



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care



REPUBLIKA SLOVENIJA
SLUŽBA VLADE REPUBLIKE SLOVENIJE ZA RAZVOJ
IN EVROPSKO KOHEZIJSKO POLITIKO

PRESEJANJE ZA KNB (kronične nenalezljive bolezni) NA TERENU

Mira Brodarič - ZD Metlika

Univerza v Ljubljani



Mestna občina
Ljubljana



Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije –
Zveza strokovnih društev medicinskih sester,
babic in zdravstvenih tehnikov Slovenije



Primarni nivo ZV

→ pomembna vloga dipl.m.s v patronaži in RADM
(enotna celostna obravnava pacienta)



NAMEN → presejanje za KNB → opolnomočiti bolnike (bolezen, dej. tveg....)

*preprečevanje

*zgodnje odkrivanje

*vodenje urejenih bolnikov

*pravočasno ukrepanje ob poslabšanju stanja, boleznih...

OSNOVNI PODATKI /NALEPKA?

(E- NASLOV??)



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

VPRAŠALNIK ZA PREVENTIVNI PREGLED NA PODROČJU KRONIČNIH NENALEZLJIVIH BOLEZNI

Ime in priimek pacienta				
Spol	M	Ž	Telefonska številka	
Datum rojstva			Elektronski naslov	
Starost	let		Datum pregleda	

Družinska obremenjenost za KNB (AH, HOLESTEROL, SŽB, SL. BOLEZEN, CA)



DRUŽINSKA ANAMNEZA

1. Ali je imel kdo v družini (starši, bratje, sestre, polbratje, polsestre):

a)	zvišan krvni tlak?	DA	NE
b)	družinsko hiperholesterolemijo / družinsko kombinirano hiperlipidemijo	DA	NE
c)	katero od izraženih oblik aterosklerotične bolezni: srčni infarkt, angina pektoris, možganska kap, periferna bolezen arterij na nogah (moški pred 55. letom, ženske pred 65. letom)?	DA	NE
d)	sladkorno bolezen?	DA	NE
e)	Družinska obremenjenost za raka debelega črevesa in danke		
	1. Je med vašimi sorodniki prvega reda (oče, mati, sin, hči, brat, sestra, polbrat, polsestra) kdo zbolel za rakom debelega črevesa ali danke?	DA	NE
	2. Se najmanj dva vaša krvna sorodnika zdravita zaradi raka debelega črevesa ali danke?	DA	NE
	3. So pri katerem izmed vaših krvnih sorodnikov odkrili polip (adenom) debelega črevesa ali danke pred starostjo 60 let?	DA	NE
	4. So v vaši družini vsaj trije sorodniki prvega reda (starši, brat, sestra, polbrat, polsestra) pred 60. letom starosti zboleli za enim od sledečih rakov: rak debelega črevesa ali danke, rak materničnega vratu, rak želodca?	DA	NE

Svit od 50-70 leta Dora in Zora ženske po 50 letu



VKLJUČEVANJE V PRESEJALNE PROGRAME

2. Ali se redno vključujete v organizirane državne programe:

a)	Program Svít (program zgodnjega odkrivanja raka na debelem črevesu in danki, moški in ženske) vsaki dve leti?	DA	NE	NI V CILJNI POPULACIJI
b)	Program Dora (program zgodnjega odkrivanja raka dojk za ženske) vsaki dve leti?	DA	NE	NI V CILJNI POPULACIJI
c)	Program Zora (program zgodnjega odkrivanja raka na materničnem vratu za ženske) vsaka tri leta?	DA	NE	NI V CILJNI POPULACIJI

