

ВНУТРЕННИЕ БОЛЕЗНИ

УДК 616.12–008.331.1–084

Краткое сообщение

РОЛЬ ШКОЛ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ ВО ВТОРИЧНОЙ ПРОФИЛАКТИКЕ АРТЕРИАЛЬНОЙ ГИПЕРТЕНЗИИ

Г. Н. Шеметова — ФГБОУ ВО «Саратовский ГМУ им. В. И. Разумовского» Минздрава России, заведующая кафедрой поликлинической терапии, профессор, доктор медицинских наук; **А. И. Рябошапко** — ФГБОУ ВО «Саратовский ГМУ им. В. И. Разумовского» Минздрава России, ассистент кафедры поликлинической терапии, кандидат медицинских наук; **Г. В. Губанова** — ФГБОУ ВО «Саратовский ГМУ им. В. И. Разумовского» Минздрава России, доцент кафедры поликлинической терапии, кандидат медицинских наук.

THE ROLE OF SCHOOLS FOR PATIENTS IN SECONDARY PREVENTION OF ARTERIAL HYPERTENSION

G. N. Shemetova — Saratov State Medical University n.a. V. I. Razumovsky, Head of Department of Polyclinic Therapy, Professor, Doctor of Medical Sciences; **A. I. Ryaboshapko** — Saratov State Medical University n.a. V. I. Razumovsky, Department of Polyclinic Therapy, Assistant, Candidate of Medical Sciences; **G. V. Gubanova** — Saratov State Medical University n.a. V. I. Razumovsky, Department of Polyclinic Therapy, Assistant Professor, Candidate of Medical Sciences.

Дата поступления — 28.04.2017 г.

Дата принятия в печать — 12.09.2017 г.

Шеметова Г. Н., Рябошапко А. И., Губанова Г. В. Роль школ для пациентов во вторичной профилактике артериальной гипертензии. Саратовский научно-медицинский журнал 2017; 13 (3): 481–483.

Цель: изучить эффективность углубленного профилактического консультирования как одной из форм информационно-обучающих технологий профилактики артериальной гипертензии. **Материал и методы.** На базе районной больницы Саратовской области проведен анализ объема и качества профилактической работы в группе лиц с факторами риска, проходящих обследование в кабинете профилактики, и пациентов с артериальной гипертензией, прошедших обучение в Школе здоровья. **Результаты.** Анализ эффективности работы Школы для пациентов с артериальной гипертензией показал увеличение числа лиц, достигших целевого уровня артериального давления с 32 до 42% и уменьшение числа пациентов, госпитализированных по поводу гипертонических кризов, по сравнению с предыдущим годом на 22%. **Заключение.** Занятия в Школе помогают научить пациентов корригировать факторы риска и контролировать свое заболевание.

Ключевые слова: профилактическое консультирование, хронические неинфекционные заболевания, факторы риска, информационно-обучающие технологии.

Shemetova GN, Ryaboshapko AI, Gubanova GV. The role of schools for patients in secondary prevention of arterial hypertension. Saratov Journal of Medical Scientific Research 2017; 13 (3): 481–483.

Aim: to study the effectiveness of in-depth preventive counseling as one of the forms of information and training technologies for prevention of hypertension. **Material and Methods.** On the basis of the district hospitals of the Saratov region the analysis of volume and quality of preventive work in the group of persons with risk factors under investigation in the study of prevention and patients with arterial hypertension trained in Health School. **Results.** Analysis of the effectiveness of Schools for patients with arterial hypertension showed an increase in the number of people achieving the target blood pressure level from 32 to 42% and reducing the number of patients hospitalized for hypertensive crises, in comparison with the previous year by 22%. **Conclusion.** Schools for patients with arterial hypertension teach patients to correct risk factors and to control their disease.

Key words: preventive counseling, chronic non-infectious diseases, risk factors, information and training technologies.

Введение. Хронические неинфекционные заболевания (ХНИЗ) являются основной причиной смертности и инвалидности взрослого населения в большинстве индустриально развитых стран, в том числе в России.

Более 80% смертей в нашей стране приходится на долю ХНИЗ, из них сердечно-сосудистые заболевания составляют более 50%. Ведущее место в структуре ХНИЗ занимает артериальная гипертензия (АГ).

