

ARTYKUŁY ORYGINALNE (ORIGINAL PAPERS)

Działania na rzecz promocji zdrowia oraz profilaktyki chorób cywilizacyjnych w ocenie personelu medycznego

(Supporting health promotion and civilisation disease prevention as assessed by medical staff)

W Kitajewska^{1,A,D}, W Szeląg^{1,B}, Z Kopański^{1,2,C}

1. Collegium Masoviense – Wyższa Szkoła Nauk o Zdrowiu
2. Wydział Nauk o Zdrowiu CM UJ

Abstract— Health is a state of physical, mental and social well-being when no disease is present. When one is healthy and has no diseases, one has good relationships with the environment and is capable of handling stress and approaching oneself positively. Relatively little attention is devoted to the role of nurses in the promotion of physical, mental and social health. These considerations led the authors to embark upon a study of their own, the aim of which was to:

get to know nurses' opinion on the activity of medical institutions related to health promotion and disease prevention among patients,

determine the level of nurses' involvement in pro-health activities,

specify the main areas of health promotion activity of nurses and the main elements which could improve the patients' state of health.

Materials and methods. The method used in the study was a diagnostic poll. The tool was a questionnaire developed by the authors. There were 17 questions in the questionnaire. The study was conducted among 50 randomly selected nurses working in one of the hospitals located in the Mazowieckie province. The period of the study was July 2011.

Results and conclusions. The results of the questionnaire showed that medical institutions support health promotion and civilisation disease prevention insufficiently. The study indicated that most nurses are involved in popularising health promotion and civilisation disease prevention among the patients of the hospital. Nurses considered healthy lifestyle as the most important issue related to health promotion (30%). It was followed by health prophylaxis, fighting existing diseases and regular periodic examinations, all considered equally important.

Key words — civilisation diseases – health promotion – education, prevention.

Streszczenie— Zdrowie jest fizycznym, psychicznym i społecznym dobrostanem, w którym nie występuje choroba. Gdy człowiek jest zdrowy, nie choruje, wtedy posiada dobre relacje z otoczeniem, potrafi radzić sobie ze stresem i ma dobry stosunek do siebie. Stosunkowo mało uwagi poświęca się roli pielęgniarek w promowaniu zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego. Te spostrzeżenia skłoniły autorów do podjęcia badań własnych, których celem było:

poznanie opinii pielęgniarek na temat działalności instytucji medycznych w promowaniu zdrowia i prewencji chorób wśród pacjentów,

określenie stopnia zaangażowania pielęgniarek w działania prozdrowotne

ustalenie głównych kierunków działań promocyjnych personelu pielęgniarskiego oraz elementów, które poprawiłyby sytuację zdrowotną pacjentów.

Materiał i metoda. Metodą wykorzystaną w pracy był sondaż diagnostyczny, natomiast narzędziem badawczym kwestionariusz ankiety, autorstwa własnego. Kwestionariusz zawierał 17 pytań. Badanie przeprowadzono wśród 50 losowo wybranych pielęgniarek, pracujących w jednym ze szpitali województwa mazowieckiego. Badanie zostało przeprowadzone w terminie od 1 do 31 lipca 2011 r.

Wyniki i wnioski. Z przeprowadzonych badań ankietowych wynika, że instytucje medyczne w niewystarczający sposób działają w kierunku promowania zdrowia oraz profilaktyki chorób cywilizacyjnych. Wykazano, że personel pielęgniarski w większości jest zaangażowany w szerzenie promocji i profilaktyki chorób cywilizacyjnych wśród pacjentów przebywających w szpitalu. Pielęgniarki za najważniejsze zagadnienia związane z promocją zdrowia uznają zdrowy styl życia (30%), a następnie, jako równoważne, profilaktykę zdrowia, walkę z istniejącymi chorobami i regularność badań okresowych.

