

ФИЛИАЛ ОРЕНБУРГСКИЙ ИНСТИТУТ ПУТЕЙ СООБЩЕНИЯ
СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ
ОРЕНБУРГСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ
(ОМК – СТРУКТУРНОЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЕ ОРИПС – ФИЛИАЛА САМГУПС)

ОТДЕЛЕНИЕ СЕСТРИНСКОЕ ДЕЛО

Выпускная квалификационная работа

«Особенности сестринской деятельности по выявлению среди пациентов групп риска по
ожирению»

Выполнила
Студентка 15-СД-1
Бородина С.А.

Руководитель
Крапивина О.И.

Оренбург 2019 год

АКТУАЛЬНОСТЬ

В современной жизни человека, изменилась структура питания, вкусовые качества пищи преобладают над питательными свойствами, что приводит к избытку калорий. Ожирение является фоном для большинства болезней, развиваются сердечно-сосудистые, эндокринные, онкологические заболевания, а также страдает желудочно-кишечный тракт. Люди с избыточным весом имеют ограничения при движении, при выборе одежды, принятии гигиенической ванны, а так же повседневные бытовые неудобства. В связи с чем возрастает роль медицинского персонала в профилактике и лечении ожирения, особенно медицинской сестры.

Задачи, проблема, цели, предмет, объект исследования

Задачи:

1. Провести анализ литературных источников по вопросам этиологии, клиники, диагностике, лечении, профилактики ожирения
2. Проанализировать статистические данные по заболеваемости ожирение в России за 2016-2018гг
3. Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения
4. Раскрыть особенности сестринской деятельности по профилактике ожирения среди пациентов из группы риска
5. Разработать памятку по профилактике ожирения

Задачи, проблема, цели, предмет, объект исследования

Проблема:

- изучение причин, клинической картины, диагностики, лечения, осложнений и профилактики ожирения для групп риска.

Цель исследования:

- показать практическую значимость роли медицинской сестры по выявлению среди пациентов групп риска по ожирению

Предметом исследования :

- изучение причин, клинической картины, диагностики, лечения, осложнений и профилактики ожирения для групп риска.

Объект исследования:

- сестринский персонал.

Методы исследования:

1. Статистический;
2. Аналитический;
3. Социологический

Решение первой задачи

Провести анализ литературных источников по вопросам этиологии, клиники, диагностике, лечении, профилактики ожирения

Ожирение - отложение жира, увеличение массы тела за счёт жировой ткани.

Виды ожирения:

1. Центральное (абдоминальное) ожирение
2. Ягодично-бедренное (гиноидное) ожирение
3. Смешанное ожирение

Степени ожирения:

I степень ожирения – избыточная масса тела превышает нормальную на 10-29%. (20 кг)

II степень ожирения – на 30-49%. (31 кг)

III степень ожирения – на 50-99%. (51 кг)

IV степень ожирения – более чем на 100%.

Решение первой задачи

Провести анализ литературных источников по вопросам этиологии, клиники, диагностике, лечении, профилактики ожирения

Причины:

- Алиментарная
- Эндокринная
- Церебральная

Факторы :

- Малоподвижный образ жизни
- Наследственность
- Повышенное потребление углеводов
- Стрессы

Решение первой задачи

Провести анализ литературных источников по вопросам этиологии, клиники, диагностике, лечении, профилактики ожирения

Для постановки диагноза :

- собирается анамнез
- определение индекс массы тела
- рассчитывается соотношение округлости талии к окружности бедер
- оценку пищевых привычек.

