

## 2. lecke – A betegoktatás irányelvei, alapelvei

Jelen tananyag a Szegedi Tudományegyetemen készült az Európai Unió támogatásával.  
Projekt azonosító: EFOP-3.4.3-16-2016-00014

*Ez a lecke 2 ábrát tartalmaz. Ennek a leckének az elsajátítása hozzávetőlegesen 1-2 órát igényel, de ez függ a hallgatótól.*

A jól megtervezett betegoktatás mindamelllett, hogy információval látja el a betegeket, segíti az egészségügyi ellátás költséghatékonyabbá válását is.

### A betegoktatás irányelvei

A betegoktatás irányelveit már 1994-ben kidolgozták az Amerikai Egyesült Államokban. Ez a következőket foglalja magába (2, 245. old.):

1. *„A beteg/család a tudást, az ügyességet és a magatartást fejlesztő olyan képzésben részesül, amelynek segítségével az intézmény által nyújtott egészségügyi szolgáltatásokat maximálisan hasznosítani tudja.*
2. *A szervezet megtervezi és támogatja a beteg/család tanításának háttérét és menetét, gondoskodik a segédeszközökről.*
3. *Meghatározza a betegek/a család tanulási szükségleteit, képességeit és készségét.*
4. *A beteg-, családoktatási folyamat a gondozás tervezésének megfelelően interdiszciplináris.*
5. *A beteg/a család speciális képzésben részesül a beteg meghatározott szükségleteinek, képességeinek és készségeinek megfelelően. A felvilágosítás felöleli a gyógyszeradagolást, az*

*orvosi műszerek használatának módját, az étel-gyógyszer kölcsönhatások, az étrendi változtatások és a rehabilitáció ismeretét, és a további kezelés elérésének módját.*

6. *A betegnek vagy a családnak adott instrukciók be nem tartását a beteg folyamatos gondozásáért felelős intézménynek, illetve egyénnek jelezni kell”.*

A betegoktatás irányelvei között a fentiekén kívül további nagyon fontos elveket tartunk számon:

- Mivel információval látjuk el a klienseket, így az első lépés a **felmérés**, mely során tájékozódunk a beteg aktuális tudásáról a témával/betegségével kapcsolatban.
- Tájékozódni szükséges arról is, hogy **hogyan szeretne tanulni** a páciens (pl. van olyan beteg, aki kifejezetten az egyéni foglalkozást igényli, mások csoportban tanulnak szívesebben).
- A beteg és a betegoktatást végző szakember **együtt szabják meg** az oktatás célját, így mindketten tudni fogják, hogy mit kell elsajátítani, oktatni.
- Amennyiben lehetséges, a **hozzátartozókat** is **be** kell **vonni** az oktatási folyamatba!
- Gondoskodni kell nyugodt, **elkülönített helyről** (külön helyiség, ahová nem nyit be más az oktatás időtartama alatt), illetve tanulást segítő **eszközökről** (pl. képek, makettek).
- Az oktatás **élményszerű legyen**, ez elérhető változatos oktatási módszerek, és szemléltető eszközök alkalmazásával.
- **Egyszerű szavak**, mondatok használata (kerüljük az összetett mondatokat és az idegen szavakat) célszerű a jobb megértés végett.



- A klienst **bátorítani** kell kérdések feltevésére.
- Az **oktatás ütemét** (mikor, mennyi időt) meg kell tervezni. Ehhez szükséges tudni, hogy a kliens előreláthatólag mennyi ideig fog az intézményben tartózkodni (betegoktatás során egy alkalommal maximum 20 percet lehet a beteggel tölteni).
- Egyszerre **ne túl sok ismeretet** közöljünk, igazodni kell a beteg tanulási üteméhez (egy alkalommal 3-4 új információt tud a beteg megjegyezni).
- Az ismeretekben történő előrehaladás mennyiségét mindig meg kell beszélni, és **össze kell foglalni** a tanítottakat, valamint **visszajelzést** kell kérni a betegtől (értette-e a hallottakat; kérdéseket teszünk fel, azokra válaszoljon).
- Az intézményből távozó beteget tájékoztassuk, hogy miként kaphat **utógondozást**, illetve hová fordulhat kérdéseivel (1).