Słowa kluczowe — choroby cywilizacyjne - promocja zdrowia – edukacja, prewencja

Wkład poszczególnych autorów w powstanie pracy— A-Koncepcja i projekt badania, B-Gromadzenie i/lub zestawianie danych, C-Analiza i interpretacja danych, D-Napisanie artykułu, E-Krytyczne zrecenzowanie artykułu, F-Ostateczne zatwierdzenie artykułu

Adres do korespondencji — Prof. dr Zbigniew Kopański, Collegium Masoviense – Wyższa Szkoła Nauk o Zdrowiu, Żyrardów, ul. G. Narutowicza 35, PL-96-300 Żyrardów, e-mail: zkopanski@o2.pl

Zaakceptowano do druku: 10.12.2013.

WSTĘP

Zdrowie jest fizycznym, psychicznym i społecznym dobrostanem, w którym nie występuje choroba. Gdy człowiek jest zdrowy, nie choruje, wtedy posiada dobre relacje z otoczeniem, potrafi radzić sobie ze stresem i ma dobry stosunek do siebie. Zdrowie jest kapitałem, dzięki któremu osiąga się postawione cele, satysfakcję oraz spełnienie w życiu [1,2] Promocja zdrowia jest sposobem na utrzymanie zdrowia i jego rozwijanie. Zadaniem promocji zdrowia jest wyposażenie społeczeństwa w wiedzę oraz w umiejętności podnoszenia stanu zdrowia i jego kontroli. Działania na rzecz skutecznego wpajania społeczeństwu dbałości o własne zdrowie są podejmowane przez różne środowiska, w tym także pracowników ochrony zdrowia [3-6]. Stosunkowo mało uwagi poświęca się roli pielęgniarek w promowaniu zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego. Tę lukę tematyczną autorzy pragną uzupełnić badaniami własnymi, których celem było: poznanie opinii pielęgniarek na temat działalności instytucji medycznych w promowaniu zdrowia i prewencji chorób wśród pacjentów, określenie stopnia zaangażowania pielęgniarek w działania prozdrowotne, ustalenie głównych kierunków działań promocyjnych personelu pielęgniarskiego oraz elementów, które poprawiłyby sytuację zdrowotną pacjentów.

MATERIAŁ I METODY

Badana grupa

Badanie przeprowadzono wśród 50 losowo wybranych pielęgniarek, pracujących w jednym ze szpitali województwa mazowieckiego. Badanie zostało

przeprowadzone w terminie od 1 lipca 2011 roku do 31 lipca 2011 roku.

Metody

Metodą wykorzystaną w pracy był sondaż diagnostyczny, natomiast narzędziem badawczym kwestionariusz ankiety, autorstwa własnego. Kwestionariusz zawierał 17 pytań.

WYNIKI

Pytanie 1. Jak długo pracujesz w służbie zdrowia?

Wśród badanej grupy respondentów ponad 10. letni staż pracy w zawodzie miało 42% pielęgniarek, 36% pracowało w zawodzie krócej niż pięć lat, natomiast 22% pracowało od 6 do 10 lat.

Pytanie 2. Czy Twoja praca Cię satysfakcjonuje?

Prawie połowa (42%) ankietowanych uważa, że raczej dobrze wybrała swój zawód i ta praca przynosi im satysfakcję, 24% zdecydowanie podkreśla słuszność wyboru drogi zawodowej, natomiast 18% wykazuje wahanie przy odpowiedzi na to pytanie.

Pytanie 3. Mając jeszcze raz wybór, czy wybrałbyś/łabyś ten sam zawód?

Aż 36% ankietowanego personelu medycznego przy posiadaniu szansy ponownego wyboru zawodu, poszłoby inną drogą rozwoju zawodowego, 32% wykazuje duże niezdecydowanie przy odpowiedzi na to pytanie, natomiast 24% respondentów uważa swój wybór zawodowy za słuszny.

Pytanie 4. Czy uważasz, że promowanie zdrowego trybu życia i walki z chorobami cywilizacyjnymi jest ważne?

36% respondentów podkreśla ważność takiego działania, zwracając uwagę, że dbałość jednostkowa o zdrowie przekłada się na zdrowie całego społeczeństwa. Zaskakuje jednak, że aż 62% badanych działania prozdrowotne uważa za *raczej* ważne.

