы и многоступенчатые советы
Наличие письменных инструкций и советов (раздаточный материал)	Устные советы и рекомендации
Наличие красочных печатных материалов, наглядной документации	Плохое полиграфическое качество материалов

Перечень отчетно-учетной документации

1. Журнал регистрации пациентов, обучающихся в Школе здоровья

№	Ф.И.О. пациента	Возраст	Контактный телефон	Дата занятий					
1	2	3	4	Отметка о присутствии					

2. Медицинская карта амбулаторного больного

Оценка эффективности работы Школы здоровья

1

Оценка объема и полноты:

- количество пациентов, обученных в Школе;
- % обученных пациентов от общего количества пациентов, состоящих на учете (для пациентов, имеющих прикрепленное население)

2

Оценка организации и качества обучения

проводится на основании опроса пациентов на последнем занятии.

3

Оценка уровня знаний.

Оценка уровня приобретенных за время обучения знаний у пациентов проводится методом тестирования.

ВОПРОСНИК

по оценке обучения в Школе здоровья

Дата «__» _____ 20 г.

Уважаемый(ая) слушатель Школы, просим Вас заполнить эту анкету, Ваши ответы помогут определить, насколько полезным и интересным было для Вас посещение Школы, а Ваши советы и пожелания помогут нам улучшить качество дальнейшего обучения.

В соответствии с Вашим личным мнением дайте оценку по пятибалльной системе: от 1 (низшая оценка) до 5 (высшая оценка)

№	Утверждение	Баллы (оценки)
1.	Организация обучения в Школе в целом	
2.	Численность группы	
3.	Время проведения занятия	
4.	Продолжительность занятий	
5.	Частота занятий	
6.	Было много новой информации	
7.	Обучение в Школе было для Вас полезным	
8.	Вы удовлетворены обучением в целом	
9.	Заниматься было интересно	12
10.	Советы, полученные в Школе, выполнимы для Вас	
11.	Ваши пожелания по обучению в Школе	

ВОПРОСНИК

по оценке знаний слушателей

Школы здоровья по артериальной гипертонии

№	Утверждение	Ответ		
		Да	Нет	Не знаю
1	Повышенным считается уровень АД 140/90 мм.рт.ст. и выше			
2	АД нужно измерять только при ухудшенном самочувствии			
3.	При гипертоническом кризе необходимо принять таблетку и вызвать врача			
4	Если гипертония хорошо переносится, то она не требует лечения			
5	Избыточная масса тела не влияет на уровень АД			
6	Повышению АД способствует курение			
7	Низкая физическая активность способствует понижению АД			
8	Наследственность повышает риск повышения АД			
9	Ежедневное употребление небольших доз алкоголя полезно для здоровья			
10	При гипертонии необходимо ограничить потребление соли до 3-5 г. в сутки (1 чайная ложка без верха)			
11	Для улучшения здоровья необходимо ходить пешком в умеренном (с ускорением) не менее 30 минут в день			
12	Для снижения риска осложнений гипертонии достаточно контролировать только уровень АД			

*Утверждения 1, 3, 6, 7, 8, 10, 11 – правильные,
2, 4, 5, 9, 12 – неправильные*

ВОПРОСНИК

по оценке знаний слушателей

Школы здоровья по сахарному диабету II типа

№	Утверждение	Ответ		
		Да	Нет	Не знаю
1	Повышенным считается уровень сахара выше 5,5 ммоль/л.			
2	Повышение сахара крови всегда сопровождается ухудшением самочувствия			
3.	При резком снижении сахара крови лучше всего принять стакан сладкого напитка			
4	Если организму не хватает инсулина, то уровень сахара крови понижается			
5	Самоконтроль уровня сахара желательно проводить перед едой и через 1-2 часа после еды			
6	Лишний вес способствует повышению сахара крови			
7	Физические нагрузки способствуют снижению сахара крови			
8	Ежедневное употребление небольших доз алкоголя полезно для здоровья, особенно при сахарном диабете, так как способствует снижению сахара крови			
9	При сахарном диабете пища должна содержать большой объем клетчатки (растительных волокон в основном в виде овощей)			
10	Для улучшения здоровья при сахарном диабете необходимо ходить пешком в умеренном темпе не менее 30 минут в день			
11	Нормальные показатели сахара крови можно поддерживать только с помощью сахароснижающих таблеток			
12	Для снижения риска осложнений сахарного диабета достаточно контролировать только уровень сахара крови			

