

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΟΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

**ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΑΣΘΕΝΩΝ** είναι η διαδικασία κατά την οποία ανταλλάσσονται πληροφορίες και οδηγίες, οι οποίες επιτρέπουν στον ασθενή να αποκτήσει γνώση και δεξιότητες ώστε να διευθετήσει καλύτερα τα προβλήματα της υγείας του και να βελτιώσει τη ευεξία του. Η εκπαίδευση των ασθενών συνεχίζει να διαδραματίζει έναν πολύ σημαντικό ρόλο στη βελτίωση της έκβασης της υγείας του.

Στον κλινικό χώρο η εκπαίδευση των ασθενών γίνεται ανάμεσα στον:

Επαγγελματία Υγείας και τον ασθενή

Επαγγελματία Υγείας και την οικογένεια του ασθενή

Επαγγελματία υγείας ή άλλου φροντιστή

Οι πληροφορίες που μεταδίδονται εξαρτώνται από:

Την εκτίμηση του ασθενούς

Την αξιολόγηση,

Τη διάγνωση

Την πρόγνωση

Την ικανότητα του ασθενούς

Τις προσωπικές ανάγκες του ασθενούς

### **Πρωταρχικοί στόχοι της Εκπαίδευσης ασθενών**

- Η προαγωγή, διατήρηση και αποκατάσταση της υγείας
- Η αλλαγή των συμπεριφορών υγείας
- Η βελτίωση της συμμόρφωσης ασθενών

### **Πέντε βήματα της Εκπαίδευσης των ασθενών**

- Η εκτίμηση
- Ο Προγραμματισμός
- Η Εφαρμογή
- Η Αξιολόγηση
- Η Τεκμηρίωση

### **ΕΚΤΙΜΗΣΗ ΑΝΑΓΛΩΝ ΤΟΥ ΑΣΘΕΝΗ**

Η ΕΚΤΙΜΗΣΗ αποτελεί το πρώτο βήμα της εκπαίδευσης των ασθενών. Καθορίζει τις ανάγκες για φροντίδα υγείας αλλά και τις ανησυχίες του ασθενούς και της οικογένειάς του και εκτιμά τις εκπαιδευτικές ανάγκες του ασθενούς και την ετοιμότητά του να μάθει.

Για καλύτερη εκτίμηση του ασθενή ο ΕΥ θα πρέπει:

1. Να προσδιορίσει την ετοιμότητά του για μάθηση
2. Να εκτιμήσει τις μαθησιακές του ανάγκες
3. Να εκτιμήσει το μαθησιακό στυλ που του ταιριάζει

Ακόμη η κατανόηση των φυσικών και ψυχικών αναγκών του ασθενή θα προετοιμάσει τον ΕΥ να τον διδάξει όπως αρμόζει

## ΕΤΟΙΜΟΤΗΤΑ ΓΙΑ ΜΑΘΗΣΗ

Η ικανότητα του ασθενούς για μάθηση αποτελείται από πολλούς παράγοντες. Η ιατρική ορολογία συνήθως είναι άγνωστη στους ασθενείς. Επίσης, οι ασθενείς μαθαίνουν τη διάγνωσή τους όταν είναι στην οξεία φάση της ασθένειάς τους και η ικανότητά τους για μάθηση δεν είναι μεγάλη. Κατά τη φάση της ανάκαμψης ο ασθενής αρχίζει να ανακάμπτει ή να αρχίζει να προσαρμόζεται ή ακόμα να δέχεται την ασθένειά του. Όσον περνάει ο καιρός η ετοιμότητα του ασθενούς για μάθηση αυξάνει ενώ εκείνος γίνεται πιο δεκτικός στη διαχείριση και την αποφυγή περαιτέρω προβλημάτων. Υπάρχουν, όμως, και διαφορές μεταξύ των ασθενών ανάλογα με την κατάστασή τους –ασθενείς με βοηθήματα, κλινήρης κ.λπ.