3. PREHRANA

	Število točk
3.1 Koliko obrokov v povprečju zaužijete na dan? (Izberite en odgovor.)	
a) 2 ali manj.	0 točk
b) Od 3 do 5.	1 točka
c) 6 ali več.	0 točk
3.2 Kako pogosto običajno uživate zelenjavo? (Izberite en odgovor.)	
a) Nikoli.	0 točk
b) 4-6x na teden.	0 točk
c) 1x na dan.	1 točka
d) Več kot 1x na dan.	2 točki
3.3 Ali imate navado soliti jedi pri mizi? (Izberite en odgovor.)	
a) Da.	0 točk
b) Ne.	1 točka
3.4 Katero vrsto maščobe v povprečju največ uporabljate pri pripravi hrane ali kot namaz? (Izberete lahko več odgovorov.)	
a) Rastlinska olja.	1 točka
b) Smetana (kisla ali sladka).	0 točk
c) Maslo.	0 točk
d) Svinjska mast.	0 točk
e) Trde margarine.	0 točk
f) Mehke margarine.	1 točka
g) Namazi z veliko maščob (ribji, zelenjavni, zeliščni, sirni).	0 točk
h) Manj mastni namazi (sirni, ribji, zelenjavni).	1 točka
i) Čokoladni namaz.	0 točk
j) Arašidovo maslo.	0 točk
k) Paštete.	0 točk
l) Smetana.	0 točk
m) Majoneza.	0 točk



Vprašamo /opazujemo glede na stanje pacienta



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

4. TELESNA DEJAVNOST

4.1 Kolikokrat se v **običajnem** tednu (med delovnim časom, na poti v službo ali po opravkih in nazaj, doma ter v prostem času **skupaj**) ukvarjate z **intenzivno** telesno dejavnostjo **najmanj 25 minut** vsakokrat do take mere, da **se zadihate in oznojite** (npr. tek, squash, hitro plavanje, hoja po stopnicah, aerobika, tenis, nogomet, hitro kolesarjenje, kolesarjenje po hribovitem terenu, dvigovanje/ prenašanje težkih bremen, lopatanje in druga težka fizična dela (npr. gozdarska, cestna, gradbena, kmečka))?

0	1	2	3	4	5	6	7	7+
0 točk	1 točka							2 točki

4.2 Kolikokrat se v **običajnem** tednu (med delovnim časom, na poti v službo ali po opravkih in nazaj, doma ter v prostem času **skupaj**) ukvarjate z **zmerno** telesno dejavnostjo **najmanj 30 minut** vsakokrat do take mere, da **nekoliko pospešeno dihate in se ogrejete** (lahko upoštevate tudi 3x po vsaj 10 minut naenkrat ali 2x po 15 minut, če je bilo to v istem dnevu) (npr. hitra hoja, lahkotno kolesarjenje po ravnem terenu, ples, počasno plavanje, golf, lahkoten tenis, badminton, dvigovanje/ prenašanje srednje težkih bremen, težja industrijska ali gospodinjstva opravila (npr. ribanje tal, intenzivno sesanje tal, pomivanje oken))?

0	1	2	3	4	5	6	7	7+
0 točk	1 točka							2 točki



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

5. KAJENJE IN IZPOSTAVLJENOST PRAHU TER KEMIKALIJAM

5.1 Ali kadite?

- a) Trenutno pokadim _____cigaret/dan. Kadim _____let.
- b) Sem bivši kadilec. Pokadil sem _____cigaret/dan. Kadil sem _____let.
- c) Izpostavljen sem pasivnemu kajenju.
- d) Nikoli nisem kadil.

5.2 Ali delate oziroma ste delali v masivni izpostavljenosti prahu in kemikalijam (hlapi, dražljivci, dim)?

- a) Da.
- b) Ne.

Modul KOPB in ASTMA-dodatna znanja –september -2015



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

6. PITJE ALKOHOLNIH PIJAČ

	Število točk
6.1 Kako pogosto ste v zadnjih 12 mesecih pili pijače, ki vsebujejo alkohol (pivo, vino, žgane pijače, likerji, penina, koktajli, mošt, tolkovec, medica)?	
a) Nikoli.	0 točk
b) Enkrat na mesec ali manj.	1 točka
c) 2- do 4-krat na mesec.	2 točki
d) 2- do 3-krat na teden.	3 točke
e) 4- ali večkrat na teden.	4 točke

