



نظام جامع آموزش بیمار

دکتر شهرام رفیعی فر
سرپرست دفتر آموزش و ارتقای سلامت



فرایند آموزش بیمار

- آموزش بیمار، **فرآیندی است بیمار محور** مبتنی بر نیازهای تعیین شده توسط پزشک و بیمار برای کمک به بیمار در تصمیم گیری مشارکتی و آگاهانه در مورد بیماری اش که برای کنترل و کنار آمدن هر چه بهتر بیمار با بیماری اش اجرا می گردد.
- برای تضمین آموزش بیماری اثربخش و قابل مدیریت و ارزشیابی، نیازمند استقرار نظام جامع آموزش بیمار در کشور هستیم.



حیطه های ۳ گانه آموزش بیمار برای خودمراقبتی

استراوس و کورین

- ❖ مراقبت های پزشکی یا کنترل وضعیت بیماری مانند مصرف دارو، رعایت رژیم غذایی خاص و
- ❖ مراقبت هایی که شامل حفظ، تغییر و یا مدیریت نقش ها و رفتارهای جدید در زندگی روزمره می شوند. مانند اعمال تغییراتی در روش انجام ورزش های دلخواه در مبتلایان به کمردرد؛
- ❖ مدیریت هیجان های ناشی از ابتلای به یک بیماری مزمن که دیدگاه بیمار را نسبت به آینده تغییر می دهد. مانند خشم، ترس، یأس و افسردگی ناشی از یک بیماری مزمن.

انواع رویکردهای آموزش بیمار

مدل پزشک مدار

❖ ظرفیت بیمار

❖ تبعیت بیمار

❖ برنامه ریزی برای بیمار

غیر فعال و وابسته

❖ پزشک نیازهای آموزشی بیمار

را تعیین می کند.

