

Betegek oktatása, tájékoztatása

Betegek magatartásából származó fertőzésterjedés kockázatának csökkentése

A fokozott fertőzésveszély miatt kiemelt figyelmet fordítunk a betegellátásban résztvevő munkatársak és a betegek fertőzés elleni védelmére, védőfelszerelést biztosítunk számukra, és tudatosítjuk bennük azok helyes alkalmazását. De hogyan befolyásoljuk a betegek egészségmagatartását? Ennek egyik eszköze **a kórházi felvételre kerülő betegek oktatása, tájékoztatása.**

A fertőzésmegelőzés most fontosabb, mint valaha!

A kórházi környezet egy kritikus, magas kockázatú helyszín, hiszen egy időben több, gyengült immunrendszerű beteg tartózkodik egy helyen, közös infrastruktúrát használva. Mind a betegek, mind az ellátó személyzetre veszélyt jelent, ha úgy kerül a beteg a kórházba, hogy nincs tisztában az alapvető fertőzésmegelőzést érintő szabályokkal. Bár krízishelyzetben a megszokottnál is kevesebb lehetőség jut az ellátók és a betegek közötti kommunikációra, egy jól kialakított, eredményes betegoktatás minimális idő befektetéssel jelentősen csökkentheti a betegek magatartásából származó fertőzésterjedés kockázatát és az ellátók munkaterhelését is.

Ajánlások:

- **Listázd, hogy melyik betegkör számára, milyen típusú és tartalmú információt érdemes eljuttatni!**

A témák között vannak olyanok, amelyek mindenki számára fontos ismereteket tartalmaznak és vannak olyanok is, amelyek csak egyes osztályok illetve betegcsoportok számára lesznek relevánsak. Az oktatóknak esetén nem szabad elfeledkezni a különböző speciális betegcsoportokról, például gyermekek esetén a hozzátartozókat is be kell vonni az oktatásba, tájékoztatásba.

Betegcsoporttól (fertőző vagy nem fertőző beteg) függő lehetséges témakörök:

- alapvető és terjedés alapú infekciókontroll óvintézkedések; *(minden betegkör számára releváns)*
- egyéni védőeszközök használata: védőeszközök jelentősége a fertőzés megelőzésben, védőeszközök szabályos fel- és levétele, elhasznált védőeszközök kezelése, a betegek védőeszközökhöz való hozzájutásának lehetőségei (kitől kérhetnek, hogyan kapnak a bent tartózkodásuk ideje alatt); *(azok számára releváns, akiknek az ellátás ideje alatt ilyen kell viselniük)*
- *kéz-légúti higiéné*: kéz-légúti higiéné jelentősége a fertőzés megelőzésben, a kórházi tartózkodás idejére kijelölt helyiségben, vagy annak közelében található kézmosók helye; a helyes kézmosás menete; alkoholos kézfertőtlenítés menete; a kézmosás gyakorisága; hulladékkezelés; *(minden betegkör számára releváns)*
- *kiegészítő információk a környezeti infekciókontrollról* (a szellőztetés, a takarítás, valamint az ágyneműcsere /textilcsere/ gyakorisága), és *arról, miként tudják a betegek egymást segíteni a helyes egészségmagatartás elsajátításában; (kórházi felvételre kerülő betegeknél releváns)*



- **Határozd meg a COVID-19 fertőzés megelőzéssel kapcsolatos betegtájékoztató, illetve - oktató anyagok elkészítőinek körét, felelőseit és eljárásrendjét!**

Ahhoz, hogy minél hamarabb rendelkezésre álljanak a releváns információs anyagok, intézeti szinten hangold össze ezeket a tevékenységeket. Így megelőzhetők a párhuzamos munkavégzésből adódó veszteségek. Szakmai koordinációval kiküszöbölhetők az eltérések, ellentmondások is. Alakítsd ki az anyagok készítési protokollját, kitérve a véglegesítés és szakmai jóváhagyás folyamatára is. A felelősök, a résztvevők és az eljárásrend ismeretében már optimálisan ütemezhető a különböző anyagok előállítása, és követhetővé válik a tevékenység.

- **Gyűjts már meglévő, hiteles tájékoztatósi anyagokat, amiket könnyen adaptálhatsz saját intézetedben!**

Az oktatási anyagok kialakításánál használd fel és adaptáld a már meglévő és elérhető anyagokat. Ehhez az alábbi táblázatban lévő válogatás nyújt segítséget. A nyilvánosan elérhető anyagok felhasználása esetén hivatkozni kell az anyag forrására abban az esetben is, ha azokat módosítjuk vagy csak egy részüket használjuk fel!

