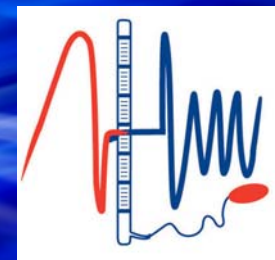


# VSEBINA IZOBRAŽEVANJA MEDICINSKE SESTRE ZA DELO Z BOLNIKI S HIPERTENZIJO

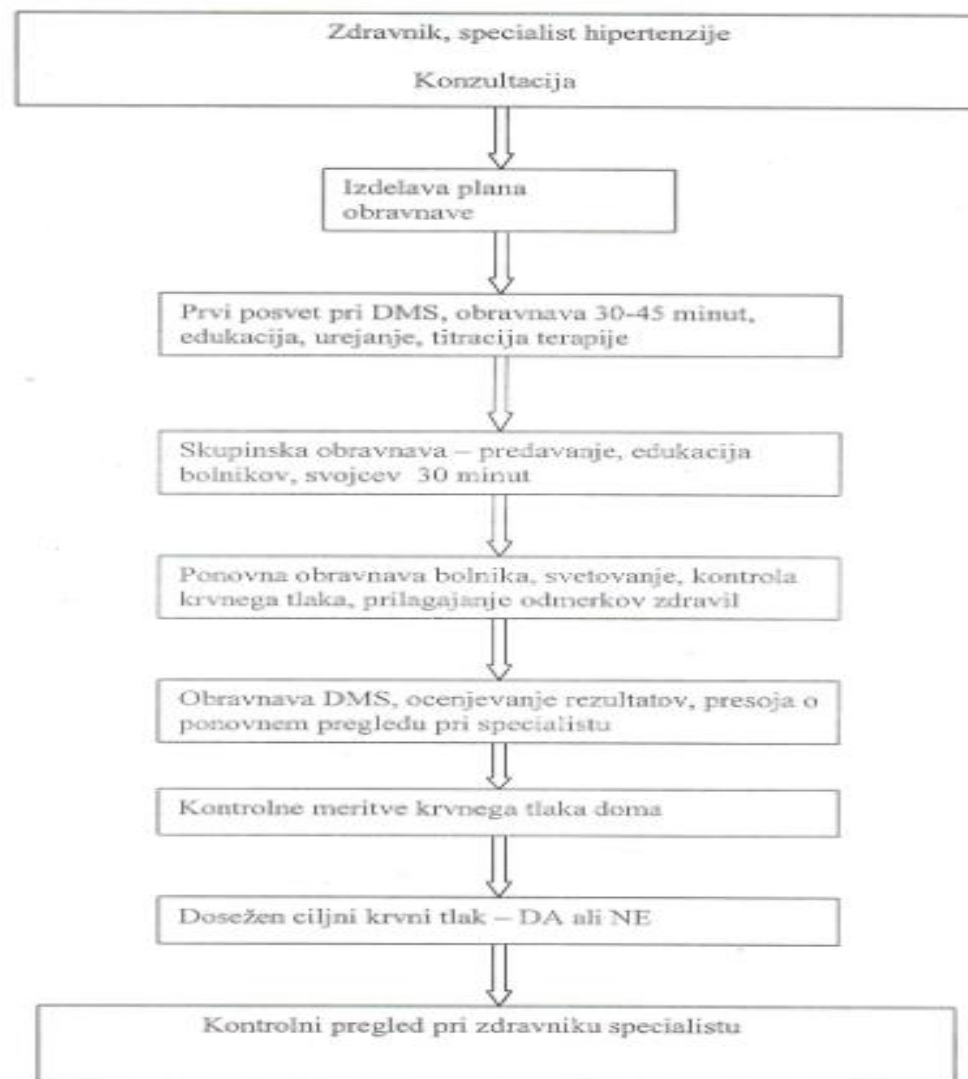
Nada Štamcar, MS

Univerzitetni Klinični Center Ljubljana  
Klinični oddelek za hipertenzijo



- Namen zdravljenja bolnika za arterijsko hipertenzijo je zmanjševanje celotnega srčno žilnega tveganja
- Takrat ,ko zdravnik v osnovnem zdravstvenem varstvu ugotovi pri bolniku z hipertenzijo dodatne dejavnike tveganja ,ga največkrat napoti k specialistu.
- Bolnik je skladno z smernicami o KT obravnavan pri zdravniku specialistu
- Tega bolnika vključimo v program timskega vodenja .
- S tem pa se povečuje število obiskov v specialističnih ambulantah .To velikokrat pripelje do preobremenjenosti zdravstvenih delavcev. Posledično pa tudi do nepopolne obravnave bolnika in preobremenjenosti zdravstvenih delavcev

- Nujnost po uvedbi novega dodatnega načina delovanja ambulante za hipertenzijo.
- Poskusno uvedba nove ambulantne dejavnosti -  
**AMBULANTA ZA NADZOR HIPERTENZIJE.**
- Ambulanta pod okriljem specialističnih ambulant za hipertenzijo.
- Upravljalna ,bi jo MS z dodatnimi znanji ali z podiplomskim izobraževanjem iz hipertenzije v sodelovanju z zdravnikom specialistom .



Cilj delovanja ambulante za nadzor hipertenzije je celosten individualni pristop medicinske sestre k bolniku:

- edukacija bolnika o spremembah življenjskih navad
- pomen rednega jemanja zdravil
- posebnosti pri jemanju zdravil
- učenje tehnike merjenja krvnega tlaka
- MS prilagaja odmerek zdravila -titrira zdravila

Poudariti je potrebno, da je način izobraževanja za ZN v svetu vse bolj pomemben indikator razvitosti in učinkovitosti zdravstvenega varstva.

Sami nosimo odgovornost za bodoče delo.