*Утверждения 1, 3, 5, 6, 7, 9, 10 – правильные
2, 4, 8, 11, 12 – неправильные*

Рекомендуемая литература

- 0 Школа здоровья: артериальная гипертония. Руководство для врачей/под ред. Р.Г.Оганова.-М.:-Гэотар-Медия,2008. – 192с.
- 0 Школа здоровья: факторы риска сердечно-сосудистых заболеваний. Руководство для врачей/под ред.Р.Г.Оганова.- М.:-Гэотар-Медиа, 2009. – 160с.
- 0 Школа здоровья: избыточная масса тела и ожирение. Руководство для врачей/под ред. Р.Г.Оганова. – М.:-Гэотар-Медия, 010.-112с.
- 0 Профилактическое консультирование пациентов с избыточной массой тела и ожирением.// Пособие для врачей. ISBN 978-5-98586-017-7, М.- 2010. – 118с.
- 0 Оказание медицинской помощи по снижению избыточной массы тела.// Методические рекомендации. ФГБУ «ГНИЦ профилактической медицины Минздрава России» М. – 2012. – 53с.
- 0 Оказание медицинской помощи по снижению, профилактике и отказу от курения.// Методические рекомендации. ФГБУ «ГНИЦ профилактической медицины Минздрава России» М. – 2012. – 42с.
- 0 Физическая активность. Методические рекомендации. ФГБУ «ГНИЦ профилактической медицины Минздрава России» М. – 2012. – 33с.
- 0 Плавинский С.Л., Кузнецова О.Ю., Баринова А.Н. и соавт. Скрининг и краткосрочное вмешательство, направленные на снижение опасного и вредного потребления алкоголя//С.Пб. Ин-т общественного здоровья. – 2001. – 154с.

ОГКУЗ особого типа «Областной центр медицинской профилактики»
308034, г. Белгород, ул. Губкина, 15 в
Полная информация и схема проезда

+7(4722) 52-90-13

ГЛАВНАЯ О ЦЕНТРЕ МЕДИЦИНСКИМ РАБОТНИКАМ УСЛУГИ ДЛЯ ПАЦИЕНТА КОНТАКТЫ КАРТА САЙТА

Главная Страница Приказы
Методические рекомендации
Рекомендации
Статистические данные

Наши направления

Наши услуги

В нашем Центре вы можете получить профессиональное обслуживание на высоком уровне. Основными направлениями являются:

- Консультация хирурга
- Рефлексотерапия, физиотерапия
- Медицинский осмотр: Предварительный и Экспресс-диагностика по возможности

Добро пожаловать, друзья!

Вы посетили сайт областного государственного казенного учреждения

Информация

Здравствуйте, Кропанин Георгий Иванович Липшев Выйти

ОГКУЗ особого типа «Областной центр медицинской профилактики»
308034, г. Белгород, ул. Губкина, 15 в
Полная информация и схема проезда

+7(4722) 52-90-13

ГЛАВНАЯ О ЦЕНТРЕ МЕДИЦИНСКИМ РАБОТНИКАМ УСЛУГИ ДЛЯ ПАЦИЕНТА КОНТАКТЫ КАРТА САЙТА

Главная Страница Рекомендации

Приказы
Методические рекомендации
Рекомендации
Статистические данные

Методические рекомендации

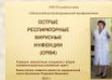
- Диспансеризация и профилактические медицинские осмотры взрослого населения (0)
- Избыточная масса тела (1)
- Повышенное артериальное давление (артериальная гипертензия) (0)
- Профилактика заболеваний (3)
- Профилактика и борьба с курением (3)
- Стресс и дистресс (1)
- Физическая активность (1)



«Основы рационального питания»



«Методические материалы по проблемам злоупотребления алкоголем для медицинских работников»



«Острые респираторные заболевания»



«Неспецифическая профилактика гриппа и ОРЗ»



«Профилактика остеопороза»



«Рекомендации по организации Школы здоровья для подростков»



«Рекомендации по организации Школы здоровья для желающих бросить курить»



«Оказание медицинской помощи взрослому населению по профилактике и отказу от курения»



«Методические рекомендации «Стресс и дистресс»

Код здоровья 0 3 5 140 5 3 0

0	отказ от курения
3	проходить 3 км в день или 30 мин заниматься умеренной двигательной активностью
5	съесть по 5 порций фруктов и овощей в день
140	не допускать подъёма АД выше 140 мм рт. ст.
5	поддерживать уровень общего холестерина ниже 5 ммоль/л
3	поддерживать уровень ХС ЛПНП ниже 3 ммоль/л
0	не полнеть, не иметь сахарного диабета