TÉMAKÖR	FORRÁS
általános tudnivalók	
általános tájékoztatás a COVID-19 fertőzés terjedéséről	https://www.youtube.com/watch?v=BtNgoy9VOY&feature=youtu.be
	https://www.nnk.gov.hu/index.php/koronavirus-tajekoztato/560-fertozodes-elkerulese-alapveto-szabalyok-mindenki-szamara
	http://infekciokontroll.hu/files/sBetegt%C3%A1j%C3%A9koztat%C3%B3.pdf
egyéni védőeszközök használata	
maszkok szabályos használata	https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks
	https://www.youtube.com/watch?v=WiCdNeuluvY&feature=youtu.be
	http://semmelweis.hu/hirek/2020/03/18/tajekoztato-anyagok-a-legzesvedelemrol-es-az-egyeni-vedofelszereselesekrol/
gumikesztyű használata	https://www.youtube.com/watch?v=YOWa_qWp6U



kéz- és légúti higiéné	
helyes kézmosás szabályai	https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html
	https://www.youtube.com/watch?v=vMmjosDemwg&feature=emb_title
	https://www.nnk.gov.hu/index.php/koronavirus-tajekoztato/562-helyes-kezmosas-menete
	https://www.antsz.hu/data/cms25647/Fertotlenito_kezmosas_20110223.pdf
	https://www.nnk.gov.hu/index.php/koronavirus-tajekoztato/464-infografikak
alkoholos kézfertőtlenítés szabályai	https://www.antsz.hu/data/cms25645/Alkoholos_kezbed_orzsoles_20110223.pdf
tüsszentési, köhögési etikett	https://hu.pinterest.com/pin/179721841349892647/?nic_v1=1az%2FR9lrVAtM73uz%2FumVC8w0XHuoQEbug6pmmM3YrWeFLbQJY2rjFfpFLbolFfGMBH

- **Nézd át a már meglévő fertőzés megelőzéssel kapcsolatos információs anyagokat (házi rend, kórteremben vagy a folyosón elhelyezett plakátok, tájékoztatók, videók) és aktualizáld a COVID-19-re vonatkozó ismeretekkel, teendőkkel!**

A kórház inféktókontrollban jártas szakemberei (kórházhygiénikus, epidemiológiai szakápoló, inféktókontroll kapcsolattartók) igen leterheltek ebben az időszakban. Az anyagok szakmai szempontból történő véglegesítésére, jóváhagyására mégis őket kérjük meg! Ez egyszeri többletmunka, de a frissített változatok betegek százainak jelentenek azonnali, hasznos segítséget, nem beszélve az egyenként történő felvilágosításra fordított idő csökkenéséből illetve egy esetleges kórházi fertőzés megelőzéséből fakadó előnyökről.

- **Egyeztessétek, hogy milyen további anyagok elkészítésére van lehetőségetek!**

Az írásos tájékoztatók alkalmazása az ellátóktól kevesebb időt igényel, és egyszerűen sokszorosíthatók. A könnyen érthető, figyelemfelkeltő, ábrákat is tartalmazó, megfelelően elhelyezett plakátok kihelyezése állandó sokszorosítás nélkül is a betegek széles köréhez jutnak el. A helyes gyakorlat kialakításában segítséget nyújtanak a vizuális elemek, pl.: készülhetnek saját, rövid videók. Ezek illetve a máshonnan átvettek is lejátszhatók a várótermekben, osztályon lévő televíziókon, így már csak a betegek fennmaradó kérdéseire kell válaszolni, és a helyes gyakorlatot megerősíteni, ezáltal az ellátók oktatásra fordított ideje a lehető legrövidebbre csökkenthető. A különböző típusú anyagok létrehozásában, sokszorosításában a kórház külső szereplők, felajánlások is segíthetnek.



