



Роль фельдшера в профилактике заболевания почек у беременных

- ▶ **Актуальность исследования.** Среди экстрагенитальной патологии у беременных заболевания почек занимает второе место. Их частота колеблется от 0,1% до 10%. Часто встречающиеся заболевания почек: пиелонефрит (3-10%), гломерулонефрит (0,1 – 0,2%), мочекаменная болезнь (0,1 – 0,2%). Заболевания почек оказывают неблагоприятное влияние на течение беременности, родов и послеродового периода и состояние плода. Это воспалительный процесс в почке с преимущественным поражением интерстициальной ткани ее неспецифической бактериальной инфекцией и вовлечением в этот процесс лоханок и чашечек. Так при пиелонефрите и гломерулонефрите беременность в 40% случаев осложняется гестозом, который развивается во II триместре беременности. При беременности нагрузка на почки возрастает в несколько раз, бывает, что проявляются заболевания, которые до этого протекали незаметно. У беременной женщины, которая имеет заболевание почек, может получить целый ряд осложнений: невынашивание беременности; выкидыши в I триместре, которые происходят самопроизвольно; беременность, которая не развивается; преждевременные роды; инфекция плода которая, может произойти еще в утробе мамы (возможно так же развитие внутриутробной пневмонии); нарушается функционирование плаценты, что может плохо повлиять на формирование и развитие самого плода.

- ▶ **Проблема исследования.** Роль фельдшера в профилактике заболевания почек у беременных женщин.
- ▶ **Гипотеза исследования.** Строится на следующем предположении: ранняя диагностика и систематические профилактические работы, проводимые фельдшером на ФАП приведут к снижению возникновения заболевания почек у беременных.
- ▶ **Методы исследования:**
 - ▶ 1. Теоретические: изучение литературы; изучение документации; анализ, синтез, обобщения.
 - ▶ 2. Эмпирическое: наблюдение, анкетирование, беседа.
 - ▶ 3. Статистическая обработка данных.

- ▶ Среди экстрагенитальной патологии у беременных заболевания почек занимает второе место. Их частота колеблется от 0,1% до 10%. Заболевания почек оказывают неблагоприятное влияние на течение беременности, родов и послеродового периода и состояние плода. Когда женщина вынашивает ребенка, ее организм работает в усиленном режиме. При этом сильная нагрузка оказывается на почки. При беременности повышается вероятность развития различных заболеваний, в том числе и заболеваний почек. Часто встречается пиелонефрит (3-10%), гломерулонефрит (0,1 – 0,2%), мочекаменная болезнь (0,1 – 0,2%). При беременности нагрузка на почки возрастает в несколько раз, бывает, что проявляются заболевания, которые до этого протекали незаметно. У беременной женщины, которая имеет заболевание почек, может получить целый ряд осложнений:
 - ▶ невынашивание беременности; выкидыши в I триместре которые, происходят самопроизвольно; беременность, которая не развивается;
 - ▶ преждевременные роды;
 - ▶ инфекция плода, которая может произойти еще в утробе мамы (возможно так же развитие внутриутробной пневмонии);
 - ▶ нарушается функционирование плаценты, что может плохо повлиять на формирование и развитие самого плода.
- ▶ Это связано с анатомо-физиологическими отличиями мочеполовых органов у женщин и изменениями в них в период беременности

- ▶ К основным факторам заболевания почек у беременных относятся:
- ▶ 1) Механический. Во время беременности, по мере роста плода, увеличивается и матка, которая начинает оказывать определенное давление на все органы малого таза. В первую очередь страдают мочеточники, они способствуют отводу мочи из почек. Вследствие этого затрудняется проход мочи по мочеточникам. И чем больше срок беременности, тем более сильное давление оказывает матка на мочеточники.
- ▶ 2) Гормональный. Во время беременности под воздействием прогестерона и эстрогенов происходит полная гормональная перестройка организма. Под воздействием этих гормонов происходит снижение тонуса мочеточников, изменение их размеров, что также вызывает трудности с выводом мочи из организма и ее застою в организме.
- ▶ 3) Иммунный. Беременность приводит к снижению иммунитета. Это естественный процесс, который нужен для того, чтобы организм матери принял организм ребенка, наполовину состоящего из чужеродных клеток. Пониженный иммунитет является основным фактором развития заболеваний.
- ▶ 4) Инфекционный. Выделение эстрогенов создает благоприятные условия для размножения бактерий. Патогенная флора приводит к инфицированию многих органов малого таза.