6.2 Koliko meric pijače, ki vsebuje alkohol, ste v zadnjih 12 mesecih ponavadi popili takrat, kadar ste pili ? (Ena merica je 1 dl vina <u>ali</u> 2,5 dl piva <u>ali</u> tolkovca <u>ali</u> 0,3 dl ("eno šilce") žgane pijače.)	
a) Od nič do 1 merice.	0 točk
b) 2 merici.	1 točka
c) 3 ali 4 merice.	2 točki
d) 5 ali 6 meric.	3 točke
e) 7 in več meric.	4 točke

6.3 Kako pogosto se je v zadnjih 12 mesecih zgodilo, da ste popili: moški: 6 ali več meric ob eni priložnosti? ženske: 4 ali več meric ob eni priložnosti?	
a) Nikoli.	0 točk
b) Manj kot enkrat na mesec.	1 točka
c) 1- do 3-krat na mesec.	2 točki
d) 1- do 3-krat na teden.	3 točke
e) Dnevno ali skoraj vsak dan.	4 točke



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

7. DOZIVLJANJE STRESA

7.1 Kako pogosto se počutite napete, pod stresom ali velikim pritiskom?

1	2	3	4	5
nikoli		občasno		vsak dan
1 točka	2 točki	3 točke	4 točke	5 točk

7.2 Kako obvladujete napetosti, strese in pritiske, ki jih doživljate v življenju?

1	2	3	4	5
zlahka jih obvladujem		z večjim naporom jih obvladujem		ne obvladujem jih, moje življenje je skoraj neznosno
1 točka	2 točki	3 točke	4 točke	5 točk



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

8. DEPRESIJA

Kako pogosto so Vas v preteklih 2 tednih mučile naslednje težave?

	Sploh ne	Nekaj dni	Več kot polovico dni	Skoraj vsak dan
a) Malo interesa in zadovoljstva v stvareh, ki jih počnem.	0	1	2	3
Število točk	0 točk	1 točka	2 točki	3 točke
b) Potrtost, depresivnost, obup.	0	1	2	3
Število točk	0 točk	1 točka	2 točki	3 točke



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

SOCIALNE DETERMINANTE ZDRAVJA

9. Prosimo, navedite zadnjo šolo, ki ste jo dokončali. (Izberite en odgovor.)	
a) Nedokončana osnovna šola.	2 točki
b) Osnovna šola.	2 točki
c) 2- ali 3-letna poklicna šola.	1 točka
d) 4-letna srednja šola ali gimnazija.	1 točka
e) Višja, visoka šola, fakulteta, akademija.	0 točk
f) Podiplomski študij (magisterij, doktorat znanosti).	0 točk
10. Kakšen je vaš trenutni zaposlitveni status? (Izberite en odgovor.)	
a) Zaposlen (vključeno je neplačano delo v družinskem podjetju, vajeništvo ali plačana praksa, odsotnost z dela zaradi materinstva, starševstva, bolezni ali rednega dopusta).	0 točk
b) Samozaposlen (vključena je samostojna poklicna dejavnost, kmetje).	1 točka
c) Brezposelna oseba.	2 točki
d) Dijak, študent, nadaljnje izobraževanje, neplačana delovna praksa.	0 točk
e) Upokojenec.	0 točk
f) Invalidski upokojenec.	1 točka
g) Trajno invalidna oseba.	1 točka
h) Gospodinja.	1 točka
11. Kako vi (oziroma vaše gospodinjstvo) shajate skozi mesec, če upoštevate dohodek, če ga imate, tisto, kar ustvarite z lastnim delom (npr. manjša honorarna dela, vrtnarjenje), pa tudi medsebojno pomoč med sorodniki/sosedi/prijatelji. (Izberite en odgovor.)	
a.) Dobro shajam skozi mesec.	0 točk
b.) Občasno imam težave.	1 točka
c.) Imam težave.	2 točki

Če stanje pacienta omogoča (nepokretni, paraplegiki...)