Dodatna izobraževanja v naši stroki prispevajo k razvoju sposobnosti za:

- presojanje
- sklepanje
- odločanje
- analiziranje
- daje večje možnosti za rešitve negovalnih problemov
- pridobivanje novega znanja

Znanja, ki so potrebna na področju izobraževanja, za produkcijo lastnega kadra in znanja, ki bi omogočala hitrejši razvoj stroke in boljšo organizacijo del, si MS lahko pridobijo na več načinov:

- pridobitev certifikatov
- podiplomsko izobraževanje

Izobraževane za MS v ambulantah za nadzor hipertenzije bi potekalo pod okriljem Klinike za hipertenzijo v Ljubljani. Edukacijo MS bi izvajali zdravniki specialisti-internisti in MS iz Klinike za hipertenzijo.



## Program izobraževanja bi obsegal:

- Diagnostiko arterijske hipertenzije
- Nefarmakološko zdravljenje
- Farmakološko zdravljenje
- Tehnika meritve krvnega tlaka in poznavanje aparatov za merjenje krvnega tlaka
- Podrobnejše poznavanje bolezni starejših, žensk, sladkorne bolezni, možgansko-žilnih bolezni, koronarnih bolezni in srčno popuščanje, atrijske fibrilacije, kronično ledvičnih bolezni, metaboličnega sindroma

# Diagnostika arterijske hipertenzije

Z diagnostiko hipertenzije želimo:

- ugotoviti višino krvnega tlaka
- ugotoviti sekundarni vzrok krvnega tlaka
- oceniti celokupno srčno – žilno tveganje
- ugotoviti druge dejavnike tveganja, okvare organov, spremljajoče bolezni

## Diagnostika obsega:

- Ponavljanje meritev krvnega tlaka
- Anamnezo
- Klinični pregled
- Laboratorijske in druge preiskave

# Krvni tlak

- Ponavljanje meritev krvnega tlaka.
- 2 meritvi krvnega tlaka ob vsakem obisku pri vsaj 2-3 obiskih.
- Neivazivno 24-urno merjenje krvnega tlaka.
- Samomeritve krvnega tlaka doma, ki se uporabljajo pred in med zdravljenjem.