Для определения степени поражения внутренних органов проводят:

- измерение артериального давления;
- оценку гликемического профиля и проведение теста на толерантность к глюкозе
- биохимический анализ крови
- проведение ЭКГ

Решение первой задачи

Провести анализ литературных источников по вопросам этиологии, клиники, диагностике, лечении, профилактики ожирения

Цели лечения:

- уменьшение массы тела
- предотвращение повторной прибавки массы
- уменьшение факторов риска

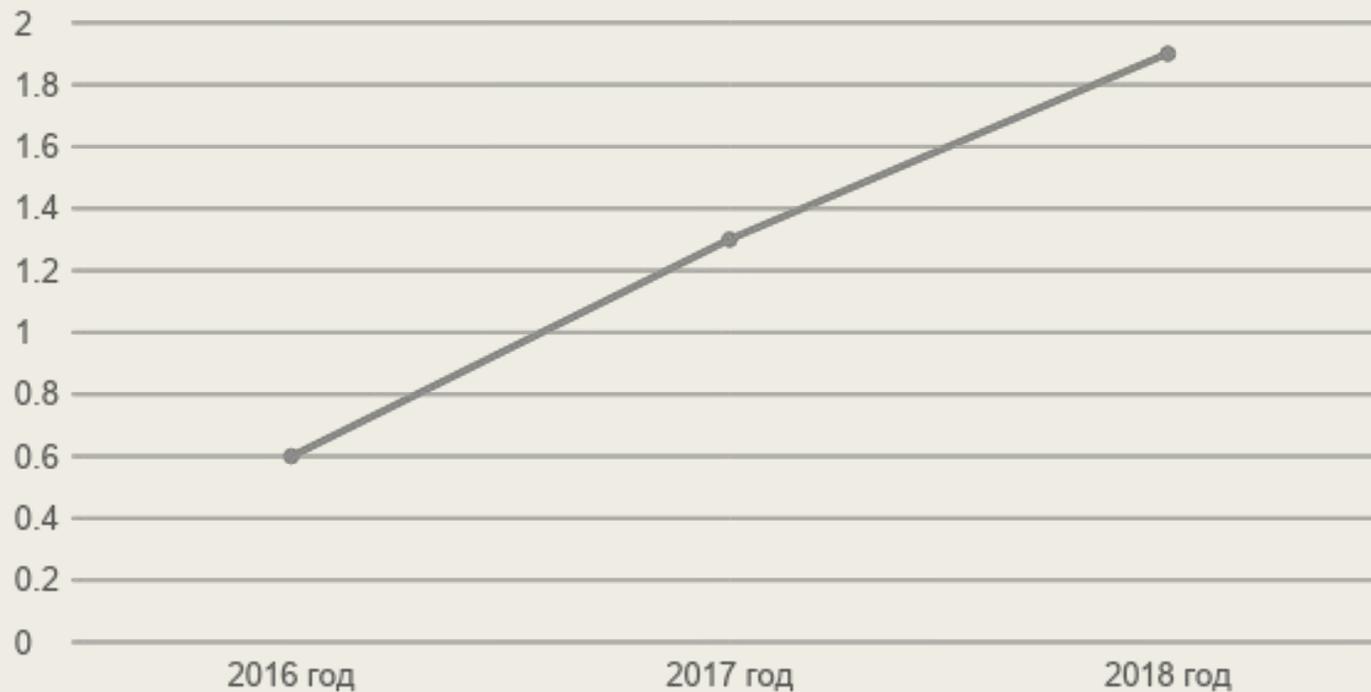
Методы лечения ожирения :

- немедикаментозные методы лечения ожирения: рациональное питание: стол №8 (основывается на ограничении употребления углеводов и соли), повышение физической активности, психотерапия
- медикаментозные методы лечения ожирения: назначают препараты, подавляющие аппетит и уменьшающие усвоение питательных веществ в организме
- хирургические методы лечения ожирения

Решение второй задачи

Проанализировать статистические данные по заболеваемости ожирение в России за 2016-2018гг

