



**STANOWISKO
POLSKIEGO TOWARZYSTWA PIEŁĘGNIARSKIEGO
w sprawie roli pielęgniarek w przygotowaniu pacjenta do przestrzegania
zaleceń terapeutycznych**

Przestrzeganie zaleceń terapeutycznych (*compliance*, obecnie częściej używane *adherence*) stanowi jeden z podstawowych warunków skuteczności stosowanej terapii. Ma to szczególne znaczenie w przypadku chorób przewlekłych.

Przestrzeganie zaleceń terapeutycznych wiąże się nie tylko z przyjmowaniem przepisanych leków, ale także ze stosowaniem zalecanej diety, zaleconym zmniejszeniem masy ciała czy w ogóle zmianą stylu życia konieczną w danej jednostce chorobowej.

Wśród form nieprzestrzegania zaleceń terapeutycznych można wyróżnić (Raport o przestrzeganiu zaleceń terapeutycznych przez polskich pacjentów, 2010):

- Nierealizowanie recept;
- Nierozpoczęcie leczenia;
- Opóźnianie rozpoczęcia leczenia;
- Nieświadome pomijanie pojedynczych dawek leku;
- Świadome pomijanie pojedynczych dawek leku;
- Systematyczna zmiana częstości dawkowania leku;
- Okresowe przyjmowanie zmniejszonej /zwiększonej liczby dawek leku;
- Wakacje od leków;
- Przedwczesne kończenie kuracji;
- Przerwanie leczenia przewlekłego.

Do tego trzeba także dodać nieprzestrzeganie zalecanej diety, brak zalecanej eliminacji używek czy brak zalecanej aktywności fizycznej.

Skutki nieprzestrzegania zaleceń to przede wszystkim brak efektów terapeutycznych i przez to brak poprawy zdrowia oraz niska jakość życia. Dodatkowo należy wspomnieć o kosztach związanych z nieprzestrzeganiem zaleceń terapeutycznych, które w Polsce można oszacować na ok. 6 mld rocznie (Raport o przestrzeganiu zaleceń terapeutycznych przez polskich pacjentów, 2010).

Wśród wielu czynników determinujących nieprzestrzeganie zaleceń terapeutycznych należy wymienić brak odpowiedniej edukacji pacjenta na temat ważności terapii, jej przebiegu i stylu życia z daną jednostką chorobową.

Polskie Towarzystwo Pielęgniarskie stoi na stanowisku, że pielęgniarki mogą i powinny odgrywać kluczową rolę w przygotowaniu pacjenta do przestrzegania zaleceń terapeutycznych. Pielęgniarki zostały przygotowane do przekazywania pacjentowi wiedzy i wyuczenia odpowiednich umiejętności niezbędnych do wprowadzenia zaleceń terapii i zmiany stylu życia w danej jednostce chorobowej. Mają z pacjentem najczęstszy i najbliższy kontakt, co umożliwia wypracowanie właściwej motywacji

do przestrzegania zaleceń terapeutycznych.

Tło

Jak wynika z badań, w USA tylko 51% pacjentów leczonych na nadciśnienie przestrzega zaleczonej terapii. W grupie pacjentów z depresją jedynie 40%-70% przyjmuje antydepresanty. Australijscy pacjenci z astmą tylko w 43% biorą przepisane leki (WHO, 2003). W Europie, w grupie pacjentów z cukrzycą, tylko 28% osiąga dobrą kontrolę glikemii. W USA tylko 2% dorosłych pacjentów z cukrzycą przestrzega wszystkich zaleceń terapeutycznych niezbędnych w skutecznej terapii cukrzycy (WHO, 2003).

Okazuje się, że w samej tylko kuracji antybiotykowej, blisko 40% pacjentów czyni odstępstwa od reżimu przyjmowania leków (Kardas P, Devine S., Golembesky A., Roberts R, 2005).