# Anamneza

Anamneza mora biti natančna z poudarkom na: hipertenziji, sladkorni bolezni, dislipidemiji, prezgodnji koronarni srčni bolezni, možganski kapi, periferni žilni bolezni in ledvični bolezni.

Vprašati moramo tudi o:

- trajanju višine krvnega tlaka
- družinski zgodovini
- o vnosu ostalih zdravil, ki lahko zvišujejo krvni tlak
- o bolnikovem življenjskem slogu

# Klinični pregled

Ta mora biti usmerjen v iskanje dodatnih dejavnikov tveganja.

- ITM (indeks telesne mase)
- TT (telesna teža)
- TV (telesna višina)

# Laboratorijske preiskave

Začnemo pri enostavnih preiskavah in napredujemo k bolj zapletenim preiskavam.

Osnovne- enostavne preiskave so:

- Krvni sladkor na tešče
- Lipodgram
- Kalij v serumu
- Sečna kislina v serumu
- Kreatinin v serumu
- Ocenjeni kreatininski očistek
- Hemaglobin in hematokrit
- Urinski izvid
- Elektrokardiogram

Priporočene preiskave za ugotavljanje arterijske hipertenzije so še:

- UZ srca, vratnih arterij
- Pregled očesnega ozadja
- Hitrost pulznega vala
- Gleženjski indeks
- Samomeritve in 24-urno neinvazivno merjenje KT



## Razširjene preiskave za ugotavljanje arterijske hipertenzije so:

- nadaljnje preiskave možganskih, srčnih ledvičnih, žilnih okvar
- angiografija
- UZ ledvic in nadledvičnic
- računalniška tomografija
- magnetnoresnonačno slikanje
- določanje renina, aldosterona, kortikosteroidov in kateholaminov v plazmi

# Nefarmakološko zdravljenje arterijske hipertenzije

Nefarmakološki ukrepi so zelo pomembni za nadzor krvnega tlaka. Nadzor krvnega tlaka samo z nefarmakološkimi ukrepi je potrebno nadzorovati in pravočasno ukrepati z zdravili.

Splošno sprejeti nefarmakološki ukrepi za izboljšanje življenjskega sloga so:

- zmanjšanje in stabilizacija telesne teže
- zmanjšanje čezmernega uživanja alkohola
- prenehanje kajenja
- telesna aktivnost
- zmanjšanje vnosa soli
- v prehrani zvečanje vnosa zelenjave
- zmanjšanje vnosa maščob

# Farmakološko zdravljenje

Z antihipertenzijskimi zdravili začnemo zdraviti bolnika, kadar njegovo tveganje za srčno žilne zaplete ocenimo kot veliko. Glavna korist tega zdravljenja je odvisna od znižanja krvnega tlaka.

