

Zdravstveni odgoj i uloga medicinske sestre

Mara Grčić¹, Tanja Rončević², Joško Sindik³

¹ *Opća bolnica Dubrovnik, Odjel transfuziologije, Dubrovnik*

² *Osnovna škola Lapad, Dubrovnik*

³ *Institut za antropologiju, Zagreb*

Sažetak

Zdravstveni odgoj je nedjeljivi dio zdravstvene skrbi koji se isprepliće s ljudskim kulturnim, socijalnim, zdravstvenim, emocionalnim, etičkim i psihičkim potrebama. Stoga je jako važno znati način provođenja zdravstvenog odgoja, njegovo značenje, povezanost sa srodnim strukama, metode rada, ciljeve i ulogu medicinske sestre u istom. Time se ukazuje na važnost zdravstvenog odgoja u unaprjeđenju zdravlja i prevenciji bolesti koja može biti rezultat nesavjesnog ponašanja zajednice ili pojedinca. Medicinska sestra je važan nosilac zdravstvenog odgoja u praksi, jer ona radi u djelatnostima na primarnoj i sekundarnoj razini te u ustanovama socijalne djelatnosti. U sklopu redovitog školovanja medicinska sestra stječe znanja o zdravstvenom odgoju i primjenjuje ga u svom svakodnevnom radu. Na pojedinca ili zajednicu utječe i svojim osobnim primjerom. Primjenu zdravstvenog odgoja u praksi prikazali smo kratkim primjerom općeg prikaza rada Centra za dobrovoljno savjetovanje i testiranje na HIV.

Ključne riječi: edukacija, grupa, metode rada, zajednica, zdravstveni odgoj i informiranje

Pojam zdravstvenog odgoja

Zdravstveni odgoj je medicinsko – pedagoška disciplina koja se bavi unaprjeđivanjem zdravstvene kulture naroda. Smisao zdravstvenog odgoja je odgojiti pojedince i skupine ljudi tako da zdravlje smatraju istinskom vrijednošću i da u svoje i zdravlje zajednice u kojoj žive budu spremni ulagati velike napore (1, 2). Osnovni cilj zdravstvenog odgoja je zaštita i promicanje zdravlja te sprječavanje bolesti (3). Zdravstveni odgoj možemo shvatiti kao opću mjeru zdravstvene zaštite kojom se, mijenjanjem štetnog zdravstvenog ponašanja, edukacijom i informiranjem o određenim zdravstvenim postupcima unaprjeđuje zdravlje i sprječavaju, liječe i ublažuju posljedice određenog štetnog ponašanja i bolesti (4, 5).

Aspekti zdravstvenog odgoja

Zdravstveni odgoj u zdravstvenoj zaštiti ima dva aspekta:

1. Metode i sredstva zdravstvenog odgoja primjenjuju se tijekom pripreme i trajanja zdravstvene akcije sa ciljem pripreme i pridobivanja ljudi za sudjelovanje u samoj zdravstvenoj akciji
2. Metode i sredstva zdravstvenog odgoja su isključivo odgojni to jest terapijski jer služe za sanaciju zdravstvenih problema, a to su zdravstvene aktivnosti koje se provode da bi se uklonile štetne i nezdrave prilike te loše zdravstveno stanje koje se detektiralo npr. sistematskim pregledom (1).

Da bismo detaljnije objasnili sam zdravstveni odgoj uz njega se često vežu pojmovi:

1. *Zdravstveno informiranje*, koje se odnosi se na davanje informacija o zdravlju i bolesti ili o zdravom načinu života;
2. *Zdravstvena kultura*, koja govori o odnosu pojedinca prema vlastitom zdravlju i zdravlju zajednice, a ovisi o stavovima i društvenim normama;
3. *Promicanje zdravlja*, zajedničko ulaganje pojedinca, skupine, zajednice i zdravstvenih stručnjaka u unaprjeđenje zdravlja – suradnja u svim aspektima zdravlja (1, 3).

