

SZÉCHENYI 2020



NEMZETGAZDASÁGI
MINISZTERIUM

***Térségi Egészségügyi Monitoring rendszer
és
Nyomonkövetési terv***

kódszám: *EFOP-1.5.3-16-2017-00028*

2019

Készítette: Európa Egészségház –Baktalórántháza Nonprofit Zrt

Európai Unió
Európai Szociális Alap



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

BEFEKTETÉS A JOVOBE

Tartalomjegyzék

1.	Előzmény	1. oldal
2.	Egészségügyi Monitorig Rendszer	1. oldal
2.1	Célja	1.oldal
2.2	Módszere	1. oldal
2.3	Állapotfelmérő lap felépítése	8. oldal
2.4	Adatrögzítés módszere	9.oldal
2.5	Javaslattétel	9. oldal
3.	Nyomonkövetési terv	9. oldal
3.1	Nyomonkövetés célja	9.oldal
3.2	Nyomonkövetés módszere	9. oldal
3.3	Nyomonkövetés gyakorisága	9. oldal
3.4	Információk értékelése	10. oldal
3.5	Nyomonkövetés végrehajtásáért felelős szervezet, személy	10. oldal
3.6	Elemzés	10. oldal
3.7	Nyomonkövetés dokumentálása	10. oldal

1. Előzmény:

Az EFOP-1.5.3-16-2017-00028 sz. projekt keretében Baktalórántháza Város Önkormányzatának megbízására, az Európa Egészségház –Baktalórántháza Nonprofit Zrt. elkészítette a *Térségi problématerkép és Cselekvési terv* dokumentumot.

A dokumentumhoz szorosan kapcsolódik a *Térségi Egészségügyi Monitoring rendszer és Nyomonkövetési terv* dokumentuma.

A dokumentum feladata bemutatni a monitoring rendszer eszközeit, valamint a nyomonkövetés formáját, az eredmények kiértékelésének módszerét.

2. Egészségügyi Monitoring rendszer:

2.1 Célja: A *Térségi problématerkép és Cselekvési terv* dokumentumban meghatározott magasabb rizikófaktorú betegségek által sújtott környezetben az egyének állapotfelmérése, a betegségek kiszűrésének elősegítése, adatok rögzítése.

2.2 Módszere: Önkéntes alapon történő csatlakozást követően az alábbi állapotfelméréseken, szűréseken információk gyűjtése:

- EIS állapotfelmérés
- DEXA szűrés
- Hallás vizsgálat
- Látás vizsgálat
- Általános állapotfelmérés

Állapotfelmérések, szűrések bemutatása:

a. Electro-Somato-Graphia(ESG, angolul EIS)

Számítógép alapú, 3D egész test vizsgálat

Az EIS digitális orvosi vizsgáló készülék, mely néhány perc alatt hatalmas mennyiségű információt gyűjt a szervezetről, melyet konkrét mért értékekkel, szövegesen és 3-Dimenziós illusztrációval jelenít meg. E modern technológia -az orvosi igényeknek is megfelelő-

információt szolgáltat a szervek működési paramétereiről, pl. a szív, a vesék, a tüdő, nyirokrendszer, gerinc csigolyák, idegpályák, az emésztőszervek, vagy akár az idegrendszer működési tényezőiről.



A vizsgálat **kiegészítő orvosi állapotvizsgálat, a klinikai szakvizsgálatot nem helyettesít**, átfogó vizsgálatként orientál, a betegirányítást támogatja.

A vizsgálat NEM javasolt:

- bőrgyógyászati betegség a tenyéren és a talpon, valamint a homlokon
- pacemaker
- protézis
- 6 hónapot meghaladó terhesség
- végtagok hiánya
- skizofrénia

Vizsgált faktorok

- Idegrendszer, hormonális szintek, szöveti pH, vérkép becslés
- Szívműködés, keringés
- Emésztő rendszer, nyelőcső, gyomor, máj, epe,
- Hasnyálmirigy, bélrendszer
- Húgyúti szervek, vese, hólyag
- Pajzsmirigy, mellékvese
- Prosztata, méh
- Tüdő, hörgők

- Nyirokcsomók, nyirokrendszer
- Gerinc szegmensek, ízületek, csontozat
- Testtartási zavar
- Lumbago kockázati állapot

Hogyan történik az EIS-vizsgálat?