#### Mi kell még a sikeres betegoktatáshoz?

- A sikeres betegoktatáshoz szükség van a betegek megfelelő **motiváltságára** is, melyet az előzetes ismeretek, tanulási élmények, és a szociokulturális háttér is befolyásol. Amennyiben a beteg abban hisz, hogy saját egészsége a fontos, ez kellő motivációt jelent a megtanulandó anyag elsajátításához. Ellenkező esetben a betegoktatás részét képezi a kliens motiválása is.
- Szükséges a **figyelemkoncentráció**, melynek segítségével a beteg a megtanulandó anyagra képes összpontosítani. A figyelmet elvonhatja a külső zavaró zaj, de a beteg fájdalma, fáradtsága, éhsége is, ezért ezeket a betegoktatás megkezdése előtt ki kell küszöbölni.
- A **betegséghez való pszichoszociális alkalmazkodás** szintén összefügg a betegoktatás sikerességével. Egy betegség – főleg, ha krónikus – nagy



megrázkódtatást jelent a kliensnek. A betegség tartóssá válása egy gyászfolyamatot indít el a kliensben, mely a következő öt stádiumot foglalja magában: elutasítás, harag, alku, oldódás, elfogadás (ezekről később lesz szó). Amíg a beteg nem jut el az elfogadás stádiumába, addig felesleges a betegoktatást megkezdeni, mert a páciens nem lesz együttműködő.

- A tanulási képességet befolyásolja a kliens **kognitív fejlettsége** (pl. nem tud olvasni), **életkora** és **fizikai képességei** (pszichomotoros képesség, erőnlét, koordinációs képesség) is, ezért ezekkel tisztában kell lennie a betegoktatónak a betegoktatás megkezdése előtt, melyekről alapos felméréssel győződhet meg (2).

#### Milyen legyen a betegoktatás helyszíne?

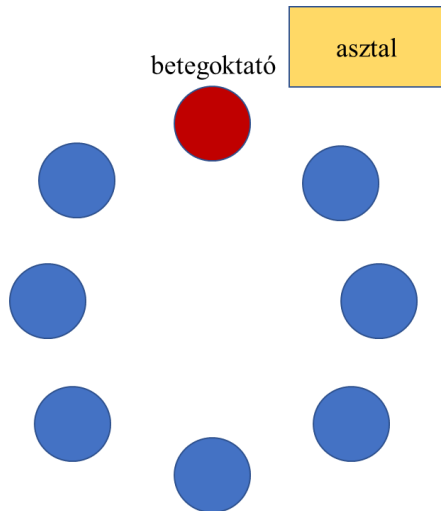
A betegoktatás irányelvei között nem szabad figyelmen kívül hagyni az oktatás helyszínének megfelelő kiválasztását sem. Fentebb szó volt már a **nyugodt, elkülönített helyről** (senki ne zavarjon), azonban ennyi nem elegendő a sikeres betegoktatáshoz. A kívülről beszűrődő, vagy esetleg a helyiségben keletkezett **zajok** (pl. egy gép működése) megzavarják az oktatást. Ugyancsak zavaró, ha **túl meleg**, vagy éppen **hideg** van a szobában. A megfelelő **fényviszonyokra** is figyelni kell. Ne vakítsa el a beteget, sem az oktatót egy lámpa, ugyanakkor legyen kellően világos, mert különben a kliens nem fogja látni az oktató mozdulatait. A szoba **ne** legyen **túl zsúfolt** sem, és megfelelően **szellőztessünk** ki az oktatás megkezdése előtt.

A betegoktató és a kliens szemben helyezkedjen el egymással, közöttük ne legyen asztal. Amennyiben szükség van asztalra az eszközök tárolásához, úgy az asztal a betegoktató mellett helyezkedjen el, ahonnan könnyen elérheti az eszközöket. Arra azonban figyelni kell, hogy ne fordítson soha hátat a betegnek, miközben magyaráz.

Csoportos betegoktatás esetében az **1. ábrán** látható elrendezés a kívánatos.

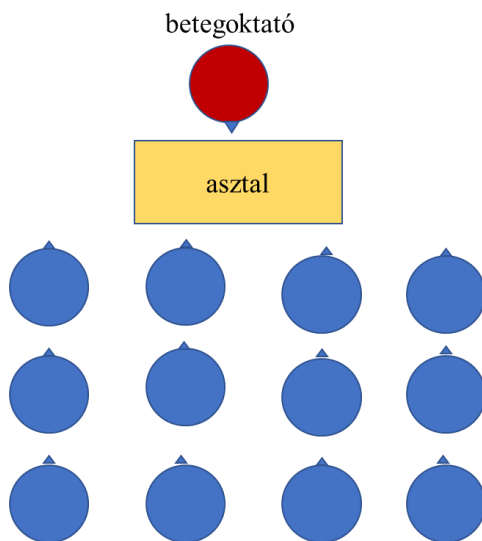


**1. ábra: Elhelyezkedés csoportos betegoktatáshoz (Készítette: Németh Anikó)**



A betegoktató és a kliensek körben elhelyezkedve foglaljanak helyet, így mindenki jól látja az oktatót és egymást is. Az oktatáshoz biztosan szüksége lesz az oktatónak eszközökre, ezeket egy, a közelében elhelyezett asztalon tárolhatja addig, amíg szüksége nem lesz rájuk.