Огромное значение в снижении заболеваемости и смертности населения от ХНИЗ и увеличении продолжительности жизни имеют профилактические мероприятия. Профилактика ХНИЗ проводится по разным

Ответственный автор — Рябошапко Алла Ивановна
Тел.: (8452) 412343
E-mail: nenadyk@yandex.ru

направлениям; в их числе: своевременная идентификация и коррекция основных факторов риска, большинство которых являются модифицируемыми; раннее выявление и лечение заболеваний. Одним из важных компонентов улучшения качества профилактики и лечения ХНИЗ является организация обучения пациента, при этом большое внимание уделяется повышению ответственности пациента за сохранение своего здоровья, для чего необходимо информирование и грамотное обучение пациентов и лиц с выявленными факторами риска. Реализовать эти задачи позволяет профилактическое консультирование.

Наряду с применяемой в профилактических мероприятиях информационной технологией профилактики по типу медицинской пропаганды, включающей санитарное просвещение, формирование культуры здоровья и мотивацию здорового образа жизни, важную роль играют технологии профилактического консультирования [1–3].

Цель: изучить эффективность углубленного профилактического консультирования как одной из форм информационно-обучающих технологий профилактики артериальной гипертензии.

Материал и методы. Работа проводилась на базе кабинета профилактики Воскресенской районной больницы Саратовской области. Диспансерная группа пациентов с артериальной гипертензией в 2016 г. составила 862 человека, в том числе 180 человек с впервые выявленной АГ при прохождении профилактических осмотров и диспансеризации определенных групп взрослого населения в кабинете профилактики.

Проведен анализ объема и качества профилактической работы в группе лиц с факторами риска, проходящих обследование в кабинете профилактики, и пациентов с артериальной гипертензией, прошедших обучение в Школе здоровья.

Краткое профилактическое консультирование является обязательным компонентом диспансеризации и профилактических медицинских осмотров, повседневных приемов пациентов с АГ и проводилось участковым врачом и медицинской сестрой (фельдшером). Оно позволяло лишь проинформировать пациента об имеющихся у него факторах риска и наметить пути их коррекции.

Углубленное профилактическое консультирование относится к обязательным компонентам диспансеризации, проводилось лицам II и III группы здоровья по направлению участкового врача в кабинете медицинской профилактики. Такое консультирование более продолжительно по времени и осуществлялось специально обученным медицинским персоналом (врач, фельдшер) по разработанному алгоритму, при необходимости повторно, для контроля выполнения врачебных рекомендаций. Однако краткое и углубленное индивидуальное профилактическое консультирование, проводимое медицинскими работниками кабинета профилактики, не позволяло из-за ограниченного времени дать пациентам глубокое и полное представление об артериальной гипертензии и факторах риска ее развития.

Групповое профилактическое консультирование (Школа пациента с АГ), по нашему мнению, является наиболее перспективной формой информационно-обучающих технологий, повышающей мотивацию и приверженность пациентов к выполнению врачебных рекомендаций, формирующей партнерские отношения с медицинским персоналом в лечении, реабилитации и профилактике артериальной гипертензии. Организацию работы Школы для пациентов

с АГ осуществлял кабинет профилактики районной поликлиники. На базе районной больницы организованы Школы для лиц с факторами риска ХНИЗ и для пациентов, страдающих артериальной гипертензией.

Занятия в Школе здоровья для пациентов с АГ проводились в кабинете профилактики, в специально оборудованном помещении, имеющем демонстрационные материалы (плакаты, таблицы, проектор), печатные раздаточные материалы (памятки, брошюры, листовки и т.д.) и все необходимое для обучения пациентов. В число медицинского персонала Школы здоровья входили медицинские работники кабинета медицинской профилактики, терапевт и медицинская сестра, прошедшие подготовку по основам профилактической медицины. Вопросы лечения и профилактики артериальной гипертензии излагались в краткой и доступной форме, при этом подчеркивалось значение предупреждения АГ и роли самого пациента в этом процессе. Занятия, посвященные формированию здорового образа жизни и немедикаментозным методам лечения и профилактики, проводились средним медицинским работником кабинета профилактики.

При формировании группы (8–10 человек) для обучения и занятий в Школе подбирали сходных по течению заболевания пациентов, предварительно знакомясь с данными амбулаторной карты пациентов. Иногда к занятиям в Школе привлекали родственников пациентов. Каждое занятие включало информационный материал и активные формы обучения, направленные на развитие умений и практических навыков у пациентов. Все занятия были заранее хронометрированы, имелись четкие инструкции по их ведению.