Диаграмма рост заболевания ожирение за 2016 – 2018 года



Решение третьей задачи

Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

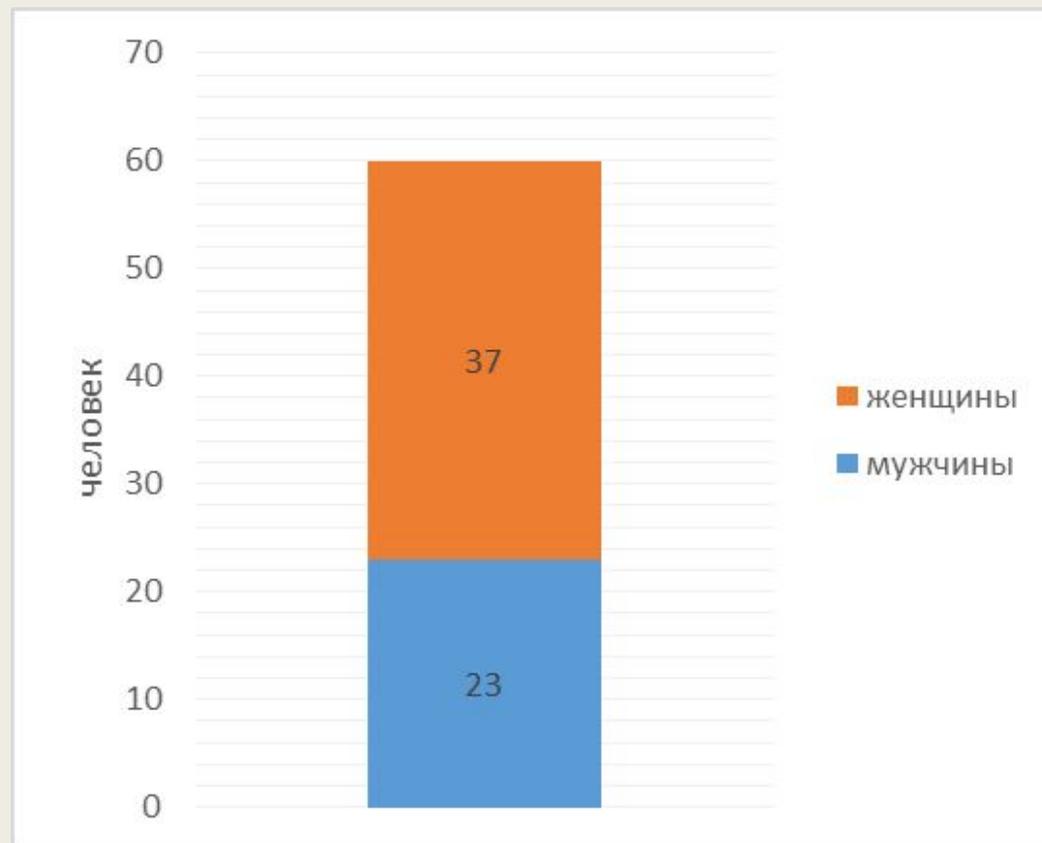
Вопросы:

1. Сколько Вам полных лет?
2. Ваша профессия предполагает малоподвижный образ жизни?
3. Знаете ли Вы свой вес? Рост?
4. Часто ли вы занимаетесь спортом?
5. Сколько раз в сутки принимаете пищу? 1-2 раза? 4-6 раз?
6. Знаете ли вы принципы рационального питания?
7. Часто ли вы употребляете фаст-фуд?
8. Имеются ли у Вас вредные привычки? (курение? Употребление алкоголя?)
9. Страдали ли Ваши родственники ожирением?

