

Ο ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΝΟΣΗΛΕΥΤΗ ΣΤΗΝ ΑΥΤΟΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ ΤΥΠΟΥ Ι ΣΕ ΕΦΗΒΟΥΣ



Μαρία Μελέτη
Πτυχιούχος Νοσηλεύτρια

Type 1

basics

☞ Ο ινσουλινοεξαρτώμενος σακχαρώδης διαβήτης είναι γνωστός σαν τύπου 1 και αποτελεί την εκλεκτική καταστροφή των νησίδων του Langerhans με αποτέλεσμα **το πάγκρεας να χάνει την ικανότητα του να παράγει ή παράγει πολύ μειωμένα επίπεδα ινσουλίνης που είναι απαραίτητη για την επιβίωση.** (Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας)

☞ Αυτό έχει σαν επακόλουθο την εμφάνιση επιπλοκών όπως **πολυουρία, πολυδιψία, πολυφαγία και κετοξέωση.**

Η χορήγηση εξωγενούς ινσουλίνης είναι **απαραίτητη** προϋπόθεση για την επιβίωση του ατόμου



- ☞ Η αιτιολογία εμφάνισης της πάθησης μπορεί να είναι **ιδιοπαθής ή ανοσολογικής** αιτίας (P.P. Nawroth 2003)
- ☞ Ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου 1 απαιτεί **συνεχή παρακολούθηση των επιπέδων γλυκόζης** στο αίμα, και **χορήγηση της ινσουλίνης** είτε με αντλία είτε με υποδόρια ένεση όπως και την ενσωμάτωση άσκησης και συγκεκριμένων διατροφικών περιορισμών



Ο Σακχαρώδης διαβήτης είναι μια από τις πιο κοινές χρόνιες παθήσεις στα παιδιά επηρεάζοντας **1 ανά 400 άτομα κάτω των 20 ετών** επηρεάζοντας στο σύνολο πάνω από 176.000 Αμερικανούς νέους (National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Disease, 2002).

Στη Κύπρο σύμφωνα με την έρευνα των Τούμπα και άλλων (2007) που διήρκεσε 10 χρόνια το ποσοστό επίπτωσης είναι **11.9 ανά 10 000 ανθρωπο-χρόνια**

Η **Κύπρος** κατέχει μια από τις **υψηλότερες θέσεις πανευρωπαϊκά** στην κατάταξη εμφάνισης σακχαρώδη διαβήτη και τα ποσοστά εμφάνισης σακχαρώδη διαβήτη είναι υψηλότερα από τις Η.Π.Α..
(Λοϊζου κ.α., 2005)

Στόχος της εκπαίδευσης των εφήβων είναι η **μετάδοση γνώσεων και δεξιοτήτων** που έχουν σαν σκοπό την ανάπτυξη της αυτοδιαχείριση του διαβήτη και την πρόληψη επιπλοκών. Η εκπαίδευση των εφήβων γίνεται στη κοινότητα μέσω των **νοσηλευτών εξειδικευμένων στον σακχαρώδη διαβήτη**, στα νοσοκομεία, στα κέντρα υγεία της κοινότητας, στα σχολεία μέσω των νοσηλευτών σχολικής υγείας αλλά και μέσω κατ' οίκον επισκέψεων από νοσηλευτές.



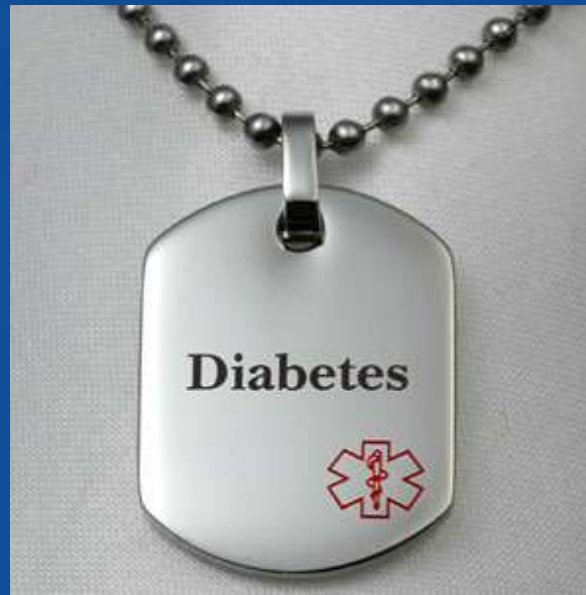
Η θεραπεία του σακχαρώδη διαβήτη τύπου I αποτελείται από διάφορα μέρη που απαιτούν **υψηλό βαθμό ετοιμότητας και ελέγχου** από μέρος του ατόμου και της οικογένειάς του.