Pytanie 5. Twoim zdaniem jakie choroby (grupy chorób) wynikają z postępu cywilizacyjnego?

58% respondentów za główne choroby cywilizacyjne uważa choroby sercowo-naczyniowe, 30% - wskazuje na otyłość i choroby układu krążenia, 12% - na choroby przewodu pokarmowego.

Pytanie 6. Twoim zdaniem, jakie grupy wiekowe pacjentów chorują na ww. choroby?

Aż 64% ankietowanych uważa, że najczęściej na choroby cywilizacyjne zapadają chorzy w wieku powyżej 56 lat, 28% wskazuje na wiek od 46 do 55 lat, a 6% na wiek 36-45 lat.

Pytanie 7. Czy pacjenci potrafią radzić sobie ze swoją chorobą?

62% podkreśla, że pacjenci mają głównie problemy z akceptacją stanu swojego zdrowia, 22% uważa, że *raczej* są pogodzeni z istnieniem choroby, 6% uważa, że sobie nie radzą.

Pytanie 8. Czy według Ciebie pacjenci wiedzą, jak utrzymać swój organizm w dobrej kondycji zdrowotnej?

Aż 72% ankietowanych uważa, że pacjenci starają się, ale nie potrafią zadbać o swoje zdrowie, 18% uważa, że sobie z tym radzą, 6% nie ma zdania na ten temat, tylko 4% uważa, że potrafią utrzymać dobrą kondycję zdrowotną.

Pytanie 9. Jak myślisz, czy media powinny szerzej propagować programy promujące zdrowie publiczne i walkę z chorobami cywilizacyjnymi?

Aż 64% ankietowanych uważa, że przy pomocy różnego rodzaju akcji promujących zdrowie i zdrowy styl życia, społeczeństwo uświadomi sobie znaczenie własnego zdrowia i potrzeby dbania o niego. 22% uważa takie akcje za przyciągające uwagę, ale nie skutkujące zachowaniami prozdrowotnymi, 12% nie ma na ten temat zdania.

Pytanie 10. Jakie zagadnienia związane z promocją zdrowia i walką z chorobami cywilizacyjnymi są według Ciebie najbardziej istotne?

Według 30% respondentów, najważniejszym zagadnieniem w promocji zdrowia jest edukacja na temat zdrowego stylu życia, 22% podkreśla głównie znaczenie profilaktyki zdrowia i wcześniejsze zapobieganie chorobom, a 20% ankietowanych uważa, że tego typu akcje skutkują przede wszystkim zwiększoną chęcią pacjentów do bardziej regularnych badań.

Pytanie 11. Czy personel medyczny powinien dokształcać się w tematach dotyczących promocji zdrowia i walki z chorobami cywilizacyjnymi?

Według 48%, personel medyczny w sposób stały powinien dokształcać się w temacie promocji zdrowia oraz w profilaktyce chorób cywilizacyjnych, jest to bowiem ważny element codziennej pracy zawodowej, 32% uważa, że *raczej* powinien, a 6% nie ma zdania.

Pytanie 12. Czy przebywanie w szpitalu dla pacjenta to duży stres?

Aż 52% respondentów uważa, że dla pacjentów pobyt w szpitalu nie zawsze jest stresem a zależy od przyczyny pobytu (ciężkości choroby), 26% podkreśla, że każda hospitalizacja jest dla pacjenta dużym stresem, natomiast 18% jest zdania, że pobyt w szpitalu nie wywołuje stresu.

Pytanie 13. Czy personel medyczny powinien prowadzić na terenie szpitala akcje promocyjne dotyczące zdrowia, zdrowego trybu życia i walki z chorobami cywilizacyjnymi?

Według 64%, na terenie szpitali *raczej* powinno prowadzić się różnego rodzaju akcje prozdrowotne, ponieważ lepiej trafiają do pacjentów, ale 16% respondentów nie ma na ten temat zdania, a 6% uważa teren szpitala za złe forum do propagowania zachowań prozdrowotnych.

Pytanie 14. Co sądzisz o Narodowym Programie Zdrowia?