Решение третьей задачи

Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

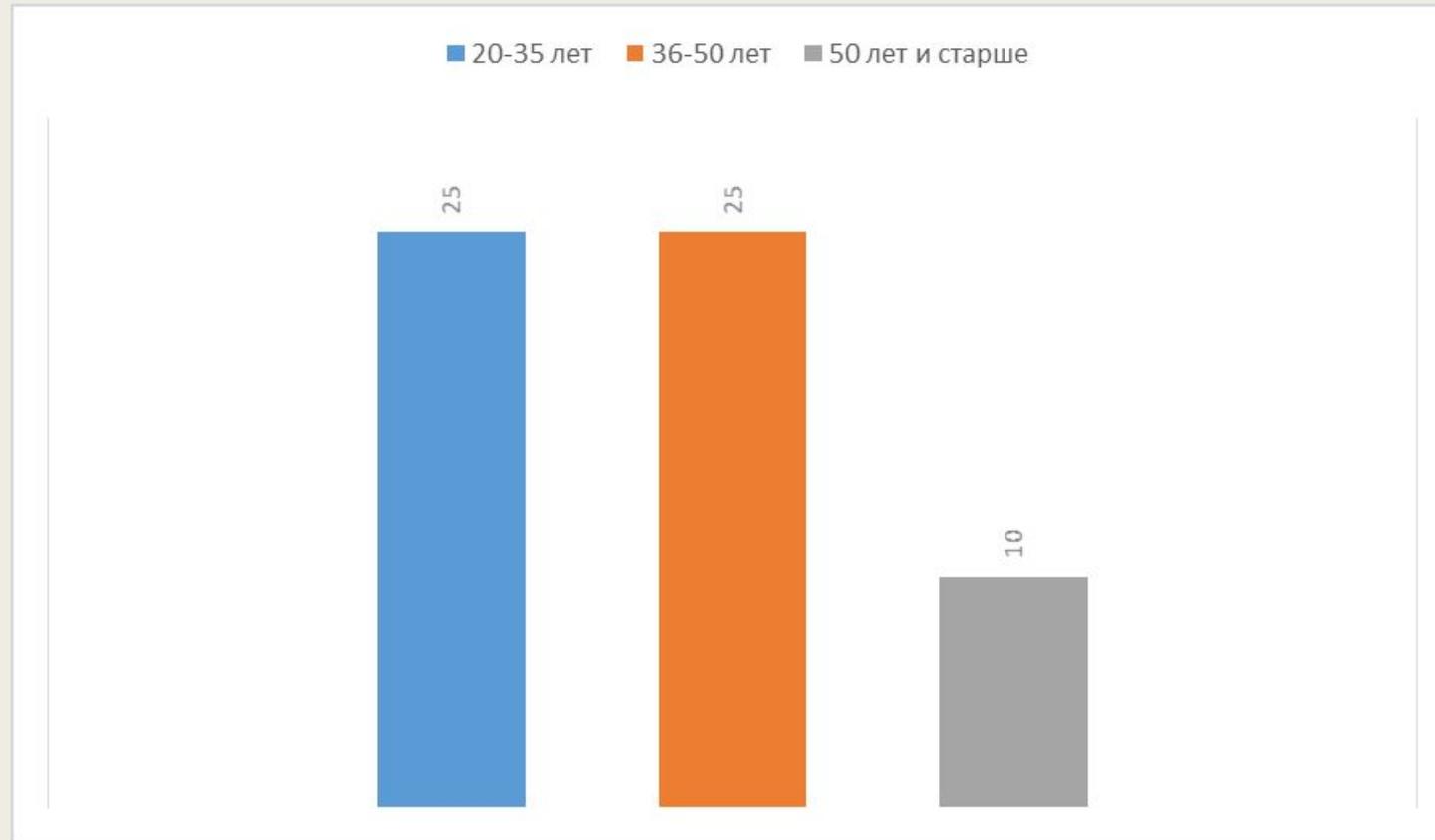
Диаграмма гендерный состав анкетированных