Η θεραπεία αποτελείται από

- εκπαίδευση του ατόμου και της οικογενείας του
- ινσουλινοθεραπεία
- συνεχή έλεγχο των επιπέδων γλυκόζης στο αίμα,
- άσκηση,
- ειδική διατροφή προσαρμοσμένη στον διαβήτη και τις ανάγκες του ατόμου
- μακροχρόνια φροντίδα
- έλεγχος άλλων παραγόντων κινδύνου. (P.P. Nawroth , 2003)

☞ Η αυτοδιαχείριση του Σ.Δ. τύπου Ι είναι μια **νοσηλευτική έκβαση** από την νοσηλευτική ταξινόμηση εκβάσεων (Nursing Outcomes Classification) και ορίζεται ως οι **προσωπικές ενέργειες που γίνονται για να ρυθμιστεί ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου Ι, η θεραπεία του, και να αποτραπεί η πρόοδος ασθενειών.**

☞ Στους έφηβους η αυτοδιαχείριση γίνεται από κοινού με την οικογένεια σαν μεταβατικό στάδιο προς την ενηλικίωση. (Mosby's Medical Dictionary, 2009)



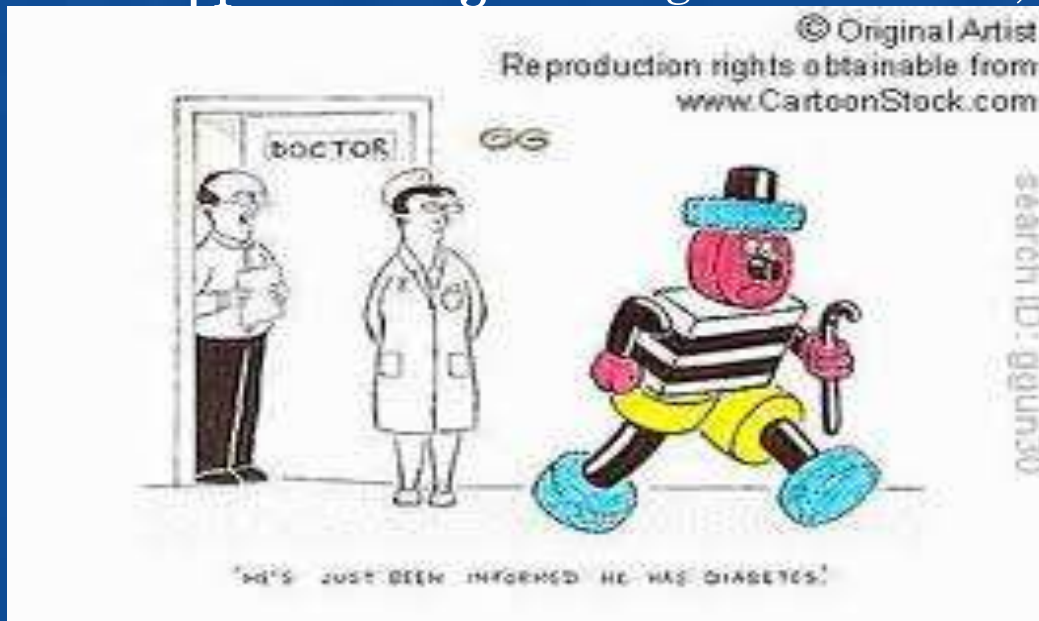
Μετά από συστηματική βιβλιογραφική ανασκόπηση βρέθηκε ότι παρεμβατικές έρευνες με στόχο την αυτοδιαχείριση του σακχαρώδη διαβήτη τύπου I όλες οι έρευνες εξαιρουμένης μίας συμφωνούν στο ότι οι παρεμβάσεις σε εφήβους με σακχαρώδη διαβήτη τύπου I είχαν θετικά αποτελέσματα στη:

- αυτοδιαχείριση του σακχαρώδη διαβήτη τύπου I
- αυτοεκτίμηση,
- την αυτονομία
- ικανότητα επίλυσης προβλημάτων.
- πιο θετικές στάσεις προς την ασθένεια
- βελτιωμένο γλυκαιμικό έλεγχο.

Σε έρευνες παρουσιάζονται διάφορα είδη παρεμβάσεων όπως, προγράμματα βασισμένα στο **διαδίκτυο, σε προσωπικούς εκπαιδευτές διαβήτη, παρεμβάσεις μέσα από κοινωνικές δραστηριότητες, τηλεϊατρική, αλλά και συνεδριάσεις** με εφήβους και γονείς,

Για την αυτοδιαχείριση απαιτούνται 6 δεξιότητες οι οποίες είναι

- ικανότητα επίλυσης προβλημάτων,
- ικανότητα λήψης αποφάσεων ,
- κατάλληλη διάθεση των υπαρχόντων πόρων
- ικανότητα σχηματισμού θεραπευτικής σχέσης με τους παροχείς υγείας,
- δημιουργία πλάνου δράσης
- ικανότητα αυτοφροντίδας . (Lorig and Holman, 2003).



Το ζήτημα της αυτοδιαχείρισης είναι ιδιαίτερα σημαντικό για άτομα με χρόνιες ασθένειες, όπου **μόνο ο ασθενής** μπορεί να είναι αρμόδιος για την καθημερινή φροντίδα του/της για την όποια διάρκεια της ασθένειας.

Για τους περισσότερους από αυτούς τους ανθρώπους, η αυτοδιαχείριση είναι ένας στόχος ζωής.

(Lorig and Holman, 2003)

Ο ρόλος του νοσηλευτή στην αυτοδιαχείριση του σακχαρώδη διαβήτη είναι **εξαιρετικά σημαντικός**.

Ακόμη όμως πιο σημαντικός είναι για τον **σακχαρώδη διαβήτη τύπου Ι** και ειδικά όταν πρόκειται για **έφηβους**

Ο σκοπός της νοσηλευτικής διαχείρισης είναι

☞ να σώζει ζωές,

☞ να απαλείφει συμπτώματα,

☞ να μεγιστοποιεί το στόχο της νορμογλυκαιμίας

☞ να προλαμβάνει τις μακροχρόνιες επιπλοκές του σακχαρώδη διαβήτη

(Porth ,2005).



Η νοσηλευτική φροντίδα πρέπει να παρέχεται μέσα από το πλαίσιο της αυτοφροντίδας, επιτρέποντας στον ασθενή να πάρει την **ευθύνη της δικής του φροντίδας**. (Walsh, 2002).

Όταν ο νοσηλευτής εκπαιδεύει ασθενείς πρέπει να χρησιμοποιεί μια **ουδέτερη προσέγγιση** γιατί αυτό θα βοηθήσει στην δημιουργία μιας **θεραπευτικής σχέσης** μεταξύ νοσηλευτή και ασθενή .