**2. ábra: Betegoktatáshoz nem megfelelő elrendezés (Készítette: Németh Anikó)**



A betegoktatáshoz nem ajánlott a 2. *ábrán* látható elrendeződés, mivel egyrészt az oktatót asztal választja el a kliensektől, ami felsőbbrendűség látszatát kelti, illetve falat képez az oktató és a betegek között. Ezen kívül az egymás mögött helyet foglaló páciensek nem biztos, hogy jól látnak az előttük ülő miatt. Nincs közöttük interakció, és egymás arcát, reakcióit sem látják.

A betegoktatáshoz biztosítani kell a szükséges *eszközöket* is. Ezek lehetnek szemléltetést szolgáló eszközök (pl. ábrák, makettek egy-egyszervről,

szervrendszeréről, prospektusok, szórólapok), vagy éppen valamilyen beavatkozás elvégzéséhez szükséges eszközök (pl. inzulin beadáshoz tű, fecskendő, pen). Ezeket a fogyóeszközöket elegendő mennyiségben szükséges a beteg számára előkészíteni, hogy legyen lehetősége begyakorolni a mozzanatokot. A gyakorláshoz elegendő időt kell biztosítani a páciens számára!

### *A betegoktatás alapelvei*

A betegoktatás során a következő alapelvek követése elengedhetetlen:

- A betegoktató **bizalom**ra épülő kapcsolatot létesítsen a beteggel és hozzátartozókkal. A bizalom csak úgy tud kialakulni, ha az oktató a következő erényekkel rendelkezik: szakmai tudás, empátia, egészséget képviselő szokások, rendezett megjelenés, példamutató viselkedés.
- A betegoktatónak azt kell elérnie, *„hogy a beteg az egész betegség tapasztalatot úgy élje meg, mint alkalmat, melynek során megtanulhat teljesebb életet élni”*, ennek érdekében az **oktató tanít** magatartásával, példamutatással, kommunikációjával.
- A **betegoktató**nak kötelessége az egészséges életmód tanítása, valamint feladata hogy **reagál**jon a beteg tanulási szükségleteire.
- Az oktatónak **fel kell mérnie a beteg tudásszintjét**, igényét, ismereteinek helyességét, azt, hogy mire taníthatná meg a beteget, és családtagjait.
- *„Az oktatásnak az orvostudomány és az ápoláskutatás eredményeire kell támaszkodnia, az átadni kívánt tudás tudományos alapú, naprakész, megbízható, minőségileg és mennyiségileg megfelelő legyen, és alapvető az oktatótevékenység során, hogy*

az oktató szakmailag és a beteg számára is kielégítő módon tudjon válaszolni a hozzá intézett kérdésekre” (3).

Vannak további alapelvek, melyek inkább az oktatás kivitelezéséhez tartalmazznak fontos instrukciókat. Ezek a következők:

- **Kezdje a fontos dolgokkal:** az oktatás elején kell szót ejteni azokról az ismeretekről, melyek megjegyzése nagyon fontos a kliens számára. Ennek az az oka, hogy az oktatás kezdetekor a figyelem még éber, a vége felé pedig már lankad.
- **Ismételje meg a fontosabb pontokat:** amit feltétlenül meg kell jegyezniük a pácienseknek, azt többször is ismételjük el, ezáltal nyomatékosítunk, és jobban megmarad az információ.
- **Adjon személyre szabott, pontos tanácsokat:** a betegoktatást mindig a felméréssel kezdjük (erről később lesz szó), így megtudhatjuk a beteg szükségleteit. Ezekre a szükségletekre alapozva fogjuk a betegoktatást elvégezni.
- **Az információt rendezze kategóriákba:** Előre meg kell tervezni, hogy miről fogunk beszélni egy betegoktatási alkalom során. Ezeket kategóriákba szükséges rendezni, és az oktatás során minden egyes kategóriát külön kell tárgyalni, egymás után, logikai sorrendben.

**Például**, ha a cukorbetegséget szeretnénk ismertetni a betegek számára, akkor az egyes kategóriák lehetnek: betegség lényege, hasnyálmirigy bemutatása, betegség oka, tünetei, kezelés lehetőségei, szövődmények, életmódbeli tanácsok. Ezekről a kategóriákról egyesével beszélünk, akkor haladunk tovább, ha az egyes kategóriákat megtárgyaltuk, és nem csapongunk közöttük.

- **Kerülje a szaknyelv, hosszú kifejezések, körmondatok használatát:** latin kifejezéseket



TILOS használni a betegoktatás során, csak magyarul kommunikálunk a beteggel! Hosszú, összetett mondatokat sem használunk, mert a betegek nem tudják megjegyezni. Helyette egyszerű, rövid mondatokban fogalmazzunk.