مدل بیمار مدار

❖ خود کار آمدی

❖ مشارکت بیمار

❖ برنامه ریزی توسط بیمار

توانمند، فعال و مستقل

❖ بیمار نیازهای آموزشی خود

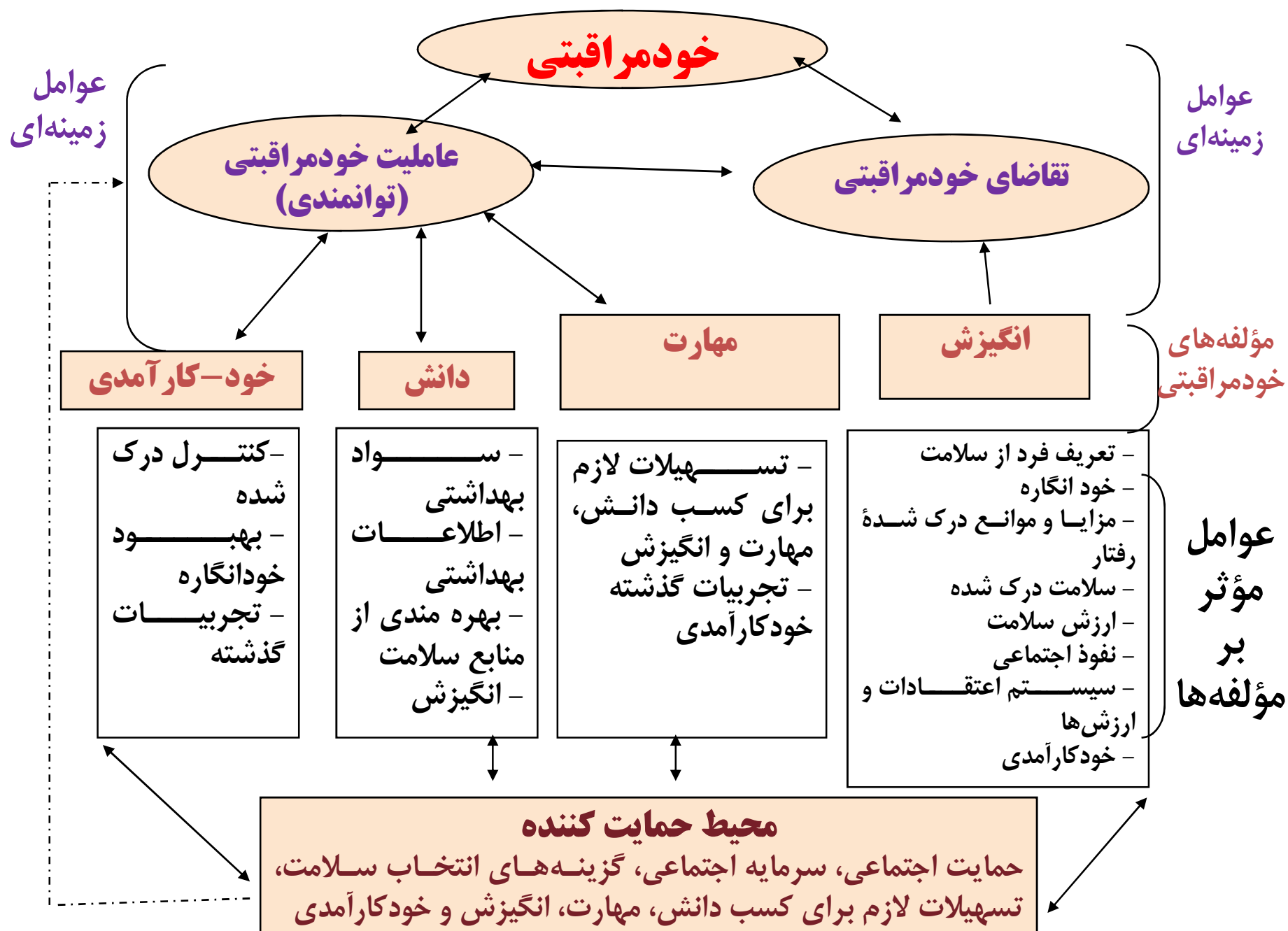
را تعیین می کند.

آموزش بیمار با رویکرد خودمراقبتی

- ❖ آموزش بیمار با رویکرد خودمراقبتی در برگیرنده تمام فعالیت‌های آموزشی برای بیمار شامل **آموزش‌های درمانی**، **آموزش‌های بهداشتی** و **ارتقای سلامت** است که برای کمک به بیمار به منظور تصمیم‌گیری آگاهانه در مورد بیماری خود و کسب مهارت‌های خودمراقبتی صورت می‌گیرد.
- ❖ **بیمار «خبره»**، بیماری است که مهارت‌های لازم برای مقابله با وضعیت بیماری خود را کسب نموده است.
- ❖ **آموزش بیمار خبره**، تنها با یک اطلاع‌رسانی ساده به بیمار ممکن نیست بلکه اساس این برنامه ایجاد اطمینان و انگیزه در بیمار برای استفاده از مهارت‌های فردی، اطلاعات و خدمات تخصصی به منظور به دست آوردن کنترل زندگی اش در عین بیماری است.

ویژگی های بیمار خبره

- ❖ احساس اطمینان و کنترل روی زندگی خود دارد؛
- ❖ هدفش این است که با وضعیت خود، برخورد مناسب داشته باشد و در این راه با مراقبان بهداشتی نیز همکاری می کند؛
- ❖ به طور مؤثر با مراقبان بهداشتی ارتباط برقرار می کند و علاقمند است که در مسئولیت ها و درمان خود سهم باشد؛
- ❖ در مورد تأثیر درازمدت بیماری اش روی خود و خانواده اش واقع نگر است؛
- ❖ دانش و مهارت خود را برای هدایت کامل زندگی اش به کار می گیرد.



برای داشتن انتخابی توانمند و آگاهانه، فرد باید....