## ΑΛΦΑΒΗΤΙΣΜΟΣ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

Αλφαβητισμός στην υγεία (σελ. 75) είναι «ο βαθμός στον οποίο τα άτομα έχουν κατακτήσει την ικανότητα να κατέχουν, να επεξεργάζονται και να κατανοούν βασικές πληροφορίες για την υγεία και των υπηρεσιών της ώστε να λάβουν τις κατάλληλες αποφάσεις για την υγεία τους». Ένας αριθμός ασθενών μπορεί να έχουν ψηλό μορφωτικό επίπεδο αντιμετωπίζουν προβλήματα παιδείας σχετικά με θέματα σχετικά με τον τομέα της υγείας. Άλλες αντίστοιχες κατηγορίες είναι οι ηλικιωμένοι ενήλικες, οι μειονότητες, τα άτομα με χαμηλό μορφωτικό επίπεδο, όσοι δεν μιλούν ελληνικά.

### Προβλήματα των ασθενών με χαμηλό επίπεδο αλφαβητισμού στην υγεία

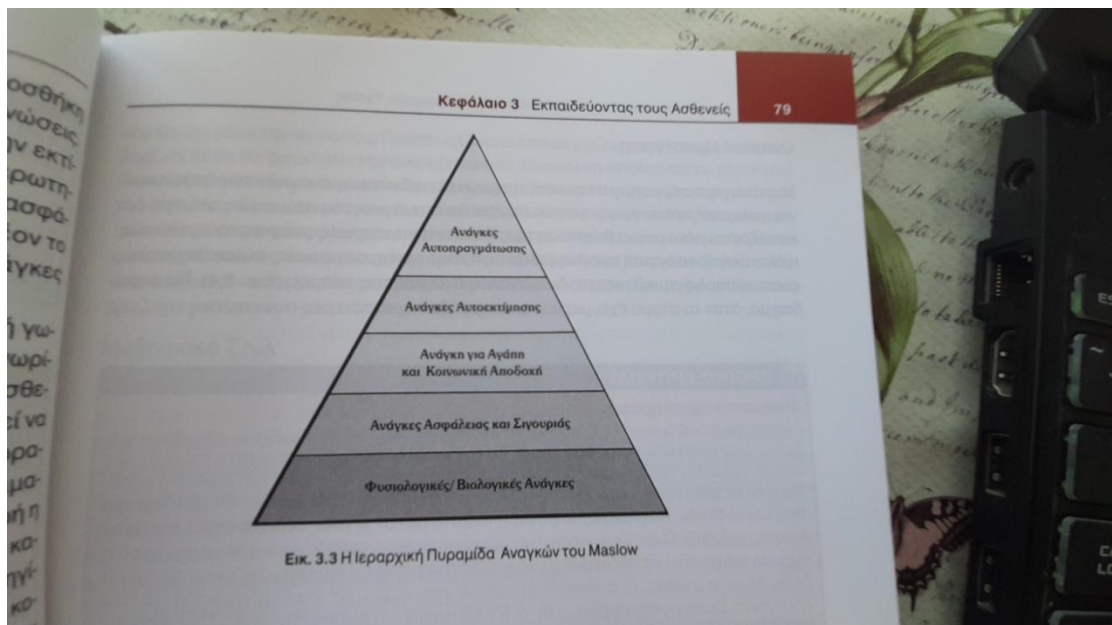
- Ενδεχομένως να μην είναι εξοικειωμένοι με τους ιατρικούς όρους
- Να μην είναι εξοικειωμένοι με την ανατομία
- Να μην είναι εξοικειωμένοι με τις λειτουργίες του σώματος
- Να μην μπορούν να εκτιμήσουν τα στατιστικά στοιχεία
- Να μην μπορούν να εκτιμήσουν τους κινδύνους μιας θεραπείας
- Να μην μπορούν να δώσουν στον ΕΥ τις ακριβείς πληροφορίες για την κατάστασή τους
- Να μην κατανοούν τις αλλαγές που πρέπει να κάνουν π.χ. σταμάτημα του καπνίσματος