- **Használjon vizuális segédeszközöket, szórólapokat, vázlatokat:** jól látható ábrák segítik a megértést, a szórólapokat, vázlatokat pedig elvihetik a betegek, így segítik az információk megjegyzését.
- **Ne mondjon túl sok mindent egyszerre:** egy betegoktatási alkalom során 3-4 új információt szabad közölni a beteggel (többet nem tud megjegyezni).
- **Kérjen visszajelzést:** minden betegoktatási alkalom után visszajelzést kell kérni a betegtől, hogy megértették-e az általunk elmondottakat, és van-e kérdésük. (2)

### Önellenőrző kérdések

Karikázza be az **I** betűt, ha Ön szerint az állítás igaz, vagy a **H** betűt, ha hamisnak gondolja.

A betegoktatás megkezdése előtt nem szükséges tájékozódni a beteg előzetes tudásáról.	<b>I</b>	<b>H</b>
A betegoktatás tetszőleges időtartamú lehet, vagyis nincs időkorlát.	<b>I</b>	<b>H</b>
A betegoktatás során az utógondozás lehetőségéről is tájékoztatni kell a páciens.	<b>I</b>	<b>H</b>
A betegoktatás részét képezi a beteg motiválása is	<b>I</b>	<b>H</b>
A betegoktatás során fel kell mérni a beteg tanulási képességeit is.	<b>I</b>	<b>H</b>

A következő kérdések esetében mindegyik kérdésnél **egyetlen** választ kell bekarikázni!



Csoportos betegoktatás során milyen alakzatban helyezkedjenek el a teremben ülők?

- A) Egymás mögött sorba rendezett székeken, velük szemben pedig a betegoktató foglal helyet.
- B) Mindenki oda ül a teremben, ahová szeretne.
- C) A székeket körben kell elhelyezni, és a betegoktató közöttük foglal helyet a kör valamelyik pontján.

Melyik állítás NEM helyes?

- A) A betegoktatás helyszíne legyen zajmentes.
- B) A betegoktatás történhet akár a beteg kórtermében is, a többi beteg jelenlétében.
- C) A betegoktatás előtt szükséges előkészíteni az eszközöket is.
- D) A betegoktató és a páciens között ne legyen asztal.

Melyik állítás NEM IGAZ a betegoktatásra?

- A) A betegoktató magatartásával, példamutatásával is tanít.
- B) A betegoktatónak nem feladata, hogy reagáljon a beteg tanulási szükségleteire.
- C) A betegoktatónak meg kell nyernie a beteg bizalmát is.
- D) A betegoktatónak naprakész ismeretekkel kell rendelkeznie az orvostudomány és az ápoláskutatás területeiből.

Melyik állítás NEM helyes?

- A) Egy betegoktatási alkalom során csak 3-4 fontos információt közöljünk a beteggel.
- B) Nem fontos a nyomtatékosítás.
- C) Az információkat rendezzük kategóriákba.
- D) Kérjünk visszajelzést a betegtől minden alkalom után.



## Felhasznált irodalom

1. Németh A. (2015): A betegoktatás irányelvei. [https://www.doki.net/tarsasag/meszk/upload/meszk/document/meszk\\_csongrad\\_megyei\\_teruleti\\_szervezet\\_munkassaga\\_2004\\_2017\\_1.pdf?web\\_id=](https://www.doki.net/tarsasag/meszk/upload/meszk/document/meszk_csongrad_megyei_teruleti_szervezet_munkassaga_2004_2017_1.pdf?web_id=) 181-183. old. Elérés ideje: 2018.12.23.
2. Potter P.A., Perry A.G. (1996): Az ápolás elméleti és gyakorlati alapjai: Tanítás és tanulás. Medicina Könyvkiadó Rt. Budapest, 245-264.
3. Ujváriné S.A., Szögi N. (2014): A közösségi ápoló szerepe a betegoktatásban és az életmód-tanácsadásban. [https://www.tankonyvtar.hu/en/tartalom/tamop412A/2010\\_0020\\_kozossegi\\_magyar/10\\_a\\_kzssgi\\_pol\\_szerepe\\_a\\_betegoktatsban\\_s\\_az\\_letmdtanacsadsban.html](https://www.tankonyvtar.hu/en/tartalom/tamop412A/2010_0020_kozossegi_magyar/10_a_kzssgi_pol_szerepe_a_betegoktatsban_s_az_letmdtanacsadsban.html) Elérés ideje: 2018.12.27.

**Készítette: Dr. Németh Anikó SZTE ETSZK Egészségmagatartás és –fejlesztés Szakcsoport**