Według 32% badanych, program powinien być szerzej propagowany wśród społeczeństwa, 28% uznaje, że to właśnie placówki medyczne powinny informować pacjentów o programie. 10% uważa, że program jest potrzebny i należy go powszechnie stosować, 20% nie ma zdania na ten temat.

Pytanie 15. Gdzie i jak należy promować zdrowy tryb życia i walkę z chorobami cywilizacyjnymi wśród społeczeństwa?

Badani respondenci w 42% uważają, że promowanie zdrowego trybu życia i walkę z chorobami cywilizacyjnymi należy przeprowadzać wszędzie, 8% przy okazji różnych akcji, 24% wskazuje głównie media, 16% uznaje za najodpowiedniejsze miejsce do działań prozdrowotnych placówki medyczne, 10% różne festyny.

Pytanie 16. Czy pacjenci chętnie słuchają porad dotyczących dbania o siebie i o swoje zdrowie?

Według ankietowanych 72% pacjentów umiarkowanie słucha porad dotyczących swojego zdrowia i dbania o siebie, tylko 8% słucha bardzo chętnie i stosuje się do nich, 4% porady te lekceważy.

Pytanie 17. Jak oceniasz działalność państwa w promocji zdrowia publicznego?

Według 50% respondentów, działalność naszego państwa w promocji zdrowia publicznego jest ograniczona, 24% uznaje ją wręcz za złą, a z kolei 12% uważa za zadowalającą, tylko 2% uznaje działalność prozdrowotną państwa za dobrą i bardzo dobrą.

DYSKUSJA

Promowanie zdrowego trybu życia i walki z chorobami cywilizacyjnymi jest ważnym działaniem, w wymiarze społecznym, ale także indywidualnym każdego człowieka. Dbanie o zdrowie pomaga zapobiegać chorobom, przedłużyć życie, sprawia, że jesteśmy sprawniejsi zarówno fizycznie, jak i duchowo [6,7]. Autorów zaciekało w jaki sposób do działań prozdrowotnych podchodzą sami pracownicy placówek ochrony zdrowia. Wśród badanej grupy respondentów niemal połowę stanowili pracownicy z długim, bo ponad 10-letnim stażem pracy. Można więc sądzić, iż stosunkowo długi czas pracy w zawodzie pozwalał im na dużą dozę obiektywizmu i retrospekcji. Dwie trzecie indagowanych podkreślało, że z wykonywanego zawodu są zadowoleni, co skłania do przypuszczeń, że wszelkie zadania zawodowe wykonują z dużym zaangażowaniem dołączając często własną innowacyjność i pomysłowość przy realizacji zadań związanych ze zdrowiem. Stąd też, naszym zdaniem opinie wypowiedziane przez badaną grupę mogą stanowić dobry barometr opinotwórczy środowiska. I tu pojawia się pierwsze

duże nasze zaskoczenie, bowiem aż 62% indagowanych przez nas pracowników medycznych działania prozdrowotne uznaje za raczej ważne. Tylko jedna trzecia stoi na zdecydowanym stanowisku, podkreślając, że profilaktyka prozdrowotna prowadząca do dbałości jednostkowej o zdrowie przekłada się zdecydowanie na zdrowie całego społeczeństwa. Za najważniejsze konsekwencje zdrowotne współcześnie rozwijającej się cywilizacji ponad połowa badanych (58%) uznaje wzrost zachorowań na choroby sercowo-naczyniowe, jedna trzecia respondentów główne zagrożenie widzi w szybko wzrastającej liczbie przypadków otyłości i choroby układu krążenia. Powiązanie wzrostu zachorowalności na choroby sercowo-naczyniowe z rosnącą liczbą ludzi otyłych jest szeroko udokumentowane [8-16]. WHO otyłość nazywa wręcz współcześnie występującą najgroźniejszą epidemią całego świata [12].