- ▶ Исследование проходило в пять этапов:
- ▶ На первом этапе исследования мы изучили организацию работы ФАП д.Нуркеево.
- ▶ На втором этапе мы изучили организацию работы с беременными на ФАПе; численность беременных женщин, обслуживаемых ФАП д.Нуркеево за 2013-2015 гг.
- ▶ На третьем этапе исследования мы проанализировали статистические данные по исследуемой проблеме за период с 2013 до 2015 гг., а именно проанализировали: статистические данные по заболеванию почек у беременных женщин на территории Республики Башкортостан за 2013-2015 гг., статистические данные по заболеванию почек у беременных женщин на территории Туймазинского района и г. Туймазы за 2013-2015 гг., статистические данные по заболеванию почек у беременных женщин на территории ФАП д.Нуркеево.
- ▶ На четвертом этапе было проведено анкетирование беременных женщин с целью оценки факторов риска развития у них заболевания почек (Приложение А).
- ▶ На пятом этапе исследования мы провели беседу среди беременных женщин, в которой рассказывалось о функциях и строении почек, причины развития, симптомах заболеваний почек, были рассмотрены способы диагностики заболеваний почек, а также меры профилактики почечных заболеваний в период беременности. Также беременным женщинам были выданы разработанные нами памятки: «Гимнастика почек для беременных» (Приложение Д), «Беременность и заболевания почек» (Приложение Е), «Диета 7 при беременности» (Приложение Ж), Факторы риска хронической болезни почек (Приложение З), Топ 10 факторов, разрушающих почки (Приложение И). Также было проведено повторное анкетирование среди тех же беременных женщин (Приложение Б), предложены рекомендации, сделаны выводы.

- ▶ С целью профилактики заболевания почек у беременных состоящих на учете в ФАП д. Нуркеево мы провели беседу среди беременных женщин, в которой рассказывалось о функциях и строении почек, причины развития, симптомах заболеваний почек, были рассмотрены способы диагностики заболеваний почек, а также меры профилактики почечных заболеваний в период беременности.
- ▶ Также мы рекомендовали беременным женщинам комплекс упражнений для почек. В комплекс входили следующие упражнения:
- ▶ Лечь на спину, руки раскинуть в стороны ладонями книзу, ноги прямые и свести вместе. Одновременно от пола необходимо поднимать руки, ноги, грудь и голову настолько насколько это получится. Задержаться в таком положении на 1–3 с. и опуститься. Упражнение выполнять плавно и без резких движений. Рекомендуемое число повторений – от 10 до 15 раз;
- ▶ Лечь на спину, руки разместить вдоль туловища ладонями вниз. По очереди необходимо поднимать выпрямленную то правую, то левую ногу, каждую по 10 раз;
- ▶ ИП не меняется. Ноги необходимо подтянуть к животу, сгибая их при этом в коленях. Повторять – 10 раз.
- ▶ Стойка на четвереньках уменьшает нагрузку на почечные каналы. Необходимо принимать такое положение несколько раз в течение дня, оставаясь в таком положении на 10-15 минут. Это упражнение не только полезно в целях профилактики, но и к тому же оно значительно уменьшит боль в спине.
- ▶ Также беременным женщинам были выданы разработанные нами памятки и листовки:
 - ▶ - «Гимнастика почек для беременных»,
 - ▶ - «Беременность и заболевания почек»,
 - ▶ - «Правильное питание при беременности».

- ▶ Таблица 1 - Численность беременных женщин с заболеванием почек по РБ за 2013-2015 гг.