A vizsgálat kényelmes, ülő helyzetben történik. A készülék hat elektróda segítségével – kettő-kettő a tenyerek és talpak alá helyezve, illetve a homlokra ragasztva - vizsgálja a szervek szöveti vezetőképességét. Amennyiben egy adott szerv működése megváltozik, akkor ez a vezetőképesség megváltozásán keresztül, betegség kialakulására vagy annak kezdeményére utal. A vizsgálat nem igényel semmiféle előkészületet, mint pl. az éhgyomor. A vizsgálat időtartama 20-25 perc.

b. DEXA szűrés Csontritkulás (oszteoporózis)

Az oszteoporózis alattomos betegség, kezdetben semmilyen klinikai tünetet nem okoz. Első jele egy kisebb baleset, például egyszerű elesés miatti csonttörés lehet, előrehaladott formájában azonban már a mindennapi élet biztonságát is veszélyezteti.

Az oszteoporózis a csontok anyagának kóros mértékű megkevesbedése úgy, hogy a maradék csontállomány szerkezete és eloszlása a testben szabályos marad. Az oszteoporotikus csontok meggyengülnek, ami miatt korábban még könnyen elviselt terhelések hatására is eltörhetnek.

Első jele, egy kisebb baleset miatti csonttörés lehet, leggyakrabban a gerinc, a combnyak, a medence és a csukló csontjai törnek el. Előrehaladott formájában már egy lehajlás, kisebb tárgy felemelése, köhögés is csonttöréshez vezethet. Súlyos esetben a csigolyák a test súlyától összeroppanhatnak, ami görnyedéshez és a testmagaság csökkenéséhez vezet.

Az oszteoporózis gyakran kíséri bizonyos hormonális betegségeket, állapotokat (pl. menopauza), illetve egyes gyógyszerek mellékhatása is lehet (pl. szteroidok közepes vagy nagy dózisban hosszú időn keresztül).

A csonttritkulás veszélyei

Az oszteoporózis leggyakoribb és legsúlyosabb szövődménye a csonttörés. Leggyakrabban a gerinc, a combnyak, a medence és a csukló csontjait érinti. Bár a legtöbb beteg viszonylag jól kezelhető műtétileg, a **combnyaktörés** jelentős mozgáskorlátozottságot és halált is okozhat a műtét utáni szövődmények miatt.

A gerinc csigolyatesteinek összeroppanása esés vagy sérülés nélkül is kialakulhat, pusztán azért, mert a csigolyatestek csontállománya szinte elfogyott. Az összeroppanás súlyos fájdalommal járhat és a felépülésig tartó út hosszú. Ha több ilyen jellegű törése van, néhány centivel csökkenhet a magassága.

Van-e csonttritkulása ?

- 45 éves elmúlt nő
- 60 éves elmúlt férfi
- Szülőknek volt csonttritkulása
- Önnek felnőtt korában volt csonttörése
- Korai, vagy valódi menopauzában van?
- Dohányzik?
- Alkoholt és/vagy kávé nap rendszerességgel fogyaszt?
- Szed, vagy szedett rendszeresen hormontartalmú gyógyszert?
- Kezelik Önt reumatoid artritisszel, vagy pajzsmirigy betegséggel?
- Korlátozott a mozgásban és/vagy más okok miatt keveset mozog?

Amennyiben legalább 3 kérdésre igennel válaszolt, akkor feltétlenül szüksége van csonttritkulás mérésre.

Hogyan állapítható meg az oszteoporózis?

Oszteopéniáról ("kevéscsontúság") akkor beszélünk, amikor már kialakult egy kismértékű csonttömeg-vesztés, de ez még nem éri el az *oszteoporózis* súlyossági fokát.

Az osteopénia fokozott osteoporózis kockázatot jelent, amely a csontsűrűséget (*csontdenzitást*) mérő vizsgálattal kimutatható. A legjobb szűrővizsgálat a DEXA.

MIT JELENT A DEXA VIZSGÁLAT

Csont-denzitometria a csont ásványi anyag tartalmának mérésére szolgál. A csont ásványianyag-tartalmának meghatározása alapvető a csontelváltozások, felismerésében, fontos a törési kockázat megítélésében.

A csontdenzitás az ember neme és életkora szerint változik, ezért a mért eredmény csak az egészséges személyeknél felvett, úgynevezett referenciaértékekhez hasonlítva minősíthető: a nem és életkor szerint illesztett normálértéktől való eltérés (Z-score) vagy az azonos nemű fiatalok átlagértéktől való eltérés (T-score) formájában.

A mérési helyek közül az ágyéki gerinc a korai postmenopausalis csontvesztés elsődleges helye, ezért az itt végzett mérés eredménye fontos lehet a korai terápia beavatkozás javallatának felállítására. Idősek esetében a combcsont felső részén mért érték kiemelkedő fontosságú.