- **Határozd meg, hogy az ellátás mely pontján, milyen információk átadása optimális a betegek számára figyelembe véve, hogy COVID-19 fertőzött betegről, vagy egyéb ellátásra érkező betegről van szó!**

Ahogy a beteg belép az intézet területére, a fertőzés terjedése szempontjából máris kockázatot jelent, ezért a betegoktatást már a triázsolás helyszínén érdemes megkezdeni. Például, ha a beteg védőfelszerelést (maszkot) kap, ezzel egyidőben kell oktatni a helyes használat szabályait (pl. hogy az orrot és száját is eltakarva kell tartani), valamint a kézhigiéné jelentőségét és elemeit. A dolgozóktól látott helyes, példamutató használat erősíti a hitelességet és a betegek komolyabban veszik az oktatást. Fel kell hívni a betegek figyelmét arra, hogy az intézményben tartózkodásuk alatt milyen magatartásforma az elvárt a fertőzés továbbadásának megakadályozása érdekében. Tájékoztatni kell őket arról, hogy a felmerülő kérdéseikkel kihez, milyen módon fordulhatnak, illetve milyen írásbeli és egyéb tájékoztató anyagokból tudnak informálódni. A kórházi osztályra történő felvételt követően a betegeket további, kiegészítő oktatásban kell részesíteni. Az egy kórteremben lévőket érdemes egyszerre tájékoztatni például arról, hogyan szellőztessenek, tartsanak távolságot, és amikor az ellátó maga is egy adott tevékenységet, például kézfertőtlenítést végez, akkor hangosan mondhatja és mutathatja, hogy mit, miért és hogyan csinál. Az egyes tájékoztatási, oktatási formákat célszerű az ellátók munkaterheléséhez igazítani, illetve egymásra építeni.

- **Határozd meg, hogy az intézetben kinek, mikor, milyen feladata van a COVID-19 fertőzésmegelőzéshez kapcsolódó betegoktatásban, tájékoztasd őket erről, és a szükségessé anyagot juttasd el hozzájuk!**

A szereplők legyenek tisztában azzal, hogy melyek azok a feladatok a betegoktatásban, amiket nekik kell elvégezni. Ismerjék meg, hol juthatnak hozzá az aktualizált betegoktatási anyagokhoz, azokat kiknek, mikor, hol kell átadniuk, elmondaniuk, bemutatniuk. Az érintetteket erről folyamatosan tájékoztatni kell. Lehetőséget kell adni számukra, hogy kérdéseket tehessenek fel annak érdekében, hogy az intézmény egészében konzekvensen és összehangoltan működhessen ez a tevékenység. Segítséget nyújthat egy közös felület létrehozása - például az intézmény intranet hálózatán, vagy egy közös meghajtón - ahol elérhető a frissített információs anyagok minden érintett számára. Az önkéntesek megfelelő képzést követően elvégezhetik a betegtájékoztatások és oktatások jelentős részét, ezáltal levéve a terhet az ellátók válláról.

- **Gondoskodj az ismeretek készség szintű elsajátításáról!**

A fertőzés terjedésének megakadályozásában az ismeretek helyes gyakorlati alkalmazása a kulcs. Minden esetben meg kell győződni arról, hogy a betegek jól sajátították-e el azokat, illetve folyamatosan figyelemmel kell kísérni a helyes alkalmazást. Jelezni kell a betegnek és korrigálni kell vele, ha hibásan végzi e tevékenységeket. A tapasztalatokról visszajelzést kell adni a betegoktatást végzőnek a további oktatások kivitelezéséhez. Az ismeretek felmérésének leghatékonyabb módja, ha ez akkor történik, amikor a beteg épp az adott tevékenységet végzi. Ekkor a beteg szakértői támogatással tudja begyakorolni a helyes műveleteket.



A legegyszerűbb, ha ezt a mindennapi ápolói munkába integráljuk, például a beteg kórterembe való elhelyezése vagy egyes, betegen végzett ápolói tevékenységek kísérőjeként. Az egyes tevékenységek helyes kivitelezését az egészségügyi dolgozók saját munkafolyamataik közben is bemutathatják, például amikor egy kórtermen belül két beteg ellátása közt végeznek kézfertőtlenítést. A kórteremben fekvő betegek egyidejű oktatásával szintén időt takarítunk meg. További lehetőség, ha megkérünk már korábban bent fekvő betegeket, hogy mutassák meg a helyes technikát az újonnan érkezőnek. Ekkor egyszerre tudjuk megfigyelni a helyes kivitelezést a szemléltetést végzőnél, és megtanítani a helyes gyakorlatot egy új betegnek.