	2013 г.	2014 г.	2015 г.
Численность, чел.	1021	1058	1074



Рисунок - 1 Динамика беременных женщин с заболеванием почек по РБ за 2013-2015 гг.

- ▶ Таблица 4 - Численность беременных женщин, обслуживаемых ФАП д.Нуркеево за 2013-2015 гг.

	2013 г.	2014 г.	2015 г.
Первородящие	7	4	7
Повторнородящие	3	4	5
Всего	10	8	12



- ▶ Рисунок - 3 Количество беременных женщин с заболеванием почек за 2013 - 2015 гг., проживающих на территории Туймазинского района

▶ **Анкетирование беременных женщин**



▶ 1) **Болят ли у вас поясница – слева и/или справа от позвоночника?**

▶ А) Часто

▶ Б) Изредка

▶ В) Никогда

▶ 2) **Бывают ли у вас отёки (припухлости) под глазами?**

▶ А) Постоянно

▶ Б) Иногда по утрам

▶ В) Нет

▶ 3) **Отмечались ли у вас патологические изменения в анализах мочи во время беременности?**

▶ А) Да

▶ Б) Было когда-то

▶ В) Нет

▶ 4) **Бывает ли у вас мутная или тёмная моча?**

▶ А) Да

▶ Б) Что-то похожее было

▶ В) Нет

▶ 5) **В последнее время вы заметили, что количество мочи увеличилось притом же количестве потребляемой жидкости?**

▶ А) Да. Может даже не только в последнее время

▶ Б) Возможно. Но я не считал, сколько пью.

▶ В) Ничего похожего

▶ 6) **Переносили ли вы какие-либо инфекционные заболевания почек?**

▶ А) Был пиелонефрит / гломерулонефрит, даже несколько раз

▶ Б) Однажды было

▶ В) Нет, никогда

▶ 7) **Есть ли у вас врождённые аномалии строения почек?**

▶ А) Да

▶ Б) Нет

▶ 8) **Трудно ли вам под вечер влезть в туфли или снять кольца. Остаются ли на ногах следы от резинки носков?**

▶ А) Да, пришлось отказаться от колец, за исключением обручального

▶ Б) Иногда бывает, особенно если выпью много жидкости

▶ В) Нет

- ▶ **9) Ощущаете ли вы тяжесть в ногах?**
- ▶ А) Да, часто
- ▶ Б) Бывает после длительного дня
- ▶ В) Очень редко
- ▶ **10) Ваше артериальное давление недавно повысилось?**
- ▶ А) Да
- ▶ Б) Нет
- ▶ В) Иногда повышается
- ▶ **11) В детстве вы часто болели ангинами?**
- ▶ А) Да, часто
- ▶ Б) Нет
- ▶ В) Изредка
- ▶ **12) У вас нет тяжести, болей в области поясницы?**
- ▶ А) Есть неприятные ощущения в области поясницы
- ▶ Б) Нет
- ▶ В) Возникают после физической работы
- ▶ **13) В моче при исследовании анализа обнаруживали белок?**
- ▶ А) Да
- ▶ Б) Нет, все в порядке
- ▶ В) Когда-то обнаруживали, но теперь все в порядке
- ▶ **14) Бывает ли у Вас в моче кровь?**
- ▶ А) Да
- ▶ Б) Нет
- ▶ В) Иногда
- ▶ **15) Часто ли Вы переохлаждаетесь, простужаетесь?**
- ▶ А) Да
- ▶ Б) Нет
- ▶ **16) Не наблюдалось ли у вас снижение суточного количества мочи во время беременности.**
- ▶ А) Да
- ▶ Б) Нет
- ▶ **17) Часто ли Вы мочитесь в ночное время?**
- ▶ А) Да
- ▶ Б) Нет
- ▶ **18) Наблюдалось ли Вас в результатах анализов снижение плотности мочи?**
- ▶ А) Да
- ▶ Б) Нет
- ▶ В) Иногда

- ▶
- ▶ Рекомендации для беременных женщин:
 - ▶ - Вести здоровый образ жизни.
 - ▶ - Правильно питаться.
 - ▶ - Соблюдать питьевой режим.
 - ▶ - Осуществлять контроль за артериальным давлением и результатами анализов мочи.
 - ▶ - Избегать переохлаждения.