- (۱) از انگیزه کافی برخوردار باشد. تعریف فرد از سلامت، خود انگاره، مزایا و موانع درک شده رفتار، سلامت درک شده، ارزش سلامت، نفوذ اجتماعی، سیستم اعتقادات و ارزش‌ها و خودکارآمدی فرد بر انگیزه او تأثیر می‌گذارند؛
- (۲) اطلاعات کافی در مورد موضوع داشته باشد(دانش). برای کسب این دانش وی به سواد بهداشتی کافی، اطلاعات مناسب و معتبر و در دسترس و مهارت بهره‌مندی از منابع سلامت نیاز دارد؛
- (۳) توانایی دست زدن به اقدام مؤثر را در خود ببیند (خود-کارآمدی). حصول این توانایی ناشی از مؤلفه‌های «کنترل درک شده» و «خودانگاره» است:

برای داشتن انتخابی توانمند و آگاهانه، فرد باید....

❖ «کنترل درک شده» یعنی آیا فرد به طور کلی و در حیطه سلامت حس می کند که می توان بر امور کنترل داشت و در سرنوشت خود سهم شد یا نه؟

❖ «خودانگاره» یعنی مجموعه افکار و احساسات فرد درباره خودش.

❖ «خود-کارآمدی» باور فرد نسبت به توانایی خود در اعمال این کنترل است.

۴) مهارت های لازم برای ارزیابی وضعیت خود، تصمیم گیری و اقدام را کسب نماید.

۵) «حمایت های محیطی» داشته باشد تا بتواند مجموعه فوق را به «رفتار سلامت بخش» تبدیل نماید.

۶ مهارت های اصلی آموزش بیمار با رویکرد خودمراقبتی هولمن و لوریگ

❖ حل مسأله

❖ تصمیم گیری

❖ بهره مندی از منابع

❖ مشارکت با ارایه دهندگان خدمات بهداشتی

❖ دست به اقدام زدن

❖ متناسب نمودن برنامه با ویژگی های فردی خود

مراحل آموزش بیمار برای خودمراقبتی ۱

۱) ارزیابی نیازهای خودمراقبتی بیمار

❖ تشخیص رفتاری

❖ تعیین موضوع خودمراقبتی

❖ جمع آوری و تحلیل اطلاعات خودمراقبتی بیمار

۲) بررسی انگیزه بیمار برای یادگیری خودمراقبتی

❖ تشخیص نیاز به کسب دانش در بیمار

❖ تعیین میزان آمادگی بیمار برای یادگیری خودمراقبتی

۳) طراحی برنامه آموزش بیمار برای خودمراقبتی

❖ تبیین اهداف آموزش بیمار برای خودمراقبتی: چه مواردی برای یادگیری بیمار ضروری است؟ اولویت های یادگیری چیست؟ موفقیت بیمار چگونه ارزیابی می شود؟

❖ ارزیابی بیمار: توان یادگیری (دانش، مهارت، رفتار و توانایی ها) بیمار چگونه است؟ چه عواملی موجب تسریع یا توقف بیمار در اجرای توصیه های خودمراقبتی می شود؟ اولویت های خودمراقبتی بیمار چیست؟

مراحل آموزش بیمار برای خودمراقبتی ۲

۴) اجرای برنامه آموزش بیمار برای خودمراقبتی

- ❖ بهترین راهکار را انتخاب کنید تا با اهداف خودمراقبتی بیمار تطابق داشته باشد
- ❖ زمان را از دیدگاه بیمار و از جنبه درمانی مورد توجه قرار دهید
- ❖ به بیمار فرصت دهید تا مسوولیت مراقبت از خود را بپذیرد
- ❖ منابع بیمار را تجهیز کنید
- ❖ برنامه را بر اساس اولویت به مراحل قابل مدیریت تفکیک کنید

۵) ارزیابی نتایج

- ❖ بیمار تا چه میزان به اهداف تعیین شده رسیده است؟
- ❖ اگر بیمار به اهداف مورد نظر نرسیده، دلایل عدم موفقیت او را شناسایی کنید.
- ❖ چه راه‌حل‌هایی وجود دارد؟