- ***Gyűjtsd össze, hogy mely külső szereplők segíthetik az intézeted betegoktatással kapcsolatos tevékenységét a járvány idején!***

A járvány kezeléséhez különböző cégek, szervezetek, önkéntesek igyekeznek segítséget nyújtani. A betegoktatási anyagok formai kivitelezésében, azok sokszorosításában is jelentős támogatást kaphatunk részükről. Ezeket gondoljuk át, és alakítsuk ki az együttműködések. Megfelelő felkészítés és moderálás mellett az önkéntesek a szóbeli, illetve személyes oktatások megvalósításának hatékony szereplői lehetnek.



Ellenőrző lista

a fertőzés megelőzését/továbbadásának megakadályozását célzó betegoktatás megszervezéséhez

Meghatároztuk, hogy mely betegkörnek milyen típusú és tartalmú, fertőzőmegelőzéshez kapcsolódó információra lesz szüksége.	<input type="checkbox"/>
Meghatároztuk az oktatóanyag témaköröket, amik tartalmazzák az alábbiakat: <ul style="list-style-type: none"> • alapvető és terjedés alapú infektokontroll óvintézkedések • egyéni védőeszközök használata: <ul style="list-style-type: none"> ○ védőeszközök jelentősége a fertőzés megelőzésben ○ védőeszközök szabályos fel- és levétele ○ használt védőeszközök kezelése (hova és hogyan tudják kidobni) ○ védőeszközök beszerzésének lehetőségei (kitől kérhetnek, hogyan kapnak) • kéz-légúti higiéné: <ul style="list-style-type: none"> ○ kéz-légúti higiéné jelentősége a fertőzés megelőzésben ○ a kórházi tartózkodás idejére kijelölt helyiségben (vagy annak közelében) hol találhatóak kézmosók ○ a helyes kézmosás menete ○ alkoholos kézfertőtlenítés menete ○ a kézmosás gyakorisága • hulladékkezelés (pl. elhasznált papírtörölkőt, papírzsebkendőket hova tudják kidobni) • kiegészítő tájékoztatás a betegek részére: <ul style="list-style-type: none"> ○ szellőztetés gyakoriságáról ○ takarítás gyakoriságáról ○ ágyneműcsere (textilcsere) gyakoriságáról ○ betegárs tovább oktatásáról (szóljon rá, ha valaki nem tartja be a szabályokat) • köhögési, tüsszentési etikett 	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
Kijelöltük a beteg-tájékoztató, -oktató anyagok készítőit.	<input type="checkbox"/>
Kialakítottuk a betegoktatást segítő anyagok készítésének protokollját.	<input type="checkbox"/>
Összegyűjtöttük a szükséges oktató, tájékoztató anyagokat, és meghatároztuk ezek felhasználási módjait, területeit.	<input type="checkbox"/>
A már meglévő, házon belüli oktató/tájékoztató anyagokat aktualizáltuk a COVID19 fertőzés megelőzésére vonatkozó információkkal.	<input type="checkbox"/>



Az oktatási anyagok szakmai jóváhagyásának folyamatába bevontuk az infektókontroll témában jártas szakembereket.	<input type="checkbox"/>
Meghatároztuk a készítenő anyagok lehetséges típusait (írásos tájékoztatók: szöveges és/vagy vizuális elemekkel, videó stb.).	<input type="checkbox"/>
Meghatároztuk, hogy az ellátás különböző pontjain, illetve az egyes témakörökhöz kinek és milyen információkat kell átadnia a betegnek.	<input type="checkbox"/>
A betegoktatásban és tájékoztatásban érintett kollégákkal közösen meghatároztuk a készségszintű ismeretek átadási módszereit.	<input type="checkbox"/>
Tisztáztuk az egyes szereplőkkel a betegoktatás terén tőlük várt feladatokat.	<input type="checkbox"/>
Kialakítottunk egy betegoktató, -tájékoztató anyagok elérésére alkalmas közös felületet, amelyet minden ellátó elér.	<input type="checkbox"/>
Feltöltöttük a frissített betegoktató, -tájékoztató anyagokat.	<input type="checkbox"/>
Felmértük, hogy önkénteseinket mely betegoktatási anyagok kivitelezésébe tudjuk bevonni.	<input type="checkbox"/>
Meghatároztuk az önkéntesekkel történő tevékenységek (anyagok kivitelezése, oktatási és tájékoztatási feladatok) menetét, és az ehhez szükséges oktatásokat megszerveztük.	<input type="checkbox"/>