Школа для пациентов с АГ проводилась в виде 5–7-дневного цикла занятий по разработанной программе, дающей общее представление о заболевании, осложнениях и путях их предупреждения, лечении и профилактике АГ. Особое внимание уделялось факторам риска развития АГ и их коррекции. Проводились занятия по лечебному питанию, двигательной активности, управлению стрессом, отказу от вредных привычек. Занятия в группе сочетались с индивидуальным консультированием.

В течение 2016 г. обучение в Школе для пациентов с артериальной гипертензией прошли 387 человек, из них 180 человек с впервые выявленной гипертензией и 207 пациентов из диспансерной группы. Среди прошедших обучение мужчин было 172 человека (44,4%), женщин 215 человек (55,6%). Возраст пациентов колебался от 29 до 67 лет. Большинство составляли пациенты среднего возраста и старших возрастных групп. Большинство прошедших обучение в Школе здоровья пациентов были лица старше 60 лет (58,9%) и в возрасте 39–60 лет (38,5%).

После обучения в школе пациенты заполняли вопросник по оценке организации обучения в Школе здоровья. По данным опроса оценивались ближайшие критерии эффективности Школы здоровья (информированность пациентов о мерах профилактики АГ, мероприятиях по сохранению здоровья, повышению интереса населения к формированию здорового образа жизни). Для получения более полного представления о степени информированности пациентов о наличии у них факторов риска и их роли в развитии артериальной гипертензии, а также об их желании получить более полную информацию от медицинских работников нами была модифицирована стандартная анкета, заполняемая в кабинете профилактики. В анкету были включены дополнительные вопросы, касающиеся знаний пациентов об имеющихся у них факторах

риска и необходимости расширения объема их представлений о профилактике АГ. Нами были опрошены 180 человек с впервые выявленной АГ. Большинство опрошенных (77%) составляли лица молодого и среднего возраста. По уровню артериального давления пациенты распределялись следующим образом: АГ I степени зарегистрирована у 147 человек; АГ II степени у 225 человек; АГ III степени у 15 человек.

Результаты. 75% респондентов хотели бы расширить свой круг знаний о профилактике артериальной гипертензии, особенно касающихся правильного питания, физической активности и других факторов риска. При этом большинство опрошенных лиц хотели бы посетить Школу для пациентов с артериальной гипертензией для получения более полной информации о своем заболевании.

У большинства лиц, обучающихся в Школе для пациентов с АГ, повышенное артериальное давление сочеталось с другими факторами риска. Выявлены основные факторы риска: повышенная масса тела и ожирение (37,2%); курение (33,3%); гиподинамия (19,6%), гиперхолестеринемия (14,7%); злоупотребление алкоголем (2%). Наследственную предрасположенность имели 12,4%.

Судя по результатам опроса, большинство пациентов (80%) удовлетворены организацией обучения в Школе. Они отметили следующее: 1) заниматься было интересно; 2) получено много новой информации; 3) в дальнейшем намерены выполнять советы, полученные в Школе.

Оставшиеся 20% пациентов, прошедших обучение в Школе, от выполнения советов, полученных в школе, отказались, посчитав, что на это потребуется много времени и финансовых затрат. Отказались они и от коррекции факторов риска (бросить курить, похудеть, начать правильно питаться и т.д.).

По нашей оценке ближайших критериев эффективности, большинство прошедших обучение в Школе для пациентов с АГ получили достаточную информацию о своей патологии, факторах риска, мерах профилактики, формирования здорового образа жизни, лечения АГ, оказания неотложной помощи при гипертонических кризах. Кроме того, они овладели практическими навыками измерения АД и ведения дневника контроля АД, определения сердечно-сосудистого риска. У них повысился интерес к вопросам профилактики заболеваний и факторов их риска, возросла приверженность к выполнению данных медицинскими работниками рекомендаций.

Нами проведена медицинская оценка эффективности работы Школы для пациентов с артериальной гипертензией. Из числа пациентов с артериальной гипертензией, состоящих на диспансерном учете, занятия в Школе посетили 87%, с впервые выявленной артериальной гипертензией — 100%.