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

MERITVE

12. Izvedba meritev

Antropometrične meritve	
Telesna višina	
Telesna masa	
Obseg pasu	
Izračun ITM	
Meritve krvnega tlaka	
Krvni tlak	

OSNOVNI LABORATORIJ ZA PREVENTIVNI PREGLED

(pacient nima nobenih dg, th...)



LABORATORIJSKE PREISKAVE

13. Izvid laboratorijskih preiskav

Laboratorijske preiskave		
Krvni sladkor		
Lipidogram	LDL holesterol	
	HDL holesterol	
	Skupni holesterol	
	Trigliceridi	

RANICE, ZNAMENJA, ZATRDLINE, KRI, APETIT, HUJŠANJE, PREBAVA...

(KAR JE NEVARNO POGOSTO NE BOLI)



SEDEM OPOZORILNIH ZNAMENJ ZA RAKA

14. Ali opazate katero od naslednjih težav:

a)	Ranico ali razjedo na koži ali sluznici, ki se ne zaceli niti po mesecu dni?	DA	NE
b)	Spremembo barve ali velikosti materinega znamenja ali bradavice, zlasti če začne srbeti, se poveča, spremeni barvo, krvavi, rosi, je obkrožena z vnetnim robom ali so okrog nje nastala manjša znamenja?	DA	NE
c)	Nebolečo zatrdlino kjerkoli na telesu, zlasti v dojkah, bezgavkah in modih?	DA	NE
d)	Neobičajno krvavitev ali izcedek iz telesnih odprtih: kri v izpljunku, v urinu, blatu, neobičajno krvavitev iz nožnice?	DA	NE
e)	Trdovraten, boleč, spremenjen kašelj, hripavost brez posebnega vzroka, ki traja več kot 14 dni, težave pri požiranju, zlasti pri kadilcih?	DA	NE
f)	Trdovratne težave z želodcem, zaprtja, ki se izmenjujejo z driskami, in hujšanje brez pravega vzroka?	DA	NE
g)	Vsako spremembo in nerednost pri odvajanju blata in vode, zlasti če je prisotna tudi kri?	DA	NE

POMEMBNO DA KAJ NE SPREGLEDAMO

(IN LAHKO ZAŠČITIMO SEBE ..npr. saj so me gledali pa niso videli da me boli...)



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

VARNOSTNA VPRAŠANJA

15.	Ali v zvezi s svojim zdravjem opazate kakršno koli težavo, ki je v dosedanjem pregledu nismo omenili?	DA	NE
Če DA, katero?			
16.	Ali imate v zvezi s svojim zdravjem kakršno koli skrb, ki se je v dosedanjem pregledu nismo dotaknili?	DA	NE
Če DA, katero?			
17.	Ali se želite o katerem koli vprašanju v zvezi s svojim zdravjem posvetovati z zdravnikom?	DA	NE
Če DA, o katerem?			

REZULTATI

Socialne determinante zdravja		
0-2	3-4	5-6
Ni ogrožen	Srednje ogrožen	Ogrožen

Družinska ogroženost za:		
SŽB.	DA	NE
sladkorno bolezen.	DA	NE
raka dojke.	DA	NE
raka debelega črevesa in danke.	DA	NE

Redno udeleževanje v preventivnih državnih programih:			
Program SVIT	DA	NE	NI V CILJNI POPULACIJI
Program DORA	DA	NE	NI V CILJNI POPULACIJI
Program ZORA	DA	NE	NI V CILJNI POPULACIJI

Vedenjski dejavniki tveganja			
Prehrana	Neustrezna	Zadovoljiva	Ustrezna
Telesna dejavnost	Nezadostna	Mejna	Zadostna

Kajenje	Kadilec	Bivši kadilec	Pasivni kadilec	Nekadilec
Masivna izpostavljenost prahu in kemikalijam pri delu	Da		Ne	
Pitje alkoholnih pijač	Zasvojenost	Škodljivo pitje	Tvegano pitje	Ne pije tvegano
Doživljanje stresa	Ogrožen		Ni ogrožen	