مراحل آموزش بیمار برای خودمراقبتی ۳

۶) اصلاح برنامه آموزش بیمار برای خودمراقبتی

- ❖ تعیین اهداف ابتدایی آموزش بیمار در مورد رفتاری مشخص
- ❖ تعیین عوامل فردی (دانش، مهارت، رفتار و تجارب گذشته)، اجتماعی (سیستم حمایت اجتماعی؛ رفتار و عقاید خانواده، دوستان و کارفرما؛ ارزش های فرهنگی؛ تأثیرات اجتماعی)، محیطی (موقعیت جغرافیایی، مناسبات زندگی، موقعیت مالی، برنامه روزانه، شغل و درآمد)، درمانی (پیچیدگی برنامه، عوامل جانبی، هزینه/منفعت، مدت زمان) تأثیرگذار بر رفتار بیمار

- ❖ تعیین عوامل تسریع کننده و بازدارنده تحقق اهداف برنامه
- ❖ تعیین عوامل قابل تغییر با آموزش بیمار یا استفاده از گزینه های مناسب

۷) تعیین و اولویت بندی اهداف جدید برنامه

نظام جامع آموزش بیمار

دکتر شهرام رفیعی فرو و همکاران-۱۳۸۴

□ ما نظام جامع آموزش بیمار را با توجه به معیارهای کشورمان در سه موقعیت **مطب و کلینیک**، **مرکز بهداشتی درمانی روستایی** و **بیمارستان** طراحی کردیم.

□ نظام طراحی شده در هر یک از این موقعیت ها از پنج بخش تشکیل شده است:

- (۱) فلوجارت کلی برنامه آموزش بیمار
- (۲) فلوجارت های میانی یا فرآیند محور
- (۳) فلوجارت های جزئی یا بیمار محور
- (۴) جداول خدمات
- (۵) جداول رایاه دهندگان خدمات

رویکردهای کلی نظام جامع آموزش بیمار

- ۱) توسعه رفتار سالم و تغییر رفتارهای تهدید کننده سلامت
- ۲) توجه به حق انتخاب آگاهانه بیمار در کلیه فرآیندهای مرتبط با بیماری شامل پیشگیری، تشخیص، درمان و توانبخشی
- ۳) برنامه ریزی بر پایه نیازهای بیمار (نیازی که بیمار بیان می کند و نیازی که پزشک برای بیمار احساس می کند)
- ۴) مشارکت پزشک و بیمار در تصمیم گیری برای درمان، آموزش و تعیین نیاز بیمار
- ۵) به رسمیت شناختن آموزش بیمار به عنوان یکی از نشانگرهای کیفیت مراقبت

اهداف کلی استقرار نظام جامع آموزش بیمار

- ۱) کاهش شاخص‌های مرگ و میر و ابتلاء از طریق افزایش کارایی مدیریت بیماری‌ها در زمینه درمان، پیشگیری و سازش با بیماری‌ها
- ۲) افزایش بهره‌مندی بیماران از حقوق بیمار (مصرح در منشور حقوقی بیماران)
- ۳) بهبود کیفیت مراقبت
- ۴) افزایش رضایت بیماران از خدمات سلامت

اهداف اختصاصی رفتاری نظام جامع آموزش بیمار

- ۱- بیمار اقدامات بیمار محور لازم برای تشخیص بیماری را انجام دهد.
- ۲- بیمار اقدامات بیمار محور لازم برای کسب کمک در مورد بیماری خود را انجام دهد.
- ۳- بیمار اقدامات بیمار محور لازم برای درمان (بهبود علایم و پیشگیری از عوارض) را انجام دهد.
- ۴- بیمار اقدامات بیمار محور لازم برای توانبخشی خود را انجام دهد.
- ۵- بیمار اقدامات بیمار محور لازم برای پیشگیری از بیماری در سایرین را انجام دهد:
 - ۱-۵- اقدامات بیمار محور لازم در مورد پیشگیری اولیه از بیماری در سایرین را انجام دهد.
 - ۲-۵- اقدامات بیمار محور لازم در مورد پیشگیری ثانویه از بیماری در سایرین را انجام دهد.
- ۶- بیمار در راستای استیفای حقوق تعریف شده خود، براساس منشور کشوری حقوق بیمار اقدام نماید.