Najczęściej na choroby cywilizacyjne zapadają chorzy powyżej 56. roku życia – takiego zdania jest niemal dwie trzecie badanych, najrzadziej – zdaniem ankietowanych - na choroby XXI wieku chorują ludzie przed 45. rokiem życia. Jest to zgodne z obserwacjami WHO [12]. Chorzy zapadający na te choroby, zazwyczaj stają przed wieloma dylematami, a tylko 6% pacjentów – zdaniem badanych - potrafi stawić czoła chorobie, podejmując np. właściwe leczenie przyczynowe lub objawowe (zwłaszcza przy przewlekłych dolegliwościach). Duży wzrost zachorowań na choroby cywilizacyjne wynika głównie – w opinii naszych respondentów – z braku umiejętności radzenia sobie z tymi chorobami, pomimo dużej chęci jakie pacjenci prezentują. Tylko 20% przez nas badanych jest zdania, że wysoka świadomość prozdrowotna wśród pacjentów pozwala im na skuteczne przeciwstawienie się postępowi choroby.

Walka o zdrowsze społeczeństwo, powinna być realizowana – zdaniem badanych - przy pomocy różnego rodzaju akcji promujących zdrowie i zdrowy styl życia (taką opinię wyraża 64% badanych), ale niestety aż 22% indagowanych wskazuje, że takie akcje przyciągają co prawda uwagę, ale nie skutkują poprawieniem zachowań prozdrowotnymi.

Działania promocyjne na rzecz zdrowia powinny być wielokierunkowe. Próba ustalenia jednak najważniejszego celu promocyjnego stała się dla naszych respondentów trudnym zadaniem. Około jedna trzecia za najważniejsze zagadnienie w promocji zdrowia uznaje edukację na temat zdrowego stylu życia, 22% podkreśla głównie znaczenie profilaktyki zdrowia i wcześniejsze zapobieganie chorobom, a

20% ankietowanych uważa, że tego typu akcje skutkują przede wszystkim zwiększoną chęcią pacjentów do bardziej regularnych badań. Pełną naszą aprobatę wzbudza opinia wyrażona przez 48% badanych, że personel medyczny w sposób stały powinien dokształcać się w temacie promocji zdrowia oraz w profilaktyce chorób cywilizacyjnych, jest to bowiem ważny element codziennej pracy zawodowej.

W procesie podnoszenie kultury zdrowotnej znaczącą rolę odgrywa Narodowy Program Zdrowia, tak uważa 32% ankietowanych. Program ten powinien jednak być szerzej propagowany w społeczeństwie. Według 28% respondentów, to właśnie placówki medyczne powinny informować pacjentów o programie. Bardzo ważnym elementem prozdrowotnego uświadamiania społeczeństwa jest radio i telewizja. 64% ankietowanych uważa, że przy ich pomocy i różnego rodzaju akcji promujących zdrowie oraz zdrowy styl życia, Polacy uświadamiają sobie znaczenie własnego zdrowia i konieczności dbania o nie. Na rolę mediów w propagowaniu zachowań prozdrowotnych zwracają uwagę również i inni autorzy [17-21].

Respondenci uważają (50%), że nasze państwo powinno bardziej angażować się w promowanie zdrowia i zdrowego stylu życia.

Przedstawione przez nas badania nie mogą mieć charakteru reprezentatywnego, niech jednak stanowią przyczynek do dyskusji nad kondycją współczesnej ochrony zdrowia w Polsce w działaniu prozdrowotnym w walce z chorobami XXI wieku.

WNIOSKI

- Według respondentów instytucje medyczne w niewystarczający sposób działają w kierunku promowania zdrowia oraz profilaktyki chorób cywilizacyjnych.
- Badania wykazały, że personel pielęgniarski w większości jest zaangażowany w szerzenie promocji i profilaktyki chorób cywilizacyjnych wśród pacjentów przebywających w szpitalu.
- Pielęgniarki wskazały na następujące zagadnienia związane z promocją zdrowia w celu zwiększenia świadomości pacjentów: na pierwszym miejscu zdrowy styl życia (30%), a następnie jako równoważne profilaktyka zdrowia, walka z istniejącymi chorobami i regularność badań okresowych.