W Polsce, tylko 65% chorych przewlekłe deklaruje, że zawsze przyjmuje wszystkie zalecone dawki leków. Co czwarty chory przewlekłe nie stosuje się do zaleceń lekarza i zdarzają mu się sytuacje wykorzystania tylko części przepisanego opakowania lub też wykorzystania niektórych lub tylko jednego z przepisanych leków (Raport o przestrzeganiu zaleceń terapeutycznych przez polskich pacjentów, 2010).

Podstawowym czynnikiem decydującym o przestrzeganiu zaleceń terapeutycznych jest zaufanie pacjenta do pracownika ochrony zdrowia oraz systemu wsparcia zarówno ze strony personelu medycznego, jak i najbliższych. Włączenie pielęgniarek w proces przygotowania pacjentów do przestrzegania zaleceń terapeutycznych jest szczególnie ważny, gdyż pielęgniarka cieszy się dużym uznaniem społeczeństwa (CBOS, 2009). Pacjenci na ogół czują się bardziej zrelaksowani w relacji z pielęgniarkami i łatwiej jest im komunikować swoje problemy. Pielęgniarka pomaga zrozumieć pacjentowi to, co powiedział lekarz, dlaczego przyjmowanie przepisanych leków ma znaczenie, jak je przyjmować i co zmienić w swoich zachowaniach zdrowotnych (Miaskowski Ch., Shockney L., Chlebowski R.T., 2008)

Według zaleceń ICN, pielęgniarska strategia poprawy przestrzegania zaleceń terapeutycznych powinna obejmować:

- ocenę przestrzegania zaleceń terapeutycznych z wykorzystaniem pytań, w których nie ma znamion straszenia pacjenta;
- pytanie o efekty uboczne terapii i ich wpływ na jakość życia pacjenta;
- edukowanie pacjentów na temat ich choroby, znaczenia przestrzegania zaleceń terapeutycznych, pozytywnych aspektów przestrzegania zaleceń terapeutycznych, możliwych skutkach ubocznych i jak sobie z nimi radzić;
- sugerowanie i wskazywanie pacjentowi różnych metod i środków przypominania o zaleceniach terapeutycznych (np. o wzięciu lekarstwa);
- nagradzanie i wzmacnianie pozytywnych zachowań np. poprzez pokazywanie pozytywnych efektów klinicznych przestrzegania zaleceń terapeutycznych jak obniżenie ciśnienia tętniczego krwi, obniżenie poziomu cukru we krwi;
- zachęcanie pacjenta do podtrzymywania relacji terapeutycznych z pracownikiem ochrony zdrowia oraz do kontaktu z grupami wsparcia (WHO, 2003).

Działania, które mogą poprawić przestrzeganie zaleceń terapeutycznych przez pacjentów chorych przewlekle to m.in. uproszczenie stosowanej terapii, edukacja, przypomnienia, samokontrola, poradnictwo, terapia rodzinna, terapia psychologiczna, interwencja kryzysowa, kontrolne kontakty telefoniczne i inne formy aktywnej pomocy. Pojedyncze interwencje mają jednak skuteczność daleką od oczekiwań, dlatego najlepiej łączyć te działania, zwiększając w ten sposób ich efektywność (Haynes RB, Ackloo E, Sahota N, i wsp. 2008).

Poprawa przestrzegania zaleceń terapeutycznych może mieć znacznie większe dla poprawy zdrowia populacji aniżeli poprawa samych metod leczenia (Haynes RB., 2001). Dlatego należy zwracać uwagę na ten problem oraz zintensyfikować działania wszystkich przedstawicieli zespołu terapeutycznego a szczególnie pielęgniarek, w celu edukowania pacjenta na temat zalecanej terapii oraz wspierania go podczas jej stosowania.

Warszawa 22 września 2010 r.

**Polskie Towarzystwo Pielęgniarskie Zarząd Główny www.ptp.na1.pl
Al. Reymonta 8 lok. 12 tel. +48 22 663 63 45; fax: + 48 22 398 18 51; email:
zgptpiel@gmail.com;**

OPP 17/ KRS 000065610