اهداف اختصاصی آموزشی نظام جامع آموزش بیمار ۱

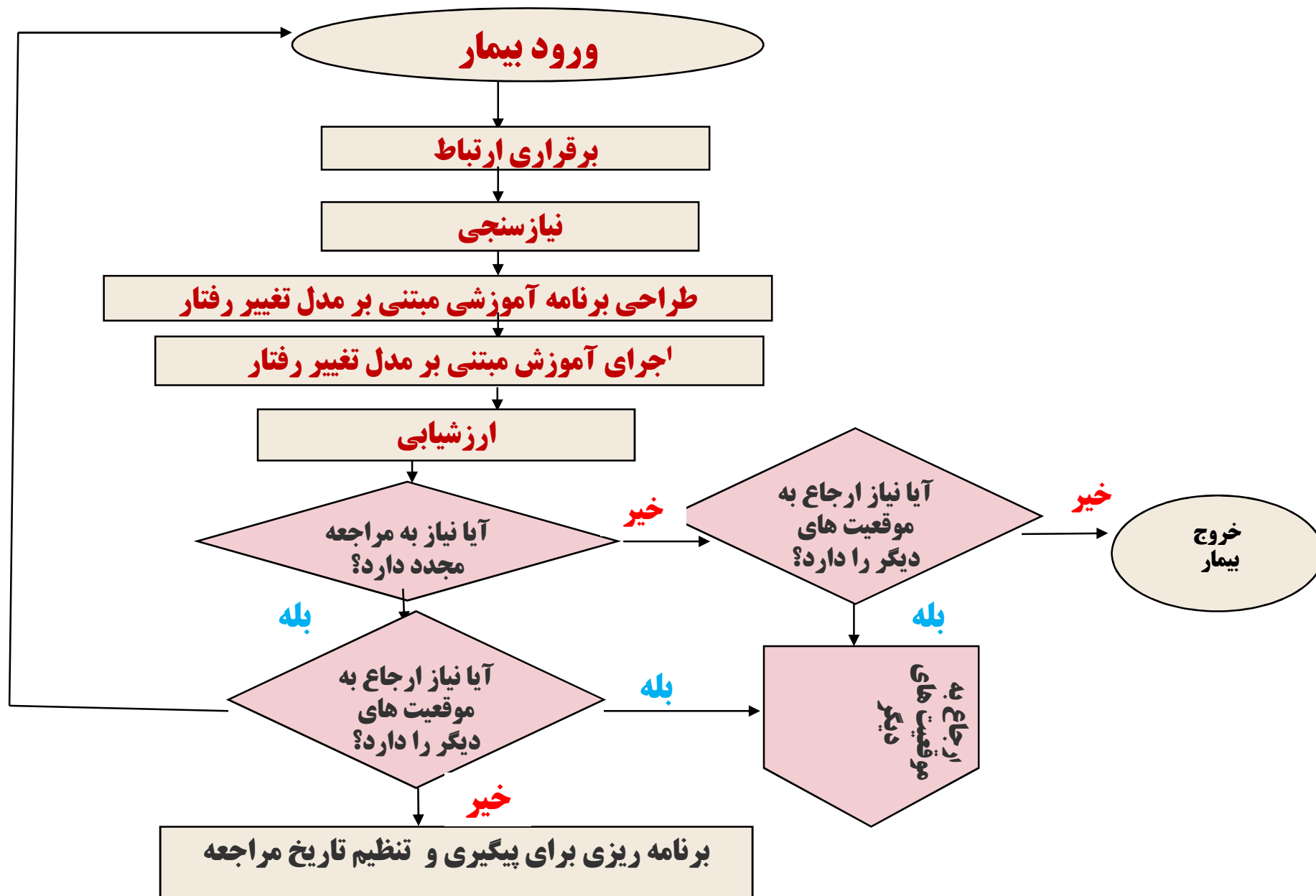
- ۱- کلیه بیماران به خدمات آموزش بیمار دسترسی داشته باشند.
- ۱-۱- کلیه بیماران در مراحل مختلف بیماری خدمات آموزشی متناسب با آن مرحله را دریافت کنند (عدالت عمودی).
- ۱-۲- کلیه بیماران با نیازهای مشابه، خدمات آموزشی مشابه را دریافت کنند (عدالت افقی):
 - ۱- بیمار علایم بیماری را بشناسد.
 - ۲- بیمار راههای انتقال یا عوامل زمینه ساز بیماری را بشناسد.
 - ۳- بیمار عوارض بیماری را بشناسد.
 - ۴- بیمار علایم عود بیماری (در صورت وجود)، راههای پیشگیری از عود و در صورت عود، نحوه برخورد با آن را بشناسد.
 - ۵- بیمار نتیجه بیماری را بشناسد.
 - ۶- بیمار علایم بیماریهای احتمالی همراه یا بیماری هایی که عوارض بیماری فصلی می باشند را بشناسد.