Решение третьей задачи

Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

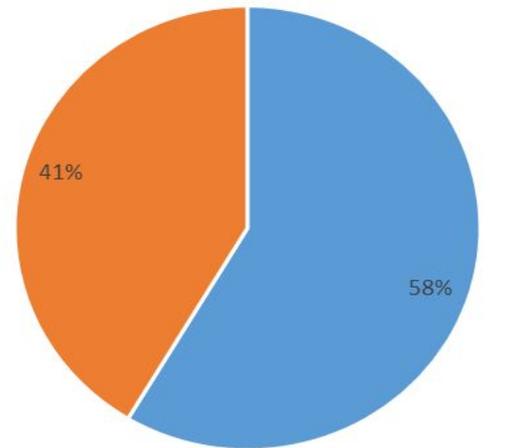
Диаграмма возрастной состав



Решение третьей задачи

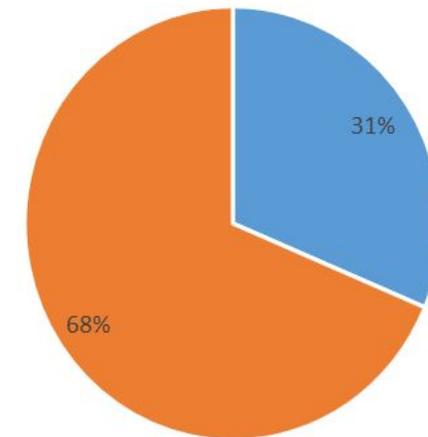
Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

Диаграмма двигательная активность пациентов



■ малоподвижный образ жизни ■ активный

Диаграмма информация о весе и росте

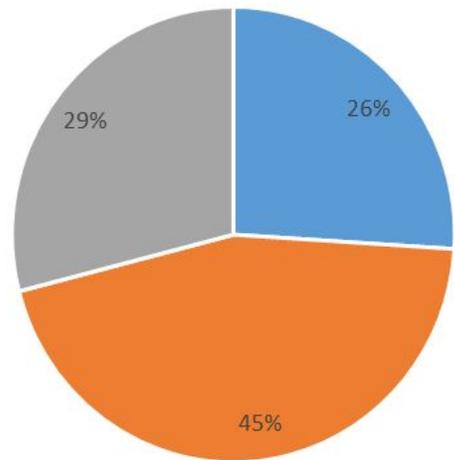


■ процент людей знающие свой вес, рост ■ процент людей не знающие свой вес, рост

Решение третьей задачи

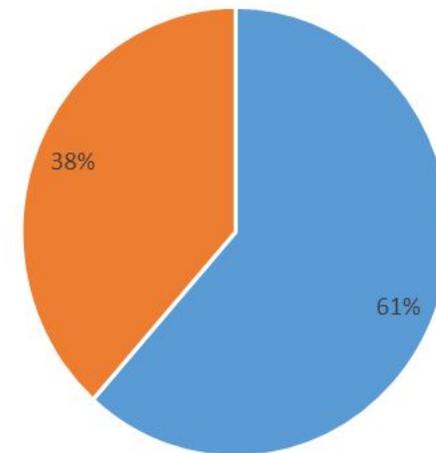
Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

Диаграмма регулярные физические упражнения



■ занимаются спортом ■ утренняя зарядка ■ не занимаются спортом

Диаграмма суточное количество приема пищи



■ количество людей питающихся 1-2 раза в сутки ■ количество людей питающихся 4-6 раз в сутки