A kettős energiájú röntgensugár elnyelődése a mérések fizikai alapja. Ezen készülékekkel két dimenziós pásztázás után kapjuk meg az ásványianyag-sűrűséget.

KIKNÉL NEM VÉGEZHETŐ A VIZSGÁLAT

- Terhesség fennállása
- Röntgenkontrasztanyag jelenléte a szervezetben
- 120 kg-ot meghaladó testsúly

BETEGTÁJÉKOZTATÁS

A csontsűrűség vizsgálat előtt szabad enni, inni. Korábbi röntgen kontrasztanyagot vagy izotópos vizsgálat után 1-2 napot várni kell a csontsűrűség mérés elvégzésével, mert ezek a vizsgálat érzékenységét jelentősen csökkentik.

c. Hallásvizsgálat

Honnan lehet tudni, hogy valami probléma van a hallásunkkal?

A hallás romlása időben észlelhető olyan apró jelekből, mint a sűrű visszakérdezés, a beszélgetésbeli félreértések, a túl hangosan hallgatott televízió vagy rádió. Ha ezek közül valamelyiket tapasztalta már, vagy családja, ismerősei jelezték ezen problémák bármelyikét Önnek, akkor érdemes eljönnie az ingyenes hallásszűrésre.

Akár halláscsökkenésre is utalhat, ha a gyermek nem figyel a szülők kérdéseire, kéréseire.

A szülők és a pedagógusok számára különösen fontos felismerni azt, ha egy gyermek viselkedésének háttérben halláskárosodás áll. A halláscsökkenés megnehezíti a gyermek kommunikációját, előfordulhat, hogy nem érti a szülő kéréseit, utasításait, így szófogadatlan gyermek benyomását kelti.

A gyermekek halláscsökkenését jelezheti a gyermek figyelmetlensége, nem figyel a szülők kérdéseire, kéréseire, nyitott szájjal alszik, ún. „bamba” arckifejezése van. Beszédkészség és beszédérthetőség zavarai is jelentkezhetnek, esetleg gyakran van középfül gyulladása, illetve orrmelléküreg-gyulladása. Ezek az esetleg mellékesnek tűnő tünetek felhívhatják a figyelmet a halláscsökkenésre.

Hogyan történik a vizsgálat?

A teljesen fájdalommentes vizsgálatokat kellemes, barátságos környezetben, szakember végzi, személyre szabott ellátást nyújtva.

A szűrés mindössze 10-15 percig tart.

d. Látásvizsgálat

Ön mikor törődött utoljára a látásával? Ha még nem vett részt szűrővizsgálaton, idén mindenképp szánjon 5 percet az idejéből az éleslátásért! Ez igazán nem sok!

Látásunk évenkénti ellenőriztetése legalább olyan fontos, mint más egyéb betegségek megelőzésére igénybe vett szűrővizsgálatok. A látás romlása legritkább esetben hirtelen bekövetkező esemény – ha ilyet tapasztal, azonnal keressen fel szakintézményt –, általában

viszonylag lassan kialakuló folyamat. Így sokszor már csak a vizsgálat során szembesülünk azzal, mennyivel jobb is lehetne a látásunk.

A rendszeres látásellenőrzés, az egyéb egészségügyi szűrésekhez hasonlóan azért fontos, mert mielőbb kiderülnek az elváltozások, annál jobban kezelhetők. Kevesen tudják ugyanis, hogy a szemvizsgálat nem csupán a látás ellenőrzésre szolgál, hanem segíthet más betegségek feltárásában is (pl.: szürkehályog, zöldhályog, magas vérnyomás, cukorbetegség).

Veszélyeztetett csoport

Aki sokat dolgozik monitor előtt, egy idő után fejfájásra, a szem égésére, kivörösödésére panaszkodhat. Ilyen esetekben egy szemüveggel, kontaktlencsével a kicsinynek tűnő fénytörési hibát ki kell javítani illetve, gyakran nedvesítő szemcseppe, műkönnyre is szükség lehet.

Különösen fontos az ellenőrzés azoknak, akiknek magas a vérnyomásuk vagy cukorbetegségben szenvednek, hiszen ezek a betegségek látásromlás ill. panasz nélkül is olyan elváltozást okozhatnak a szemfenéken, amelyek kezelés nélkül súlyos látásromláshoz vezethetnek.

Az életkor és a látásvizsgálat

Sokan nem tudják, de a kisgyermek pupilla távolsága (ami a szemüvegtészítésnél egy nagyon fontos tényező!) a növekedéssel folyamatosan változik, így a gyerekek esetében a szemorvosi vizsgálat emiatt is fontos.