اهداف اختصاصی آموزشی نظام جامع آموزش بیمار ۲

- ۷- بیمار کلیه معاینات لازم برای تشخیص بیماری را بشناسد.
- ۸- بیمار انواع روش‌های موجود برای درمان (بستری - سرپایی)، روش انتخابی پزشک، دلایل انتخاب روش، هزینه احتمالی هر روش، مزایا و معایب هر یک را بشناسد.
- ۹- بیمار انواع درمان‌های موجود (دارویی - جراحی)، روش انتخابی پزشک، دلایل انتخاب روش، هزینه احتمالی هر روش، مزایا و معایب هر یک را بشناسد.
- ۱۰- بیمار انواع خدمات پاراکلینیکی لازم (رادیولوژی، پاتولوژی، آزمایشگاه) روش‌های انتخابی پزشک، دلایل انتخاب روش، هزینه احتمالی هر روش، مزایا و معایب هر یک را بشناسد.
- ۱۱- بیمار به طور کامل عوارض درمان، روش برخورد با هر یک از عوارض و مراکز درمانی که در صورت بروز عوارض و عدم دسترسی به پزشک خود می‌تواند به آنها مراجعه کند را بشناسد.
- ۱۲- بیمار روش‌های اجرایی (عملکرد) صحیح و بهداشتی در زندگی روزمره برای تسهیل درمان بیماری و کاهش یا رفع عوارض بیماری را بشناسد.

اهداف اختصاصی آموزشی نظام جامع آموزش بیمار ۳

- ۱۳- بیمار روش برخورد با افراد سالم (به ویژه در صورت واگیر بودن بیماری) را بشناسد.
- ۱۴- بیمار نحوه بررسی دیگر اعضای خانواده در صورت ارثی بودن یا واگیردار بودن بیماری را بشناسد.
- ۱۵- بیمار عوامل خطر ساز محیطی را که می تواند بیماری را بدتر کرده یا پیشرفت درمان را کند یا متوقف کند، بشناسد.
- ۱۶- بیمار تسهیلات ویژه موجود در جامعه در رابطه با بیماری خود را بشناسد.
- ۱۷- بیمار ارگان ها یا سازمان های دولتی یا غیر دولتی موجود در جامعه مرتبط با بیماری خود را برای دریافت خدمات مربوطه بشناسد.
- ۱۸- بیمار راه های افزایش کیفیت زندگی خود در حین و بعد از درمان را بشناسد.



فلوچارت کلی نظام جامع آموزش بیمار در موقعیت های مطب و کلینیک



پایان