



Postoj dialyzovaných pacientov k správnej životospráve

Mgr. Iveta Hánová, B. Braun Avitum, DS Šaľa,

Správna životospráva dialyzovaných pacientov

- Cieľom je uviesť pacienta do optimálneho stavu výživy
- Prísun živín musí byť vyvážený, tak, aby zabezpečil potreby organizmu
- Bielkoviny sú neoddeliteľnou súčasťou pri tvorbe telesných tkanív, odporúčaná denná dávka je 1,2g/kg hmotnosti u HD pacienta
- Energetický príjem, by nemal byť nižší ako 35 kcal/kg hmotnosti pacienta



Správna životospráva dialyzovaných pacientov

- Minerálne látky zohrávajú významnú úlohu pri regulácii metabolických pochodov v organizme, preto je dôležité, aby:
 - denný príjem Na nebol vyšší ako 3,5g., K- 39 mg/kg.,
 - denná dávka kalcia nepresiahla 1000- 1500mg a P- 10 mg/kg
- Príjem tekutín musí byť v rovnováhe s jeho výdajom
- Odporúčame ľahké rekreačné športy



Správna životospráva pri metabolických poruchách dialyzovaných pacientov

- Pacienti s CHOH trpia metabolickými poruchami:
 - tukov
 - cukrov
 - malnutríciou
- Pri poruche met. tukov je dôležitý príjem vlákniny, ale v obmedzenom množstve, nakoľko obsahuje P a K
- Pri poruche met. cukrov je nevyhnutné upraviť príjem bielkovín a cukrov

Správna životospráva pri metabolických poruchách dialyzovaných pacientov

- Malnutrícia predstavuje nedostatok energie a bielkovín
- Najčastejším prejavom malnutrície je:
 - nechutenstvo
 - úbytok svalovej hmoty
 - znížené hodnoty plazmatických bielkovín
- Na základe daných skutočností sa zvolí správny terapeutický postup riešenia ochorenia



Ciel' prieskumu

- Analyzovať postoj k správnej životospráve
- Overiť si úroveň informovanosti respondentov o správnej životospráve
- Zistiť, kedy boli informácie respondentom poskytované
- Zmapovať vedomostnú úroveň respondentov o nutričných hodnotách jednotlivých potravín



Metodika, charakteristik. výskumnej vzorky, vymedzenie problému

- Metodikou prieskumu bol anonymný dotazník
- Rozdaných bolo 83 ks, návratnosť tvorilo 78 ks, z ktorých sme mohli použiť len 58
- Výberový súbor tvorili respondenti dialyzačného strediska B.Braun Avitum s.r.o.
- Na vyhodnotenie dotazníka sme použili štatistické spracovanie neparametrického testu dobrej zhody
- Komplexná edukácia je veľmi dôležitá a z toho dôvodu sme prieskum realizovali
- Prieskum bol zameraný na informovanosť pacientov o správnej životospráve a o ich postoji k danej problematike

Vyhodnotenie prieskumu

- Pacienti zaradení do dialyzačného programu cestou nefrologickej ambulancie majú viac informácií o diétnych opatreniach, ako tí, ktorí boli zaradení do dialyzačného programu z ulice.
- Pacienti, ktorí sú v chronickom HD programe dlhšie ako šesť rokov majú väčšie skúsenosti o diétnych opatreniach, ako tí, ktorí sa dialyzujú krátkodobo.
- Nie je štatisticky významný rozdiel medzi ženami a mužmi v dodržiavaní zásad správnej životosprávy dialyzovaného pacienta.
- Väčšia časť opýtaných respondentov dodržiava pokyny, ktoré sa týkajú príjmu tekutín dialyzovaného pacienta.

Odporúčania pre prax

- Poskytovanie kvalitnej ošetrovateľskej starostlivosti
- Individuálny prístup sestra verzus pacient
- Posilnenie zdravotnej a výchovnej činnosti sestier v oblasti edukačného procesu
- Zvýšiť informovanosť sestier, pacientov a rod. príslušníkov
- Naučiť sestry a pacientov, aby ovládali, nutričné hodnoty potravín, ktoré ich najviac ohrozujú na živote
- Naučiť základy technológie prípravy jedál:
 - pacient
 - rodinný príslušník
- Poskytovať zrozumiteľné informácie



Odporúčania pre prax

- Prístupovať ku každému jedincovi jednotlivo
- Informácie poskytovať:
 - ústne
 - písomne
- Zapájať podporné osoby pri poskytovaní pomoci pacientom v prevencii pred možnými komplikáciami
- Neustále opakovanie a informovanie o zásadách správnej životosprávy
- Poskytovať pomoc so spoločnosťou dialyzovaných a transplantovaných pacientov v SR a ČR