- ▶ Для анализа роли фельдшера в профилактике заболевания почек у беременных женщин нами было проведено эмпирическое исследование на базе ФАП д. Нуркеево Туймазинского района Республики Башкортостан.
- ▶ Исследование проходило в пять этапов:
- ▶ На первом этапе мы изучили организацию работы ФАП д.Нуркеево.
- ▶ На втором этапе мы изучили организацию работы с беременными на ФАПе; численность беременных женщин, обслуживаемых ФАП д.Нуркеево за 2013-2015 гг.
- ▶ На третьем этапе исследования мы проанализировали статистические данные по исследуемой проблеме за период с 2013 до 2015 гг., а именно проанализировали: статистические данные по заболеванию почек у беременных женщин на территории Республики Башкортостан за 2013-2015 гг., статистические данные по заболеванию почек у беременных женщин на территории Туймазинского района и г. Туймазы за 2013-2015 гг., статистические данные по заболеванию почек у беременных женщин ФАП д.Нуркеево за 2013-2015 гг. и получили следующие результаты: общее число беременных женщин с заболеванием почек на территории Республики Башкортостан в 2013 году составило 1021 человек, в 2014 году – 1058 человек, а в 2015 году – 1074 человек; мы видим удручающую тенденцию к увеличению численности беременных женщин с заболеванием мочеполовой системой, так если в 2013 году число беременных с данным заболеванием составляло 87 женщин, то в 2014 году уже 122 женщины, а в 2015 году – 91 женщина; заболеваний почек у беременных женщин обслуживаемых на территории ФАП д.Нуркеево за последние 3 года не было.

- ▶ На четвертом этапе было проведено анкетирование беременных женщин с целью оценки факторов риска развития у них заболевания почек. Изучение факторов риска развития заболевания почек показал, что у треть опрошенных женщин изредка возникает боль в области поясницы, они иногда незначительно отекают, особенно если выпьют много жидкости; половина опрошенных женщин очень редко испытывают тяжесть в ногах или испытывают тяжесть в ногах после длительного дня; у большинства опрошенных женщин отсутствуют отеки под глазами и увеличение мочи при том же потреблении жидкости, ранее у них не было инфекционных заболеваний почек, а также врожденных аномалий строения почек, они не испытывают проблем с артериальным давлением; все опрошенные пациентки отметили, что не имели патологические изменения в анализах мочи во время беременности, а моча имеет нормальный естественный цвет, белок в моче не повышен, кровь в моче отсутствует, плотность мочи не снижена.
- ▶ Таким образом, треть опрошенных беременных женщин имели риск развития заболеваний почек.
- ▶ На пятом этапе исследования мы провели беседу среди беременных женщин, в которой рассказывалось о функциях и строении почек, причины развития, симптомах заболеваний почек, были рассмотрены способы диагностики заболеваний почек, а также меры профилактики почечных заболеваний в период беременности. Также беременным женщинам были выданы разработанные нами памятки: «Гимнастика почек для беременных», «Беременность и заболевания почек», «Правильное питание при беременности». Также было проведено повторное анкетирование среди тех же беременных женщин и получены следующие результаты: после проведенных мероприятий по профилактики заболеваний почек у беременных женщин большая часть ранее опрошенных стали более информированы в вопросах профилактики заболеваний почек, стали делать гимнастику и соблюдать диету.
- ▶ Таким образом, гипотеза исследования о том, что ранняя диагностика и систематические профилактические работы, проводимые фельдшером на ФАПе будут способствовать снижению возникновения заболевания почек у беременных, подтверждена.
- ▶ Цель достигнута, задачи реализованы.

▶ **Спасибо за внимание!**