При изучении дневников пациентов с АГ отмечено увеличение числа лиц, достигших целевого уровня артериального давления (менее 140 и 90 мм рт.ст.), с 32 до 42%. Установлено уменьшение числа пациентов, госпитализированных по поводу гипертонических кризов, по сравнению с предыдущим годом на 22% (с 390 в 2015 г. до 311 в 2016 г.). Сократилось число вызовов скорой медицинской помощи по поводу неотложных состояний при АГ на 11% (с 523 в 2015 г. до 465 в 2016 г.).

Обсуждение. Анализ работы Школы для пациентов с артериальной гипертензией на базе кабинета профилактики Воскресенской районной больницы показал, что результатом обучения в Школе явилось прогрес-

сивное изменение представлений пациентов о своем заболевании, факторах риска его развития, необходимости постоянного лечения и профилактики обострений. Пациенты овладели необходимыми практическими навыками контроля артериального давления, определения факторов риска и суммарного сердечно-сосудистого риска. Успех Школы здоровья для больных артериальной гипертензией как информационно-образовательной технологии группового профилактического консультирования обеспечивала доверительная атмосфера общения врача и среднего медицинского работника с пациентом. Повышение приверженности пациентов к выполнению данных медицинскими работниками рекомендаций способствовало увеличению числа пациентов с контролируемой артериальной гипертензией, уменьшению числа гипертонических кризов и госпитализаций по поводу неотложных состояний, связанных с АГ. Большую роль в работе Школы здоровья для пациентов с артериальной гипертензией играют подготовленные по вопросам медицинской профилактики врачи и средние медицинские работники.

Заключение. Взаимопонимание, сочувствие и сопереживание со стороны медицинского персонала, эффективная обратная связь (умение слушать пациента, конкретно и в доступной форме объяснять материал занятий, обсуждать интересующие пациентов темы, четко отвечать на поставленные вопросы) могут изменить отношение пациентов к своему здоровью. Занятия в Школе с АГ позволяют научить контролировать свое заболевание, корректировать факторы риска, а самое главное — понять, что успех лечения и профилактики заболеваний возможен только в активном союзе с медицинскими работниками, врачом и средним медицинским персоналом.

Наше время характеризуется быстрым развитием информационно-образовательных технологий, в том числе дистанционных форм. Тем не менее профилактическое консультирование, особенно групповое (обучение в Школах здоровья), останется наиболее значимой и перспективной информационно-образовательной технологией профилактики хронических неинфекционных заболеваний.

Конфликт интересов отсутствует.

Авторский вклад: концепция и дизайн исследования — Г.Н. Шеметова, А.И. Рябошапко; получение данных, обработка данных, написание статьи — А.И. Рябошапко, Г.Н. Шеметова, Г.В. Губанова; утверждение рукописи для публикации — Г.Н. Шеметова.

References (Литература)

1. Shemetova GN, Ryaboshapko AI, Gubanova GV, Krasnikova NV, Belyaeva YuN. Preventive work of the therapist: the formation of competencies. Basic Research 2014; 7 (1): 166–169. Russian (Шеметова Г.Н., Рябошапко А.И., Губанова Г.В., Красникова Н.В., Беляева Ю.Н. Профилактическая работа терапевта: формирование компетенций. Фундаментальные исследования 2014; 7 (1): 166–169).
2. Mikhailova YuV, Orlova GG, Aref'eva IS, Shemetova GN. Organization of preventive work among students (To the question of social policy to protect the health of future superintendents Russia). Moscow: RIO TSNIOIZ, 2009; 224 p. Russian (Михайлова Ю.В., Орлова Г.Г., Арефьева И.С., Шеметова Г.Н. Организация профилактической работы среди студенческой молодежи (К вопросу о социальной политике по защите здоровья будущих прорабов России). М.: РИО ЦНИИОИЗ, 2009; 224 с.).
3. Shemetova GN, Krasnikova NV, Gubanova GV, Molodtsov RN, Shirshova SA, Ryaboshapko AI. Priorities of preventive work in the cardiovascular pathology among persons of working age. Saratov: SGMU, 2011; 216 p. Russian (Шеметова Г.Н., Красникова Н.В., Губанова Г.В., Молодцов Р.Н., Ширшова С.А., Рябошапко А.И. Приоритеты профилактической работы при сердечно-сосудистой патологии среди лиц трудоспособного возраста. Саратов: СГМУ, 2011; 216 с.).