## Η ΙΕΡΑΡΧΙΚΗ ΠΥΡΑΜΙΔΑ ΤΟΥ MASLOW (SEL. 78-79)

Αν δεν ικανοποιηθούν ορισμένες ανάγκες ενδεχομένως ο ασθενής να αντιμετωπίσει πρόβλημα συμμόρφωσης όσον αφορά την εκπαίδευσή του, με αποτέλεσμα η μάθηση να μην καταστεί εφικτή. Στο τέλος της δεκαετίας του '60 ο Maslow –αμερικανός ψυχίατρος- ανέπτυξε μια θεωρία για την καλύτερη κατανόηση των ανθρώπινων αναγκών. Σύμφωνα με αυτόν μια ανάγκη είναι σημαντική όταν:

- Χωρίς την ικανοποίηση ή την παρουσία της προκύπτει ασθένεια
- Η ικανοποίηση της ανάγκης αποκαθιστά την ομοιόσταση ή την ευεξία
- Τα άτομα αισθάνονται ικανοποίηση όταν η ανάγκη αυτή ικανοποιείται

Πριν το άτομο όμως προχωρήσει στην ικανοποίηση των ψηλότερων αναγκών και προσωπικών επιτευγμάτων του θα πρέπει να ικανοποιήσει τις βασικές ανάγκες του



ΠΗΓΗ: Κουράκος & Καυκιά 2021, σελ. 79

**ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΑΝΑΓΚΕΣ:** Οι πιο βασικές ανάγκες. Είναι απαραίτητες για την ζωή και αποτελούν τη βάση πάνω στην οποία βασίζονται τα πάντα. Περιλαμβάνουν: το οξυγόνο, το νερό, το φαγητό. Η μη ικανοποίησή τους συνεπάγεται πολλαπλά εμπόδια στην επικοινωνία της εκπαίδευσης ασθενών.

**ΣΙΓΟΥΡΙΑ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑ:** Περιλαμβάνονται το καταφύγιο, η οικονομική ασφάλεια και η ελευθερία από το φόβο

**ΑΓΑΠΗ ΚΑΙ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ ΑΠΟΔΟΧΗ:** περιλαμβάνονται η οικογένεια, η ύπαρξη υποστηρικτικού περιβάλλοντος ή κοινωνικού δικτύου. Χωρίς αυτά οι άνθρωποι μπορεί να αισθάνονται απομόνωση και κατάθλιψη με αποτέλεσμα να είναι λιγότερο δεκτικοί στην εκπαίδευση

**ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ:** η ικανοποίησή της γεμίζει τους ανθρώπους με περηφάνια για τα επιτεύγματά τους και σεβασμό όλων όσων εκτιμά ο καθένας. Ακόμα κι αν υπάρχει ικανοποίηση των περισσότερων αναγκών ο άνθρωπος νιώθει ανησυχία να λείπει ο σεβασμός και η εκτίμηση προς αυτόν.

**ΑΥΤΟΠΡΑΓΜΑΤΩΣΗ:** Στην κορυφή της πυραμίδας. Επιτυγχάνεται όταν το άτομο φτάσει στο μέγιστο των ικανοτήτων του. Ένα άτομο αποδέχεται το εαυτό του και τους άλλους γιατί είναι ικανοποιημένο και καλύπτει όλες τις βασικές του ανάγκες. Σε αυτό το επίπεδο οι ασθενείς συμμορφώνονται περισσότερο και είναι ικανοί να αναζητήσουν και να ακολουθήσουν την εκπαίδευση που τους προτείνεται.

## ΜΑΘΗΣΙΑΚΑ ΣΤΥΛ-ΕΙΔΗ ΜΑΘΗΣΗΣ

**ΓΝΩΣΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ:** Επεξεργασία γεγονότων, διατύπωση συμπερασμάτων, λήψη αποφάσεων ακούγοντας ή διαβάζοντας οδηγίες ή πληροφορίες.

**ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ:** Απευθύνεται στα συναισθήματα ή στα αισθήματα και αποσκοπεί στην επίτευξη της αλλαγής των πεποιθήσεων λη των στάσεων του ατόμου ώστε να ενισχυθεί η σημασία της αλλαγής των ιδεών

**ΨΥΧΟΚΙΝΗΤΙΚΗ ΜΑΘΗΣΗ:** Η απόκτηση δεξιοτήτων. Αν οι νέες γνώσεις μπορούν να διδαχθούν στον ασθενή μέσω της ενεργητικής συμμετοχής του στην πραγματοποίηση μιας δεξιότητας τότε αυξάνεται η πιθανότητα ο ασθενής να κατανοήσει και να διατηρήσει τη δεξιότητα αυτή. Π.χ ο ασθενής μαθαίνει να κάνει μόνος του την ένεση ινσουλίνης.

## ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΤΟΥ ΑΣΘΕΝΟΥΣ

Στο βήμα αυτό προσδιορίζεται ο σκοπός και χρησιμοποιούνται όλες οι πληροφορίες που έχουν συγκεντρωθεί κατά τη διάρκεια της συνέντευξης ή κατά τη διαδικασία εκτίμησης.

**Μαθησιακοί σκοποί:** είναι δηλώσεις γενικού χαρακτήρα που αφορούν μια μακροπρόθεσμη προσδοκία ή ένα επιθυμητό αποτέλεσμα και αποτελούν τις βάσεις ή τα θεμέλια των μαθησιακών στόχων.

**Μαθησιακοί στόχοι:** είναι δηλώσεις που περιγράφουν τα επιθυμητά αποτελέσματα και πως αυτά τελικά θα επιτευχθούν ενώ έχουν συγκεκριμένο χαρακτήρα και είναι μετρήσιμοι. Στις περισσότερες περιπτώσεις για κάθε μαθησιακό σκοπό αντιστοιχούν πολλοί μαθησιακοί στόχοι.

Για κάθε ασθενή και κάθε κατάσταση θα πρέπει να δημιουργούνται συγκεκριμένοι σκοποί και στόχοι.

## ΕΦΑΡΜΟΓΗ ΤΟΥ ΣΧΕΔΙΟΥ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

Η εφαρμογή αποτελεί το επόμενο βήμα του σχεδίου εκπαίδευσης. Υπάρχουν αρκετοί τρόποι με τους οποίους μπορεί να πραγματοποιηθεί.

## ΔΙΑΛΕΞΗ

Παρουσιάζονται οι βασικές πληροφορίες και δεν απαιτείται η συμμετοχή τους ασθενούς. Κρίνεται καλύτερη για ασθενείς με υψηλά κίνητρα οι οποίοι γενικά συμμορφώνονται.

## ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΡΟΛΩΝ ΚΑΙ ΕΠΙΔΕΙΞΗ

Ο ΕΥ παρουσιάζει τη διαδικασία και ασθενής τον παρακολουθεί. Μετά ο ασθενής εκτελεί την ίδια διαδικασία μπροστά στον ΕΥ ώστε ο δεύτερος να εκτιμήσει το βαθμός κατανόησης και ικανότητας εφαρμογής

Θα πρέπει να χρησιμοποιούνται ρεαλιστικά παραδείγματα και να μπορούν οι ασθενείς να τα εφαρμόσουν στις οικίες τους.

## ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Διαδικασία ανταλλαγής πληροφοριών και εννοιών. Ο ΕΥ παρουσιάζει τις πληροφορίες και έπειτα οι ασθενείς καλούνται να απαντήσουν στο αν τις έχουν κατανοήσει και πώς αυτές μπορούν να τους επηρεάσουν. Με τη διαδικασία ενισχύεται η συναισθηματική ή αισθηματική διατήρηση των πληροφοριών.

Μέθοδος αποτελεσματική στην εκμάθηση νέων τρόπων ζωής αλλά **όχι** τόσο αποτελεσματική στις ιατρικές διαδικασίες.

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Ως εκπαιδευτικό υλικό ορίζεται οποιοδήποτε υλικό παρέχει ακριβείς και συνοπτικές πληροφορίες για την υγεία. Έχει πολλές μορφές: φυλλάδια, ενημερωτικά δελτία, αφίσες, βίντεο. Βοηθά πολύ τους ασθενείς με χαμηλό αλφαριθμητισμό. Μπορεί, επίσης, να μεταφερθεί στο σπίτι των ασθενών.