ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

Η πρόληψη των νόσων είναι παγκόσμια παραδεκτή ως θετική και ιδανική προσέγγιση στο πρόβλημα υγείας των πολιτών.[1]

Η πρόληψη, όπως τοποθετήθηκε στην Alma-Ata από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ) για πρωτοβάθμια φροντίδα υγείας, είναι ένα μέσο επίτευξης του στόχου υγεία για όλους το έτος 2000.[2]

Η πρόληψη εξαρτάται από το επίπεδο της γνώσης που μπορεί να αποκτηθεί με τη μελέτη, την παρατήρηση, την εμπειρία, τη δοκιμή και το σφάλμα, καθώς και με την έρευνα.[3]

Σήμερα έχουμε περισσότερη γνώση για την αντιμετώπιση προβλημάτων υγείας, αλλά δυστυχώς έχουν προστεθεί και νέα προβλήματα, τα περισσότερα των οποίων προκαλεί ο ίδιος ο άνθρωπος, όπως π.χ. η ατμοσφαιρική ρύπανση, που αφορά τον αέρα, το νερό, την τροφή κ.λπ., και τα περισσότερα από αυτά τα προβλήματα συχνά δεν αντιμετωπίζονται για οικονομικούς λόγους.

Είναι παγκόσμια παραδεκτό ότι η εκπαίδευση αποτελεί την πρώτη επιλογή για την πρόληψη της αρρώστιας και της αναπηρίας καθώς και την προαγωγή της υγείας. Τα πορίσματα πολλών ερευνητικών προγραμμάτων αποδεικνύουν αυτή την αλήθεια.[4]

Σε πολλές περιπτώσεις έχει αποδειχθεί ότι είναι πιο δύσκολο να αλλάξουν οι άνθρωποι συμπεριφορά, παρά την αλλαγή του περιβάλλοντός τους.

Η πρόληψη στην υγειονομική φροντίδα έχει σκοπό την προαγωγή και διατήρηση υγιούς πληθυσμού.

Πρόληψη και Νοσηλευτική. Οι περισσότεροι νοσηλευτές ακολουθούν το νοσηλευτικό επάγγελμα επειδή επιθυμούν να φροντίζουν τους ασθενείς. Πολύ λίγοι το ακολουθούν με τον προσανατολισμό της πρόληψης των νόσων και αναπηριών. Κατά την άσκηση όμως του έργου τους αναγνωρίζουν ότι οι περισσότεροι άρρωστοι που νοσηλεύονται στα νοσοκομεία θα μπορούσαν να μη βρίσκονται εκεί, εάν είχαν ακολουθήσει υγιεινές κατευθύνσεις ή δεν είχαν κάνει κάτι αντίθετο για την υγεία τους.

Επίπεδα πρόληψης. Η πρόληψη στον τομέα της υγείας μπορεί να διαιρεθεί σε τρία επίπεδα: πρωτογενής, δευτερογενής και τριτογενής.

Πρωτογενής πρόληψη: Η πρωτογενής πρόληψη συμπεριλαμβάνει διαδικασίες που αφορούν στον πληθυσμό στην κοινότητα, εμβολιασμούς, εξασφάλιση υγιούς περιβάλλοντος (υγιεινό νερό, υγιεινή τροφή, πρόληψη ατυχημάτων κ.λπ.).

Η πρωτογενής πρόληψη δεν περιορίζεται στο χώρο του νοσοκομείου, αλλά έχει ευρύτερες εφαρμογές μέσα στο σύστημα υγειονομικής περίθαλψης της χώρας. Ασκείται στα κέντρα υγείας, σε εξωτερικά ιατρεία, σε κατ' οίκον επισκέψεις και σε κάθε κοινοτική υπηρεσία υγείας. Ο κύριος στόχος είναι η πρόληψη των ασθενειών, η διατήρηση της ευεξίας και η αντιμετώπιση κοινών προβλημάτων υγείας.

Δευτερογενής πρόληψη: Η δευτερογενής πρόληψη συμπεριλαμβάνει την έγκαιρη διάγνωση των νόσων ή επιπλοκών και την εφαρμογή της κατάλληλης θεραπευτικής αγωγής, ενώ συγχρόνως ερευνά νόσους και αναπηρίες σε άτομα που φαινομενικά είναι υγιή.

Πολλά μέσα είναι σήμερα διαθέσιμα για τις προληπτικές νοσηλευτικές παρεμβάσεις στην κοινότητα. Για παράδειγμα, με τη συστηματική επίσκεψη του νοσηλευτή στην οικογένεια είναι δυνατόν να γίνει έγκαιρη διάγνωση του βρέφους με στραβισμό και η παρέμβαση να είναι αποτελεσματική. Το πρόβλημα της ακοής μπορεί να μείνει απαρατήρητο στη βρεφική ηλικία και να γίνει αντιληπτό μόνον όταν το παιδί αρχίζει να ομιλεί.

Τριτογενής πρόληψη: Η τριτογενής πρόληψη είναι διαδικασία που παρεμβαίνει στον περιορισμό εμφάνισης αναπηριών ή χρονίων νόσων και αποσκοπεί στον έλεγχο της νόσου μερικώς ή γενικώς και στην αποκατάσταση των αρρώστων.

