

Zdravotní sestry a závislost na tabáku

Kateřina Malá

Společnost pro léčbu závislosti na tabáku
Ústřední vojenská nemocnice – Vojenská fakultní nemocnice

Fakta o kouření

- Kouření je nejvýznamnější preventabilní příčinou předčasného úmrtí a disability v ČR
- Počet kuřáků činí 2 250 000 (29 % populace starší 15 let)
- Dle údajů World Health Organization/SZÚ, téměř 17 % lékařů a **40 % zdravotních sester kouří.**

Kuřáci chtějí přestat kouřit a sestry jim v tom mohou pomoci

- Sestry jako **součást zdravotnického týmu** mohou mít obrovský podíl na zvýšení úspěšnosti léčby závislosti na tabáku jak v nemocniční, tak ambulantní péči. **Kdyby edukovaly všechny zdravotní sestry v ČR (tj. 100 000 sester) s úspěšností min. 1 vyléčený kuřák za rok. Znamenalo by to snížení o 100 000 kuřáků v ČR za rok.**
- Léčba by měla být nabízena komplexně celým zdravotnickým personálem včetně sester.

Krátká intervence

- Dle doporučení můžeme vycházet z programu 3A/3P.

ASK – ADVICE – ASSIST

PTÁT SE – PORADIT – POMOCI

- 3 – 5 minut – hospitalizovaní i ambulantní pacienti
- Krátkou intervencí, může bez pomoci lékaře, po zaškolení, pro své odborné vědomosti, zvládnout každá sestra.
- Krátká intervence při každém klinickém kontaktu – dle zákona č. 379/2005 **je povinná!**

Krátká intervence

- Krátká intervence je praktický postup, který vede k časně identifikaci rizikového chování a motivuje k aktivní nápravě.
 - Časově nenáročná (3-5 min. – hospitalizovaní i ambulantní)
 - Nízko nákladová
 - Snadno dostupná
 - Efektivní

Výhody sester

- Sestra je více dostupná pro pacienty.
- Užší vztah k pacientovi.
- Sestra s pacientem tráví více času než lékař.
- Je dostatečně vzdělaná v poskytování zdravotní péče.
- Sestra je plně kompetentní k léčbě závislosti na tabáku.
- Každá sestra komunikuje s pacientem.
- Při vstupním vyšetření sestrou se ptát na kuřáckou anamnézu a ihned reagovat.

Klíčové problémy

- Vysoká prevalence kuřáků mezi zdravotníky (17 % lékaři, až 40 % sester)
- Léčba závislosti na tabáku není plošně nabízena.
- Nemáme zatím všechny nekuřácké veřejné prostory.
- Nízká cena tabákových výrobků.
- Zdravotníci, kteří kouří, méně intervenují (i tito zdravotníci mohou sami potřebovat pomoc s odvykáním).
- Areál nemocnic – prodej tabákových výrobků, kuřácká místa, nedodržování zákazu kouření v areálu nemocnice.
- Bagatelizování, podceňování situace.
- Akceptování kouření (u zaměstnanců, v areálu ZZ, aj.)

Chyby kterých se dopouštíme

příklady z praxe

- Nereagujeme na kuřáckou anamnézu (pochvala, edukace)
- Doporučení není jasné a rozhodné.
- Doporučujeme pouze redukci cig. (i jedna cigareta vadí)
- Zlobíme se na pacienty, pokud jim pokus nevyjde.
- Vyhazujeme jim krabičky cigaret.
- 17 % lékařů a 40 % sester kouří (proč? když víme co víme)
- Akceptujeme kouření (kuřácké pauzy na pracovištích)
- Nejsou dodržovány zákazy kouření v nemocnicích.
- Dovolujeme prodej tabákových výrobků v areálu nem.
- Vystavujeme sebe i své blízké pasivnímu kouření.

Jaká je skutečnost?

- I přesto, že mají sestry k léčbě závislosti na tabáku kompetence a velké výhody oproti lékařům, jsou v ČR v této oblasti často nevyužívány a podceňovány. Důvodem jsou nedostatečné zkušenosti a trénink. Zdravotnické školy ani postgraduální vzdělávání dosud u nás adekvátní praxi sestrám standardně nenabízejí.

Základní pracovní postup

- Přístup a pochopení závislosti na tabáku jako nemoci
- Nebagatelizovat kouření – aktivní či pasivní
- Ptát se na kuřácký status pacientů přijímaných do ZZ
- Reagovat na kuřáctví u pacientů
- Nabízení pomoci (NTN, CZT, aj.)

Společnost pro léčbu závislosti na tabáku

- Organizace sdružující lékaře, sestry a další zdravotníky zabývající se léčbou závislosti na tabáku, prevencí a dalšími aktivitami vedoucími ke snížení spotřeby tabáku v ČR.
- www.slzt.cz

Sesterská sekce SLZT

- Součástí SLZT
- Od roku 2007 **kurzy pro sestry** *Metodika prevence a léčba závislosti na tabáku*, proškoleno > 900 sester.
- Organizace preventivních akcí pro veřejnost (měření CO ve výdechu, předávání informací, aj.)
- Tvorba edukačního materiálu pro sestry



Preventivní akce



Mezinárodní spolupráce

- Spolupráce s Mezinárodní společností sester v onkologické péči (International Society of Nurses in Cancer Care-ISNCC) od roku 2011
- Celodenní prekonferenční workshop pro 20 sester z celé ČR + 20 minigrantů – Cancer Nursing Conference, Hilton, Praha, 2011
- Centrum excelence pro sestry východní Evropy (Maďarsko, Rumunsko, Slovensko, Slovinsko) v kontrole tabáku bylo zvoleno Centrum pro závislé na tabáku ve VFN

Mezinárodní spolupráce

- Projekt s ISNCC „Sestry pomáhají přestat kouřit“
- Cíl: rozšíření krátké intervence mezi sestry.
- Sestry SLZT byly zvoleny vedoucím týmem pro východní Evropu
- 2 e-learningové kurzy, které byly přeloženy, ohodnoceny dle platného kreditního systému a poskytnuty sestrám v ČR a v Polsku zdarma.
- Pozvání na mezinárodní konference (Istanbul, Vancouver) ke shrnutí a vyhodnocení projektu.