Αυτό θα προωθήσει μεγαλύτερη υπευθυνότητα από μέρους του ασθενή για τον σχεδιασμό διαίτας και τρόπου ζωής (National Institute of Clinical Excellence (NICE), 2004),

- ☞ Σύμφωνα με τους Lemone and Burke (2004) οι **νοσηλευτές χρειάζεται να εκπαιδεύουν τους ασθενείς** ότι η άσκηση μπορεί να προκαλέσει απότομη πτώση των επιπέδων γλυκόζης στο αίμα και θα προκληθεί υπογλυκαιμία.
- ☞ Οι ασθενείς θα πρέπει να **συμβουλευούνται τον νοσηλευτή** πριν την έναρξη ή αλλαγή ενός προγράμματος άσκησης.
- ☞ Όσον αφορά το ρόλο των νοσηλευτών στην παρακολούθηση των επιπέδων γλυκόζης στο αίμα οι **νοσηλευτές παίζουν ζωτικό ρόλο στην εκπαίδευση ασθενών** με διαβήτη σε ότι έχει σχέση με τον αυτοέλεγχο των επιπέδων γλυκόζης αίματος και την πρόληψη μακροχρόνιων επιπλοκών (Nair ,2007).

Ο ρόλο του νοσηλευτή στην ινσουλινοθεραπεία αναφέρεται ως κρίσιμης σημασίας από τους *Davies-Lyons* (2003) αναφέροντας ότι **πρέπει να λειτουργήσουν μαζί με τους άλλους επαγγελματίες υγείας, όπως:**

• Γιατρούς

• Διαιτολόγους

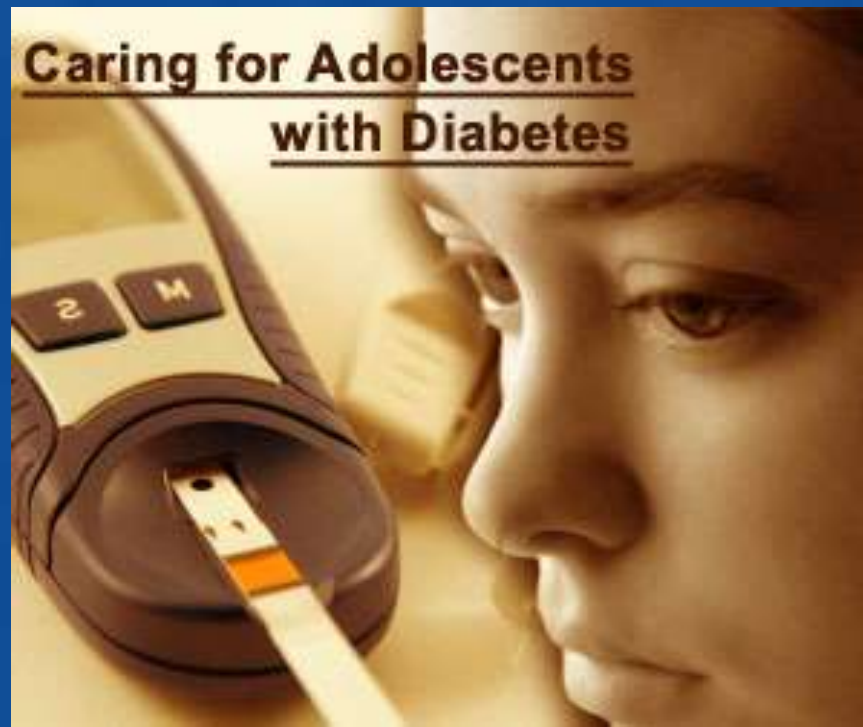
• Νοσηλευτές

εξειδικευμένους στη διαβητολογία, στην υποστήριξη και την εκπαίδευση των ασθενών με διαβήτη για να βοηθήσει να αποτρέψει ή να ελαχιστοποιήσει τον κίνδυνο επιπλοκών.



Οι νοσηλευτές έχουν **έναν ρόλο κλειδί στην διαχείριση** ασθενών με το διαβήτη.

Μπορούν να βοηθήσουν τους ασθενείς να έχουν ένα **υγιή τρόπο ζωής** μέσω της διατροφής, της σωματικής δραστηριότητας και των φαρμάκων, αλλά και να βοηθήσουν τους ασθενείς να και να κάνουν **ενημερωμένες επιλογές**.(Nair, 2007)



**ΕΥΧΑΡΙΣΤΩ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΠΡΟΣΟΧΗ ΣΑΣ!**