Prema *Povelji aktivnosti za unaprjeđenje zdravlja* obuhvaćaju se uz zdravstveni odgoj ove smjernice:

1. *Izgraditi društvenu politiku zdravlja* – zdravlje bi trebalo biti svakidašnja briga svih koji određuju politiku u svim područjima i na svim razinama, navodeći ih da postanu svjesni zdravstvenih posljedica vlastitih odluka;
2. *Stvoriti okolinu koja podupire zdravlje* – unaprjeđenje zdravlja stvara životne i radne uvjete koji su sigurni, stimulirajući i ugodni. Zaštita prirode i okoliša te očuvanje prirodnog blaga moraju biti dio strategije unaprjeđenja zdravlja.
3. *Ojačati akciju zajednice* – razvitak zajednice mora se graditi na postojećim ljudskim i materijalnim snagama, kako bi svaki pojedinac bio gospodar vlastite sudbine. To zahtjeva stalan pristup informacijama, mogućnost zdravstvene edukacije te financijsku podršku.
4. *Razviti osobne vještine* – potpomagati osobni i društveni razvoj pružanjem informacija, zdravstvenim odgojem i jačanjem životnih vještina. To će osigurati veću kontrolu nad vlastitim zdravljem i okolinom, te donošenje odluke o poboljšanju zdravlja.
5. *Preusmjeriti zdravstvenu službu* – uloga zdravstvene službe mora biti sve više usmjerena na unaprjeđenje zdravlja, tj. mora podupirati potrebe pojedinca i zajednice za zdravim životom (1, 4).

Povelja nam ukazuje da svoje napore moramo usmjeriti prema unaprjeđenju svih aspekata zdravlja: fizičkog, psihičkog, socijalnog, emocionalnog, etičkog i profesionalnog (1, 3).

Pritom je važno znati da se zdravstveni odgoj koristi znanjem s područja mnogih struka kao što su: psihologija, sociologija, socijalna antropologija, andragogija i pedagogija (5).

Medicinska sestra u zdravstvenom odgoju

Medicinska sestra je važan nosilac zdravstvenog odgoja u praksi. Medicinska sestra radi u djelatnostima na primarnoj i sekundarnoj razini te u ustanovama socijalne djelatnosti. U sklopu redovitog školovanja medicinska sestra je stekla znanje iz psihologije, pedagogije i metodike zdravstvenog odgoja a kroz jasno definiran zdravstveno-odgojni rad u već spomenutim djelatnostima. Na pojedinca ili zajednicu utječe i svojim osobnim primjerom koji je snažan oblik zdravstvenog odgoja (1, 3, 5). Sljedeći su oblici rada medicinske sestre u zdravstvenom odgoju:

a. Rad s velikom skupinom (predavanja, skupni savjeti, informiranje, prijedlozi kao svakidašnji oblici zdravstvenog odgoja)

Da bi predavanje postiglo željeni zdravstvenoodgojni cilj, od velike važnosti je priprema predavanja. Prije predavanja predavač treba prikupiti određene podatke koji će mu pomoći da predavanje bude uvjerljivije, a njegov utjecaj na slušatelje veći. Podaci se odnose na temu izlaganja i na skupinu na koju predavač želi utjecati. Ciljevi predavanja se najbolje određuju postavljanjem pitanja: što želim da slušatelji saznaju; koje njihove stavove želim promijeniti; što želim da oni urade ili ne urade? (1)

b. Rad u maloj grupi

Da bismo objasnili rad u maloj grupi moramo definirati elemente koji karakteriziraju skupinu pojedinaca kao grupu: zajednički cilj (najvažniji element koji od skupine stvara grupu); postojanje funkcija i uloga (funkcije i uloge članova grupe mogu biti formalne i neformalne); organizacija rada (dnevni red, zaduženja među članovima, trajanje rada, metode); osjećaj grupne pripadnosti (kompleksan osjećaj članova grupe koji grupu drži na okupu uz težnju za daljnjim napredovanjem). Osjećaj grupne pripadnosti može se mjeriti tzv. grupnom kohezijom (snagom kojom grupa privlači pojedince) (1). Emocionalni odnosi važan su element koji od skupine mogu stvoriti grupu. Kada se među članovima grupe jave određeni osjećaji, negativni ili pozitivni znak su da se u grupi razvija emocionalna interakcija (1, 5). Važno je još napomenuti postojanje grupnih normi (sva pisana i nepisana pravila kojih se članovi grupe moraju pridržavati da bi ih ona prihvatila). Rad u maloj grupi okarakteriziran je grupnom diskusijom, koja se provodi kroz razmjenu mišljenja i razgovor. Grupna diskusija mora svim članovima grupe biti ugodno iskustvo i osigurati im zadovoljavanje osnovnih socijalnih potreba (1). Vrste diskusije su usmjerena (gdje voditelj grupe grupu usmjeruje nekom cilju) te slobodna

