

Edukačný program pacienta s cystickou fibrózou (CF)



(Význam a hodnota v kvalite života)

Mgr. Adriana Skokřňová
Jesseniova lekárska fakulta UK, Martin
MUDr. Katarína Štěpánková

- Obsahom edukačného programu je podporiť a udržať sebestačnosť CF pacienta v starostlivosti o seba.
- Vychádza zo špecifických potrieb CF pacientov.
- Jedným z jeho cieľov je zostavenie optimálneho denného režimu CF pacienta.

Základná štruktúra denného režimu pacienta s CF

- Je zostavená podľa požiadaviek, ktoré vyplývajú z uspokojovania základných a špeciálnych potrieb pacienta s CF.
- Zvýrazňuje dodržanie postupnosti jednotlivých krokov a obsahu položiek denného režimu.
- Jednotlivé položky denného režimu je možné prehodnocovať podľa aktuálneho zdravotného stavu, adaptácie a záujmov pacienta.
- Následne navrhnuť ciele a individuálnu zmenu.

Význam správne zostaveného denného režimu pacienta s CF

Zostavením správneho individuálneho denného režimu
pacienta s CF podľa základnej štruktúry zaznamenávame:

- zlepšenie pľúcnych funkcií, rozvinavosti a sily dýchacích svalov
- znížený výskyt pľúcnych infekcií
- oddialenie komplikácií vyplývajúcich z ochorenia
- zvýšenie tolerancie pre fyzické cvičenie
- zlepšenie stavu výživy
- fyzickú a psychickú vyrovnanosť dieťaťa
- pozitívnu zmenu postoja dieťaťa k svojmu zdraviu a k chorobe
- celkové zlepšenie kvality života

Ošetrovateľská starostlivosť

prístupuje k pacientovi s CF holisticky.

Vníma a uspokojuje základné a špeciálne potreby jedinca s CF, ktoré sú v interakcii s prostredím. Poskytuje špecializovanú multidisciplinárnu a tímovú starostlivosť prepojenú edukáciou pacienta s CF a jeho rodiny.

DENNÝ REŽIM

RÁNO

6.00 ranná toaleta

- kontrola vyprázdňovania a charakteru stolice
- ranné váženie + záznam (doporučujeme vážiť sa minimálne 3-krát týždenne)
- néti (výplach nosovej dutiny podľa potreby)

Fyzioterapia (rehabilitácia)

1. lieky per os (ústne) - mukolytiká, bronchodilatanciá a iné.
2. inhalácia mukolytika + bronchodilatancia
3. odhlieňovacie techniky (uvoľňovanie a odstraňovanie hlienov)
4. inhalácia antibiotík (ATB inhalujeme len na čisté, vopred odhlienené pľúca!)

Pamätaj:

Inhaluj – odhlieňuj – dbaj na pružnosť hrudníka!

7.00 raňajky

- vysokokalorická strava + pankreatické enzýmy
- vitamíny, hepatoprotektíva, ATB, atď.
- doplnky výživy (Nutridrink, cereálne tyčinky, a pod.)

7.30 odchod do školy (alebo iného zariadenia)

10.00 Desiata (+ enzýmy + nápoj)

Pamätaj:

Ak zješ čokoľvek počas dňa (jogurt, zmrzlinu, keksy alebo inú sladkosť) okrem ovocia, vždy uži aj enzýmy!

13.00 obed

- vysokokalorická strava + pankreatické enzýmy + nápoj

Pamätaj:

Počas celého dňa – pamätaj na pitný režim!
(2,5 – 3 litre tekutín denne)

POPOLUDNIE

14.00 inhalácia

- inhalácia mukolytika a bronchodilatancia

14.30 - 16.30 voľný čas

- čas na cvičenie - kondičné (bicykel, korčule, trampolína, jazda na koni, ...) a šport - korekčné (cvičenie na lopte, ...) - posilňovacie na spevnenie svalstva chrbtice - jóga
- masáže
- záujmové krúžky (tanec, hra na flaute, ...)

Pamätaj:

Dôležitý je pobyt na čerstvom vzduchu!

16.30 olovrant

- pankreatické enzýmy + nápoj

17.30 inhalácia

- inhalácia rh-DNAzy (Pulmozyme) pri chronickej infekcii - dôležité je byť po inhalácii 1 – 2 hodiny v klude!

VEČER

18.00 večera

- pankreatické enzýmy a iné lieky + doplnky výživy

19.30 fyzioterapia

Pamätaj:

Dodrž čas - vykonávaj fyzioterapiu 1 hod PO jedle!

1. inhalácia mukolytika a bronchodilatancia, ak nie je doporučený Pulmozyme
2. masáže (reflexné), jóga, loptičkovanie
3. odhlienenie - (flutter, aktívny cyklus dýchacích techník, autogénna drenáž, PEP systém atď.)
4. inhalácia ATB

Pamätaj:

Nezabudni po každom použití všetky pomôcky mechanicky očistiť (Mr. Proper), opláchnuť pod tečúcou vodou, vydezinfikovať a rýchlo osušiť!

20.30 druhá večera

- pankreatické enzýmy
- Ursosan