Pozvání na mezinárodní konference



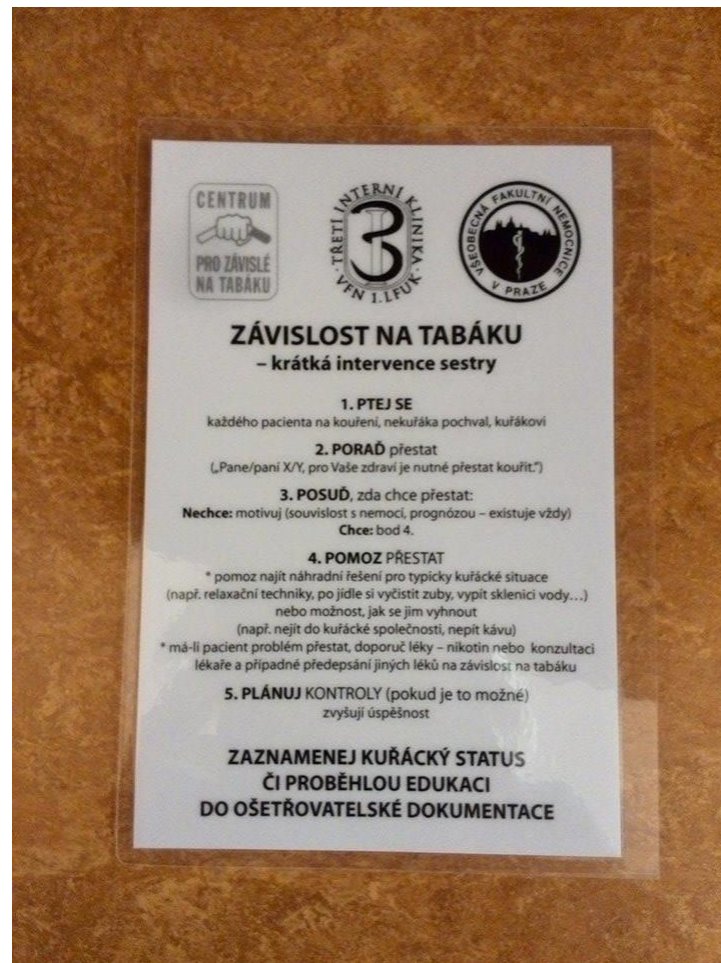
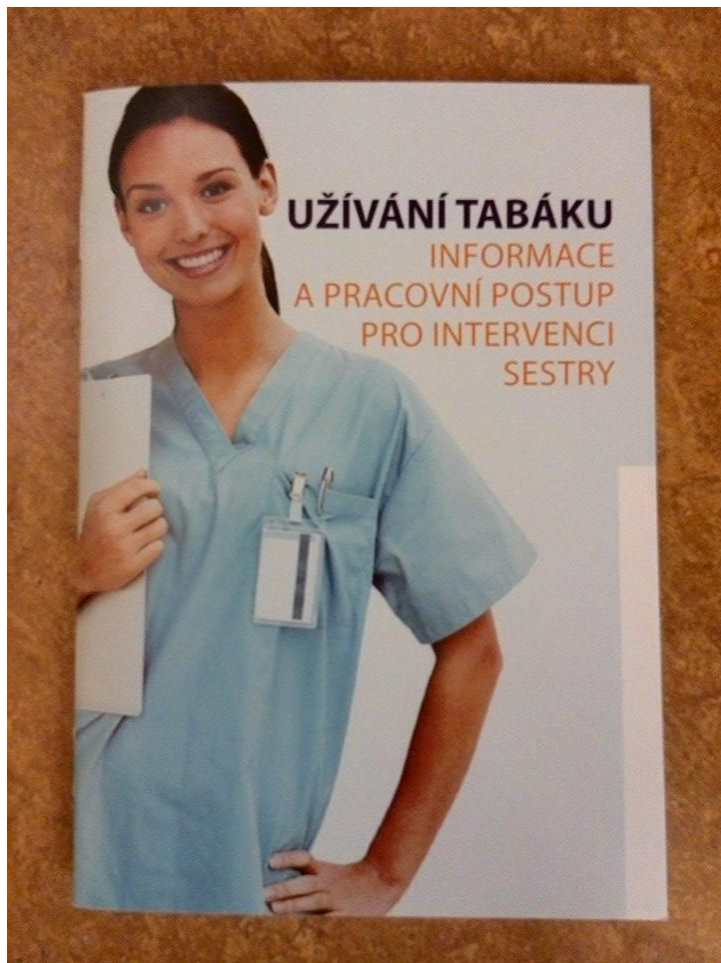
Istanbul



Vancouver

- **Doporučení pro sestry** (součástí doporučení je Etický kodex kontroly tabáku pro profesní organizace lékařů a dalších zdravotníků)
- **Ošetrovatelský standard – držitelem ČAS**
- **Tisk informačních materiálů**
- **Tvorba pomocníků pro sestry: Krátká intervence**
- **Organizace kurzů, seminářů, přednášek pro sestry**

Doporučený postup pro sestry



Vydán v roce 2010

Schválen Výborem SLZT a prezidiem ČAS

Děkuji za pozornost