Ο ρόλος των νοσηλευτών είναι σημαντικός σε όλες τις κατηγορίες της πρόληψης. Επειδή όμως οι περισσότεροι νοσηλευτές εργάζονται στο νοσοκομείο, οι νοσηλευτικές παρεμβάσεις πρόληψης εντάσσονται στην τριτογενή πρόληψη έμμεσα και άμεσα.[5]

Η εξασφάλιση περιβάλλοντος στο νοσοκομείο όπου να μη βλάπτεται η υγεία του αρρώστου, αποτελεί ένα αναγνωρισμένο τμήμα του προληπτικού ρόλου των νοσηλευτών.

Παρεμβάσεις πρωτογενούς και δευτερογενούς πρόληψης στο νοσοκομείο κατευθύνονται κυρίως στην αγωγή υγείας των ασθενών και των συγγενών τους. Αλλά η Προληπτική Νοσηλευτική στο νοσοκομείο ασχολείται περισσότερο με την πρόληψη επιπλοκών και με την αποκατάσταση των αρρώστων – σωματική και ψυχική ή ψυχοσωματική.

Λόγω της ψυχοσύνθεσης του ασθενούς στο νοσοκομείο οι νοσηλευτές βρίσκονται σε στρατηγική θέση για να εκτιμήσουν τις ανάγκες και να διδάξουν τον άρρωστο και τους συγγενείς του τις υγιεινές συνήθειες ζωής και τη μεταβολή της συμπεριφοράς τους, γιατί αυτή είναι η καταλληλότερη στιγμή. Αρκεί βέβαια ο νοσηλευτής να αξιοποιεί τις ευκαιρίες για διδασκαλία.

Οι νοσηλευτές που εργάζονται στην κοινότητα έχουν την ευκαιρία να διδάξουν τα άτομα πως μπορούν να αποκτήσουν στη ζωή τους και στην εργασία τους υγιεινές συνθήκες για να προλαμβάνουν τη νόσηση και την αναπηρία.

Ο ρόλος των νοσηλευτών στην πρόληψη και στη διατήρηση της υγείας

Για την επίτευξη του στόχου «υγεία για όλους το έτος 2000», ο Γενικός Γραμματέας του ΠΟΥ Dr Mahler είχε στηρίξει πολλές ελπίδες στη συνεργασία του νοσηλευτικού κλάδου. Σε μια ομιλία του στην εκτελεστική επιτροπή, τον Ιανουάριο του 1985, κατέληξε: Αν τα εκατομμύρια νοσηλευτών στα διάφορα μέρη του κόσμου διακηρύττουν τις ίδιες ιδέες και πεποιθήσεις για την πρόληψη και τη διατήρηση της υγείας και συνασπιστούν σαν μια δύναμη, τότε θα μπορούσαν να δράσουν ως πηγή ενέργειας για αλλαγή.

Είναι καιρός οι νοσηλευτές να αναλάβουν περισσότερα καθήκοντα στο χώρο της υγείας. Χωρίς νοσηλευτές σε όλα τα επίπεδα ο στόχος υγεία για όλους δεν είναι δυνατόν να επιτευχθεί.[5]

Κάτω από το γενικό θέμα «πρόληψη», η Νοσηλευτική έχει μια ξεχωριστή αποστολή στο χώρο της υγείας. Η αποστολή αυτή όμως πρέπει να προσδιοριστεί με την έρευνα.

Ενώ η βιοϊατρική έρευνα πρωταρχικά μελετά τις αιτίες και θεραπείες των νοσημάτων και καλύπτει μεγάλες δραστηριότητες στο εργαστήριο, η νοσηλευτική έρευνα έχει στόχο τη βελτίωση της ποιότητας της φροντίδας του αρρώστου.[3]

Ο νοσηλευτής έχει απεριόριστες δυνατότητες να συμβάλλει καθημερινά στην πρόληψη της νόσου και την προαγωγή της υγείας και όταν νοσηλεύει αρρώστους στο νοσοκομείο. Το επιτυγχάνει όταν μεριμνά να προλαμβάνονται οι επιπλοκές και οι νοσοκομειακές βλάβες, με τις επιστημονικές γνώσεις και δεξιότητες του. Όταν ακόμη ανακουφίζει τον άρρωστο πρόσωπο με αξία και με κάθε μέσο επιταχύνει την ανάρρωση και διδάσκει την ψυχοσωματική υγεία.

Η Προληπτική Νοσηλευτική διαποτίζει κάθε νοσηλευτικό προγραμματισμό και κάθε νοσηλευτική πράξη σε οποιοδήποτε τομέα και να εφαρμόζεται.

Οι εκπαιδευμένοι νοσηλευτές μπορούν να συμβάλλουν αποτελεσματικά με έργο και διδασκαλία στην πρόληψη της αρρώστιας εκτός και εντός του νοσοκομείου και να παρουσιάζουν τον εαυτό τους ως πρότυπο υγιεινής διαβίωσης. Με αυτόν τον τρόπο αναδεικνύονται φύλακες και φρουροί της υγείας των ανθρώπων.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Bigbee JL, Jansa N. Strategies for promoting health protection. *Nurs Clin North Am* 1991, 26:895–913
2. World Health Organization (WHO). Global Strategy for Health for all by the Year 2000. *Health for All Series* No 3. WHO, Geneva 1991a
3. Learmonth AM. Utilizing research in practice and generating evidence from practice. *Health Educ Res* 2000, 15:742–756
4. Koch T. Enhancing lives through the development of a community-based participatory action research programme. *J Clin Nurs* 2002, 14:109–117
5. Mahler H. Opening address to the international conference on health promotion in industrialized countries. *Can J Public Health*. Ottawa 1996, 77:387–389

Δρ Ασπασία Παπαδαντωνάκη
Υπεύθυνη Έκδοσης