PIŚMIENNICTWO

1. Cianciara D. Zarys współczesnej promocji zdrowia. Warszawa; Wydawnictwo PZWL, 2010.
2. Gromadzka – Ostrowska J. Zagadnienia zdrowia publicznego i ochrony środowiska. W: Gromadzka – Ostrowska J, Włodarek D, Toeplitz Z. Edukacja pozdrowotna. Warszawa: Wydawnictwo SGGW, 2008: 21-34.
3. Osińska H, Barić L. Działalność i odpowiedzialność w oświacie zdrowotnej. Warszawa; Wydawnictwo BORGIS, 2005.
4. Tuszyńska – Bogucka V, Bogucki J (red.). Styl życia a zdrowie. Wybrane zagadnienia. Lublin; Wydawnictwo Czelej, 2005.
5. Woynarowska B. Czynniki warunkujące zdrowie i dbałość o zdrowie. W: Woynarowska B. Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki. Warszawa; Wydawnictwo Naukowe PWN, 2008: 44-75.
6. Wrona – Polańska H, Mastalski J (red.). Promocja zdrowia w ujęciu interdyscyplinarnym. W: Wrona – Polańska H, Mastalski J. Promocja w teorii i praktyce psychologicznej. Kraków; Wydawnictwo UJ, 2009:5-21.
7. Sęk H. Promocja zdrowia i prewencja zaburzeń z perspektywy psychologii. W: Sęk H. Psychologia kliniczna. Tom 1. Warszawa; Wydawnictwo PWN, 2008:256-265.
8. Wałęcka-Tendera E, Socha P. Otyłość u dzieci i młodzieży. Warszawa; Wydawnictwo Lekarskie PZWL, 2011.
9. Karski JB. Promocja zdrowia dziś i perspektywy jej rozwoju w Europie. Warszawa; Wydawnictwa CeDeWu, 2009.
10. Łuszczzyńska A. Zmiana zachowań zdrowotnych : dlaczego dobre chęci nie wystarczają. Gdańsk; Gdańskie Wydawnictwo. Psychologiczne, 2004.
11. Management of Obesity in Adults: Project for European Primary Care. Int J Obes 2004; 28, suppl. 1: 5226-5231.
12. Obesity preventing and managing the global epidemic. Report of WHO Consultation on Obesity. Geneva 3-5 June 1997 WHO/NUT/NCD. Geneva 1998:276.
13. Aouila B, Maliszewskiego WJ. Media - komunikacja : zdrowie i psychologia. Toruń; Wydawnictwo Adam Marszałek, 2007.
14. espres JP. Abdominal obesity: the most prevalent cause of the metabolic syndrome and related cardiometabolic risk. Eur J Cardiol; 2006, 8:suppl.B: B4-B12.
15. Biela U, Pająk A, Kaczmarczyk-Chałas K. i wsp. Częstość występowania nadwagi i otyłości u kobiet i mężczyzn w wieku 20–74 lat. Wyniki programu WOBASZ. Kard Pol; 2005,63:6-12.
16. Podolec P, Kopeć G. Rozpowszechnienie nadwagi i otyłości w populacji dorosłych Polaków – wyniki badania POLSCREEN. W: Cieśliński A, Pająk A, Podolec P, Rynkiewicz A (red.) Ogólnopolski Program Prewencji Choroby Wieńcowej POLSCREEN. Poznań; Termedia, 2006.
17. Woynarowska B. Edukacja zdrowotna. Warszawa; Wydawnictwo Naukowe PWN, 2007.
18. Syrek E, Borzucka-Sitkiewicz K. Edukacja na .Warszawa; Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, 2009.
19. Urbańska B , Wojciechowska M, Kopański Z. Żywnienie w dzieciństwie a otyłość w wieku dorosłym. JPHNMR 2012 (1):14-19.
20. Sosińska A L, Kowalik J, Kopański Z , Bruchwicka I, Wojciechowska M. Wiedza i zachowania prozdrowotne w zakresie prawidłowego odżywiania na podstawie badań młodzieży szkół ponadgimnazjalnych. JPHNMR 2012 (1):27-32
21. Lewicka M, Dzierżak A , Sulima M. Health as a value in the opinion of students of nursing and midwifery. JPHNMR 2013 (4):22-28.