Решение третьей задачи

Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

Диаграмма соблюдение рационального питания

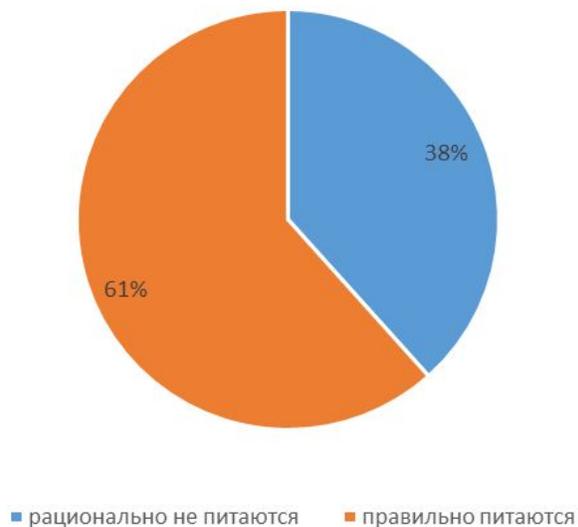
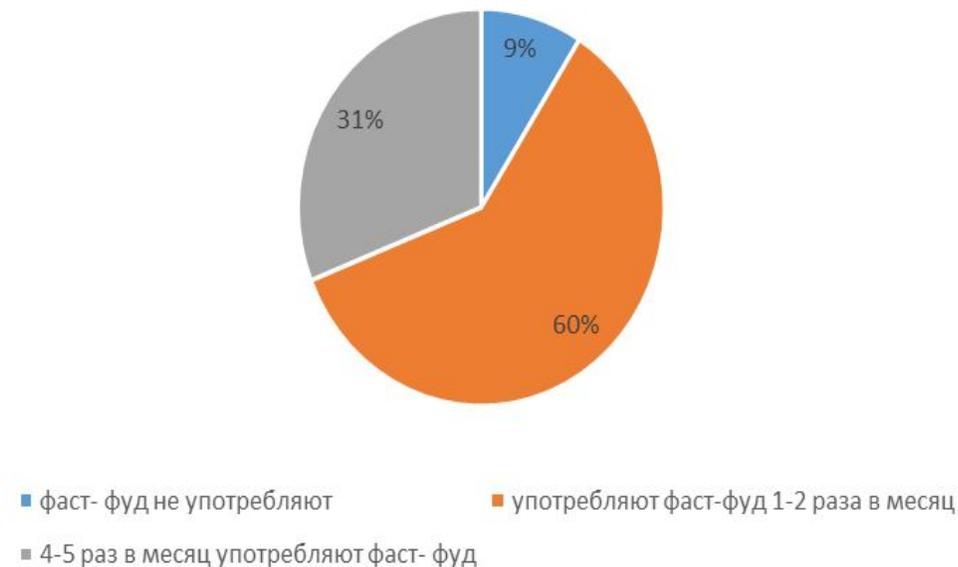


Диаграмма злоупотребления фаст-фудом



Решение третьей задачи

Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

Диаграмма вредные привычки

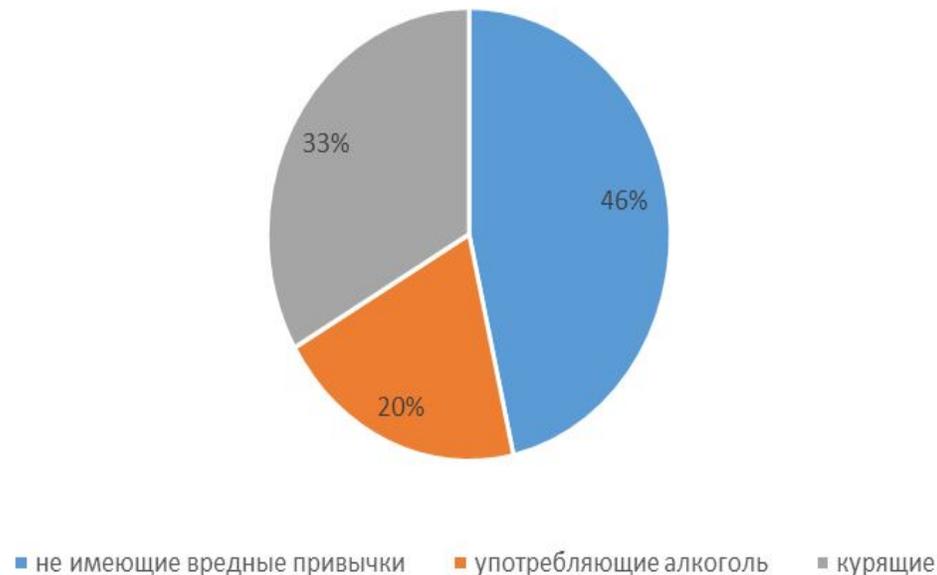
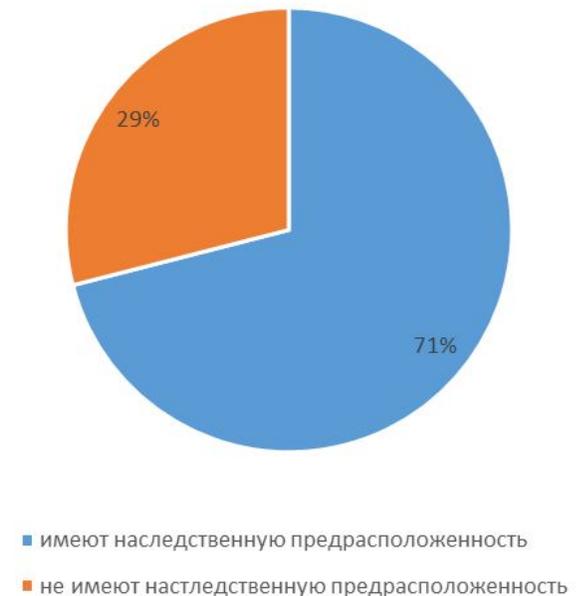