REZULTATI



Večje tveganje (ogroženost) za kronične bolezni/stanja:		
SŽB	DA	NE
Sladkorna bolezen	DA	NE
KOPB	DA	NE
Depresija	DA	NE
Debelost	DA	NE
Arterijska hipertenzija	DA	NE

Prisotne kronične bolezni/stanja:		
SŽB	DA	NE
Sladkorna bolezen	DA	NE
KOPB	DA	NE
Depresija	DA	NE
Debelost	DA	NE
Arterijska hipertenzija	DA	NE
Alkoholizem	DA	NE

ZA POMOČ PRI DELU



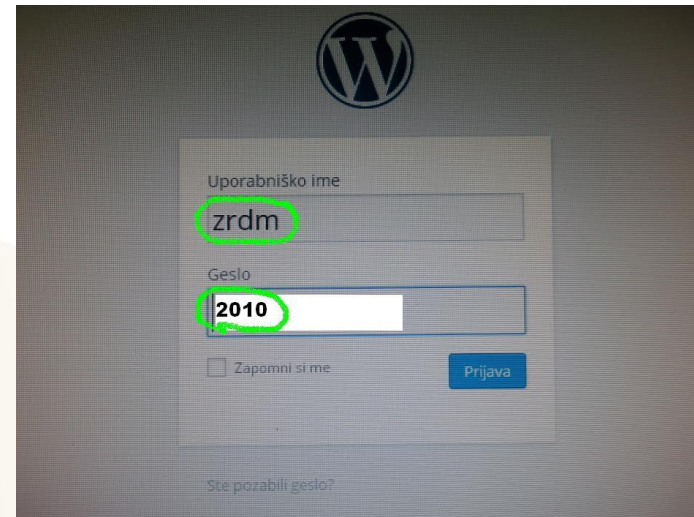
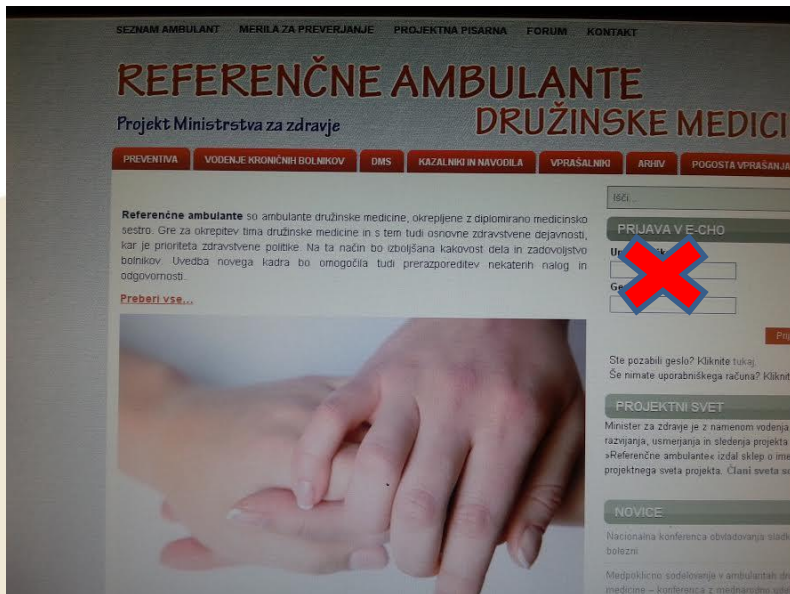
Vprašalnik- ciljana vprašanja, meritve (če je izvedljivo)

Algoritem – interpretacija – kako ukrepati

Spletna stran refer. ambulanta-dodatne info.

(dostop UI: zrdm GESLO:2010)

VSTOP V SPLETNO STRAN REF. AMBULANT



TIMSKI PRISTOP=>CELOSTNA ENOTNA OBRAVNAVA PACIENTA



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care



HVALA ZA POZORNOST

😊 LEP DAN 😊



Upgraded
Comprehensive
Patient
Care