diskusija (čije je obilježje iznošenje stavova, mišljenja i vrijednosti između svih članova grupe, tj. članovi se obraćaju jedan drugome). (1, 4) Poseban oblik rada u maloj grupi čine klubovi koji se bave zdravstvenim problemom svojih članova. Ona pomaže članovima grupe u iznošenju problema i potiče ih na diskusiju kroz koju oni pomažu jedan drugome u nalaženju rješenja za problem u kojem se nalaze (1).

c. Rad s pojedincima - intervju

Intervju je razgovor dviju osoba s određenim ciljem, u svrhu primanja ili davanja informacija. S obzirom na cilj dijele se na: informativne (kada se želi prikupiti ili dati određena informacija) te influentivne (kada se neku osobu želi preodgojiti ili joj promijeniti stav) (1).

d. Savjetovanje

Oblik zdravstvenog rada koji najčešće koriste zdravstveni djelatnici osobito medicinske sestre. Savjetovati znači razumjeti sugovornika i pomoći mu da sam uvidi kako se ponaša i da donosi odluke kojih će se držati (1, 4).

e. Rad u zajednici

Rad u zajednici obuhvaća pristupanje i razvoj zajednice. Pristup zajednici je primjena određenih metodoloških i organizacijskih načela u svrhu pridobivanja zajednice na aktivnu suradnju u provođenju zdravstvenog odgoja. Metoda rada pristupa zajednici obuhvaća: prikupljanje podataka i njihova analiza; opažanje strukture međuljudskih odnosa i ključnih osoba u zajednici; informiranje i motiviranje na suradnju (1, 5). Cilj je ubrzati opći napredak zajednice u svim aspektima. Ovu metodu rada provode odgajatelji, stručnjaci i specijalisti koji su spremni ulagati u projekt razvoja zajednice te pomagati svim članovima zajednice koji i sami pokušavaju poboljšati aspekte života (1, 4).

Ciljevi zdravstvenog odgoja

Ciljevi zdravstvenog odgoja mogu biti kratkoročni: to su oni koji se postižu brzo tijekom akcije. Dugoročni ciljevi su oni čije se ostvarenje očekuje po završetku akcije. Prema važnosti ciljevi mogu biti primarni (moraju se ostvariti) ili sekundarni (koji nisu od vitalne važnosti). Ciljevi se moraju točno odrediti da bi se pri završetku same akcije moglo provjeriti i procijeniti kvalitetu plana i samu provedbu kroz akciju. Pri određivanju ciljeva važno je na umu imati slijedeće: koje se informacije želi dati; koji se stavovi žele promijeniti; koje se akcije želi potaknuti (1, 3, 4, 5, 6).

Primjer primjene principa zdravstvenog odgoja

U Zavodu za javno zdravstvo u Dubrovniku 2005. godine otvoren je Centar za dobrovoljno savjetovanje i testiranje na HIV. U savjetovalištu se provodi zdravstveni odgoj za bolest koja je još uvijek u našem okruženju „tabu“ tema. Radom i akcijama djelatnika Centra polako se budi svijest zajednice o važnosti prevencije, ranom otkrivanju te pravodobnom liječenju (7). Tijekom rada Centra za dobrovoljno savjetovanje i testiranje na HIV u Dubrovačko-neretvanskoj županiji u razdoblju od 1. rujna 2005. do 31. listopada 2006. g. U navedenom razdoblju Centar je posjetilo 117 korisnika, od čega 95 (81%) u Dubrovniku i 22 (19%) u Korčuli), od toga 69% muškaraca i 31% žena (8). Već u početku djelovanja Centra, u sklopu promidžbe su djelatnici informirali o njegovom postojanju i svrsi na razne načine: od novinskih članaka i radio emisija, do lijepljenja plakata u autobusima (8). Osnovna načela rada Savjetovališta su:

1. **DOBROVOLJNOST:** Načelo dobrovoljnosti temelji se na informiranom pristanku, tj. korisnik nakon što je dobio potrebne informacije o savjetovanju i testiranju, samostalno i bez prisile odlučuje želi li pristupiti savjetovanju i testiranju.
2. **ANONIMNOST:** Sve se vodi pod posebnom šifrom, u slučaju da korisnik želi pisani trag testiranja dužan je dati podatke.
3. **POVJERLJIVOST:** sve ono što korisnik kaže ostaje tajna.
4. **BESPLATNOST** (7).

U savjetovalištu može doći bilo tko, ali samo punoljetne osobe mogu pristupiti testiranju. Maloljetnici mogu doći na savjetovanje, a za testiranje je potrebno odobrenje roditelja ili staratelja. HIV savjetovalištu svojim korisnicima pruža usluge savjetovanja o HIV/AIDS-u (načinima prijenosa, rizicima, procjeni osobnog rizika korisnika), testiranja na HIV, hepatitis B, hepatitis C i sifilis, te dijeljenja brošura, letaka i prezervativa (7). U Dubrovačko-neretvanskoj županiji tijekom 2010. godine registrirana je jedna osoba zaražena HIV-om, što je u okviru godišnjeg prosjeka. Više od 80 posto zaraženih su muškarci, u dobi od 30 do 49 godina. U HIV savjetovalištu u Dubrovniku i Korčuli u posljednjih pet godina bilo je 430 korisnika, većinom muškaraca mlađe dobi, od 18 do 29 godina koji su, u čak 91 posto slučajeva, kao najčešće rizično ponašanje istaknuli heteroseksualni spolni odnos bez zaštite (7).

Zaključak

Zdravstveni odgoj u suvremenoj zdravstvenoj zaštiti ima vrlo važnu ulogu. Odgojne metode i sredstva u zdravstvenoj zaštiti populacije ravnopravno se primjenjuju sa svim ostalim metodama i sredstvima kojima se medicina služi radi unaprjeđenja zdravlja. Što su zdravstveni problemi složeniji, metode zdravstvenog odgoja su brojnije i suptilnije a time i potrebnije u

suvremenoj zdravstvenoj zaštiti. Unaprjeđenje zdravlja je proces koji ljudima omogućuje veću kontrolu zdravlja te poboljšanje života. Stoga zdravstveni odgoj ne smije biti samo odgovornost zdravstvenih djelatnika, nego i svakog pojedinca da svojim pozitivnim stavovima pridonosi blagostanju (1, 3).

Literatura

1. Ilić V, Ilić R. Metodika zdravstvenog odgoja, Školska knjiga, Zagreb, 1999.
2. Findak V. Metodika tjelesne i zdravstvene kulture, Školska knjiga, Zagreb, 2003.
3. Sindik J. Metode zdravstvenog odgoja i promocije zdravlja, Dubrovnik, 2011.
4. Barath A. Kultura, odgoj i zdravlje. Zagreb: Visoka medicinska škola – katedra za zdravstvenu psihologiju; 1995.
5. Havelka M. Zdravstvena psihologija. Zagreb: Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu; 1990.
6. Glas roditelja za djecu: Skinuto 15.7.2012. s: <http://www.udruga-grozd.hr/zdravstveni-odgoj/>
7. HIV savjetovanište u Dubrovniku i Korčuli – Centar za dobrovoljno savjetovanje i testiranje na HIV. Skinuto 15.7.2012. s: http://zzjzdnz.hr/hr/sluzbe/32-ch-0?&l_over=1
8. Lakić M, Pavić Mikolaučić I, Grego M. Rad Centra za dobrovoljno savjetovanje i testiranje na HIV u Dubrovačko-neretvanskoj županiji. Hrvatski časopis za javno zdravstvo, 2005; 3(7). Skinuto 11.11.2012. s: <http://www.hczj.hr/old/clanak.php?id=13307>