Диаграмма наследственная предрасположенность



Решение третьей задачи

Разработать материал для социологического опроса и провести анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения

В результате анкетирования пациентов эндокринологического отделения, выявлены основные факторы, определяющие группы риска и факторы, способствующие развитию ожирения. Необратимые факторы риска - наследственная предрасположенность. Обратимые факторы риска - нерациональное питание, гиподинамия, вредные привычки, избыточный вес, отсутствие мотивации к сохранению веса.

Таким образом выявив группу риска пациентов по развитию ожирения с обратимыми факторами риска, медицинская сестра должна активно вести среди них профилактическую работу.

Решение четвертой задачи

Раскрыть особенности сестринской деятельности по профилактике ожирения среди пациентов из группы риска

Профилактика ожирения у взрослого населения со стороны медицинской сестры заключается в следующем:

1. проведение бесед и разъяснений о сбалансированном питании,
2. обучение и мотивация пациентов в поддержании их стремления в борьбе с ожирением,
3. ведение школы здоровья по вопросу профилактики и лечения ожирения, коррекции питания,
4. осуществление пропаганды здорового образа жизни,
5. помощь в формировании здорового питания взрослого населения,
6. информирование пациента о заболевании, принципах лечения и профилактики,
7. проведение подготовки к инструментальным и лабораторным методам исследованиям,
8. пропаганда физической активности и занятия спортом.

Решение пятой задачи

Разработать памятку по профилактике ожирения

Ожирению часто способствуют депрессии, стрессы, сложные жизненные ситуации. Поэтому залогом сохранения стройной фигуры, а главное, здоровья, станет восстановление душевного равновесия. Необходимо по возможности избегать любых травмирующих ситуаций.



В сутки нужно спать не менее 6-8 часов. По возможности находите время в середине дня хотя бы 15 минут посидеть в покое и расслабиться.

Важна профилактика ожирения у людей, если они ведут малоподвижный образ жизни. Людям, обладающим склонностью к полноте, необходимо с раннего возраста отказаться от избыточного питания.