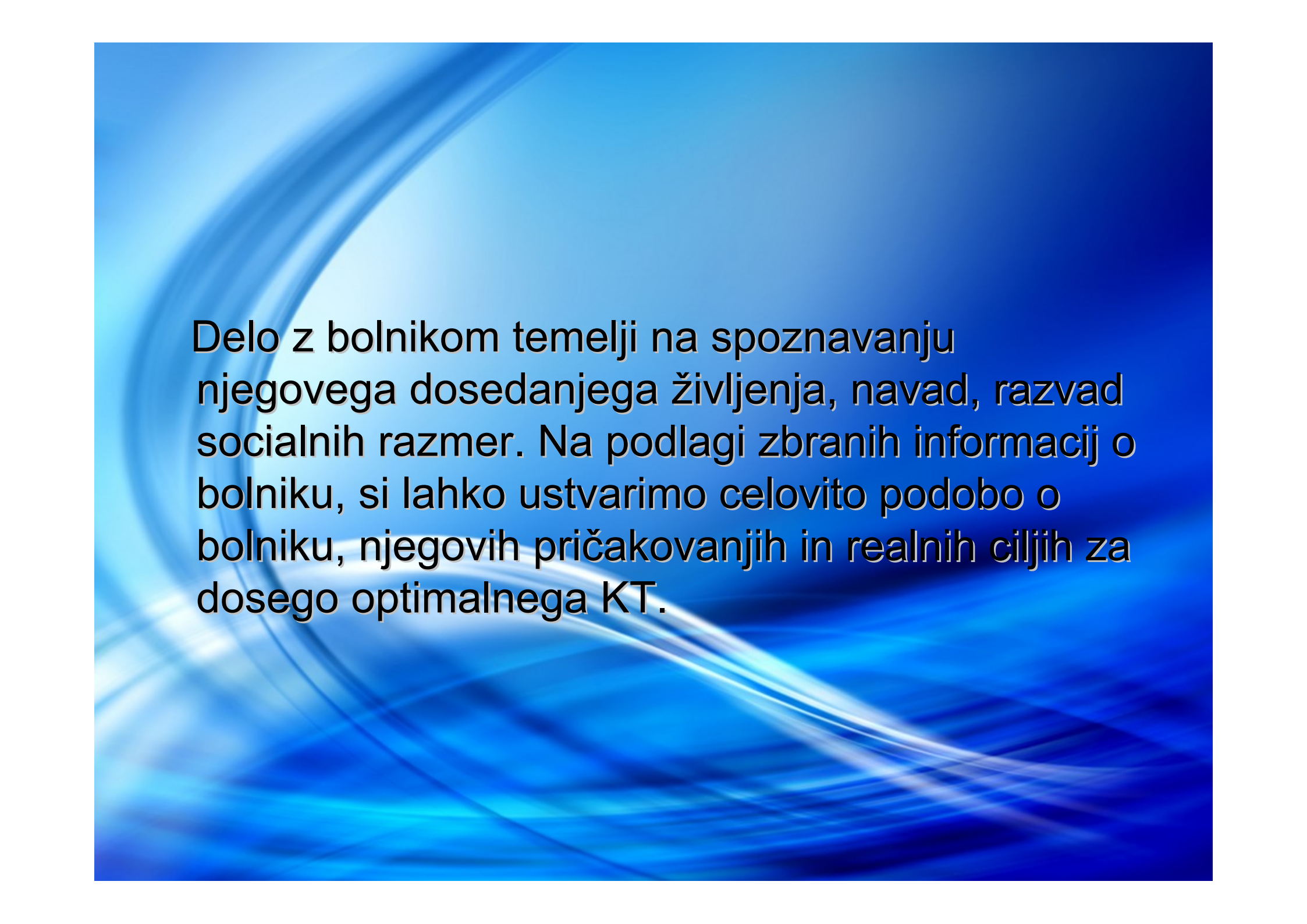
Za začetno zdravljenje pridejo v poštev antihipertenzijska zdravila iz petih farmakoloških skupin:

- diuretiki
- blokatorji receptorjev beta
- kalcijevi antagonisti
- zaviralci angiotenzinske konvertaze
- blokatorji receptorjev angiotenzina

Ves čas je potrebno spremljati neželene učinke zdravil

Uspešno vodenje bolnika z arterijsko hipertenzijo zajema vsa ključna področja potrebnih veščin, ki jih naj bi imela dobra MS:

- ustrezno znanje
- sposobnost dobre komunikacije z bolnikom
- organizacija dela v Ambulanti za nadzor hipertenzije
- sodelovanje s celotnim zdravstvenim timom

The background is a vibrant blue gradient with several bright, glowing light streaks and curves that create a sense of motion and depth. The text is centered in the upper half of the image.

Delo z bolnikom temelji na spoznavanju njegovega dosedanjega življenja, navad, razvad socialnih razmer. Na podlagi zbranih informacij o bolniku, si lahko ustvarimo celovito podobo o bolniku, njegovih pričakovanjih in realnih ciljih za dosego optimalnega KT.