Bizonyos életkor felett, ezt nagyjából 40 évre teszi az orvostudomány, olyan változások állnak be, melyek miatt úgy tűnhet, hogy "nem elég hosszú a karunk". Ahhoz hogy olvasni tudjunk egyre messzebb kell tartanunk az olvasnivalót. Ez azt jelenti, hogy előbb-utóbb mindenkinek szüksége lesz látáskorrekcióra, szemüvegre. Dioptriánk helyes bemérését bízuk szakemberre, soha ne vásároljunk kész olvasószemüvegeket, mert azok tovább rontanak látásunkon!

e. Általános egészségügyi állapotfelmérés:

Testsúly-, testmagasság-, vérnyomás- és vércukorszint mérés, BMI index számítás

2.3 Állapotfelmérő lap felépítése

Szakmai program megnevezése:

Helyszín:

Időpont:

Név	
Születési idő, hely	
Lakcím	
Telefonszám:	

Vizsgálatok, állapotfelmérések megnevezése	Eredmény	Javaslat
EIS állapotfelmérés		
Hallás vizsgálat		
Látás vizsgálat		
DEXA mozgásszervi vizsgálat		
Általános szűrés		
Vérnyomás		
Vércukorszint		
Testmagasság		
Testsúly		
BMI Index		

„Ezúton nyilatkozom, hogy a jelenléti ív aláírásával hozzájárulok, hogy a jelen pályázatban történő részvételemet és adataimat a pályázat elbírálásában és a megvalósításában résztvevő szakemberek megismerhessék, statisztikailag feldolgozhatják. Továbbá hozzájárulok, hogy az eseményen készült fotókon, felvételeken személyem megjelenítésre kerüljön és a projekt keretében a fotók , felvételek felhasználásra kerüljenek. ”

aláírás

2.4 Az adatrögzítés módszere

A projekt keretében erre a célra létrehozott adattáblában (1. sz. melléklet) szerint történik a személyes adatok kezeléséről szóló törvényi előírásoknak megfelelően.

2.5 Javaslattétel

Az állapot felmérési, szűrési adatok elemzést követően a szakemberek javaslatot tesznek az egészségügyi állapot javítására.

- életmód tanácsadás
- életmód-váltás, életmód-váltó programokba irányítás
- Javaslat kiszűrt probléma kezelésére:

Javasolt betegút:

Háziorvos → Járóbeteg-szakrendelés → Fekvőbeteg – szakellátás → rehabilitáció

3. Nyomonkövetési terv

3.1 A nyomonkövetés célja:

Az állapotfelméréseken, szűréseken résztvevő páciensek aktuális egészségi állapotáról való információszerzés. Az információ megismerése során esetleges javaslatok, intézkedések megtétele, a páciens további nyomonkövetése:

3.2 A nyomonkövetés módszere:

Az állapotfelméréseken, szűréseken résztvevő, további vizsgálatokra javasolt személyek telefonon történő megkeresése, esetlegesen, szükségszerűen személyes megkeresés.

A megkeresés során cél az információ szerzése az egyén aktuális egészségügyi állapotáról.

A szakemberek által javasolt további vizsgálatok, életmódváltó programok végrehajtásáról, eredményéről, javaslattétel jövőbeli teendőkről.

3.3 A nyomonkövetés gyakorisága:

Az egyének első megkeresése az állapotfelmérések, szűrések időpontjától kezdődően 3 hónapon belül meg kell történjen.

A további megkeresések szükségszerűen történik hathavonta.

3.4 Az információk értékelése:

A nyomkövetés során az egyén aktuális egészségi állapotát szerzet információk kiértékelése szakember bevonásával. Figyelemfelhívás, javaslatétel, további intézkedések meghatározása.

3.5 A nyomkövetés végrehajtásáért felelős szervezet, személy:

Az EFOP-1.5.3-16-2017-00028 sz. projekt szakmai vezetője. A szakmai vezető utasításai alapján a nyomkövetés során keletkező feladatok végrehajtását a projektben foglalkoztatott egészségkoordinátorok végzik, a feladat végrehajtást a szakmai vezető ellenőrzi.

3.6 Elemzés

A nyomkövetések során, végén, a beérkezett információkat a szakmai vezető az egészségügyi szakemberek segítségével kiértékeli, megállapításokat tesz.

3.7 A nyomkövetésdokumentálása:

A nyomkövetés dokumentálása az adatrögzítő adattáblában (1. sz. melléklet) történik.