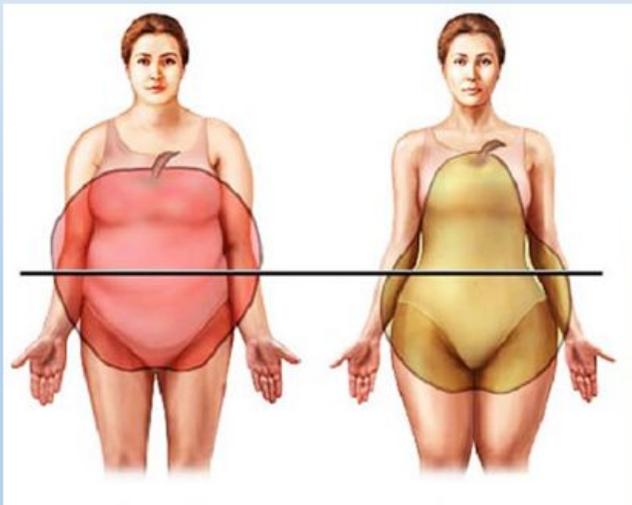
Профилактика ожирения



Решение пятой задачи

Разработать памятку по профилактике ожирения

Ожирение - отложение жира, увеличение массы тела за счёт жировой ткани. Жировая ткань может отлагаться как в местах физиологических отложений, так и в области молочных желёз, бёдер, живота.



Ожирение могут вызвать различные причины, в первую очередь неправильное питание.

Важно исключить из рациона вредную, обильную пищу, и тщательно контролировать калорийность потребляемых продуктов.



Снижение калорийности на 100 ккал приводит к уменьшению массы тела на 11г. Такое ограничение калорийности приведет к снижению массы тела на 1,1 кг за 100 дней и на 4 кг за год. Для снижения массы тела и поддержания ее на оптимальном уровне необходимо внимательно контролировать калорийность ежедневного рациона пищи.

Для увеличения затрат энергии необходимо, чтобы организм покрывал энергетические расходы расщеплением жировых запасов. Достичь этого удастся, увеличив активность за счет элементарных упражнений.



Неверно предполагать, что всего пятнадцать минут бега каждый день существенно повлияют на снижение веса. Такая незначительная нагрузка способна лишь в общем укрепить организм. Лишние килограммы начнут уходить, только если ежедневно бегать не менее часа.

Заключение

В ходе проделанной работы была решена первая задача проведения анализа по вопросам этиологии, клиники, диагностике, лечении, профилактики ожирения выявлено то, что ожирение - отложение жира, увеличение массы тела за счёт жировой ткани. Существует три основные причины (алиментарная, эндокринная, церебральная). Виды ожирения: центральное, ягодично-бедренное, смешанное. Стадии ожирения: прогрессирующая, стабильная.

В ходе решения второй задачи анализ статистических данных по заболеваемости ожирением в России за 2016-2018 гг. С 2016 по 2017 год выросла и составила 1,3% населения, за 2018 год проблема избыточного веса в России уже насчитывает 1,9% от общего населения страны.

Для решения третьей задачи было проведено анкетирование пациентов эндокринологического отделения, были выявлены основные факторы определяющие группы риска. Необратимые факторы риска - наследственная предрасположенность. Обратимые факторы риска - нерациональное питание, гиподинамия, вредные привычки, избыточный вес, отсутствие мотивации к сохранению веса.

В ходе решения четвертой задачи были выявлены особенности сестринской деятельности по профилактике ожирения среди пациентов из группы риска. Профилактика ожирения со стороны медицинской сестры заключается в : проведение бесед о сбалансированном питании, ведение школы здоровья, пропаганда здорового образа жизни, подготовку к инструментальным и лабораторным методам исследованиям, пропаганда физической активности и занятия спортом.

Для решения пятой задачи разработана памятка «Профилактика ожирения у пациентов с группой риска».

Заключение

Задачи выпускной квалификационной работы выполнены:

1. Проведен анализ литературных источников по вопросам этиологии, клиники, диагностике, лечении, профилактики ожирения
2. Проанализированы статистические данные по заболеваемости ожирение в России за 2016-2018гг
3. Разработан материал для социологического опроса и проведено анкетирование среди пациентов эндокринологического отделения
4. Раскрыты особенности сестринской деятельности по профилактике ожирения среди пациентов из группы риска
5. Разработана памятка по профилактике ожирения

Цель достигнута

Спасибо за внимание!