

Astımlı Hastaya Hemşire Desteği



 Yök. Hemşire Hatice ERDOĞAN

Astım, dünyada en sık karşılaşılan kronik hastalıklardan biridir. Yapılan çalışmalar son zamanlarda hastalığın görülme sıklığında artış olduğunu ve özellikle çocuklarda daha sık görüldüğünü göstermektedir. Astım alevlenme (atak) ve sönme dönemleri şeklinde seyreden bir hastalıktır. Günümüzde bu hastalığın tedavisi kadar hastalık hakkında belirli bir eğitimin verilmesinin de önemli olduğu belirtilmektedir.

Bu eğitimin amacı:

- Hastalığın kontrol altında tutulmasının sağlanması,
- Hastanın kendine güveninin artırılması,
- Günlük belirtilerin azaltılması,
- Ataklara neden olan etmenlerin bilinerek korunmalarının sağlanması,

- Günlük faaliyetlere normal katılımlarının sağlanması,
- Kullanılan ilaçların ve yan etkilerinin en aza indirilmesinin sağlanması olmalıdır.

Astımlı hastalara ve ailelerine verilecek bu eğitimde sağlık personellerine ve özellikle de hemşirelere önemli sorumluluklar düşmektedir. Astımlı hastalarda uyumsuzluğun nedenleri;

- Hastaların tedaviye gerek duymaması,
- İlacını almayı unutması,
- İlacın yan etkilerinden ve bağımlılık yapmasından korkması, ilaçların pahalı olduğunu düşünmesi,
- Çevre tarafından hastalıklı olarak algılanmaktan çekinmesi,
- Kendi için daha uygun bulduğu, çevreden duyduğu çeşitli tedavi şekillerini uygulaması şeklindedir.

Hastalık uyumunu sağlamanın en önemli ögesi eğitimidir. Hastanın eğitimi sadece hastalık hakkında bilgi vermek değil, aynı zamanda uygulama becerisi geliştirmeyi içermelidir. Bilgilendirme amacıyla hemşireler tarafından eğitim materyalleri oluşturulmalıdır. Bunlar hastanın ve yakınlarının anlayacağı bir dille ve sadelikle hazırlanmalı ve mümkünse resimlerle desteklenmelidir.

Hemşirenin hasta uyumundaki sorumlulukları; hastadan kapsamlı astım öyküsü almak, PEF ölçme cihazlarını okumalarını öğretmek ve kaydetmek, tedavi planını hastaya anlatmak, kendi kendine eğitimi ve günlük kartları doldurmayı öğretmek ve kontrolünü yapmaktır. Tedaviye uyumsuzluğa neden olan ilaç veya ilaç dışı faktörlerin birçoğu eğitimle düzeltilebilecek niteliktedir. Bu nedenle; hasta hastanede yatarken veya polikliniğe geldiği zaman düzenli aralıklarla eğitim toplantıları yapılması gerekmektedir.

Astım tedavisinin en önemli adımlarından biri tetikleyen faktörlerin saptanıp (alerjenler, viral enfeksiyonlar, hava kirleticiler ve ilaçlar gibi) ortamdaki uzaklaştırılmasıdır. Hastaların alerjenlerden korunmasında; toz tutan halıların kaldırılması, yünlü ve tüylü battaniye kullanılmaması, yaşadığı ortamda toz tutacak malzemelerin kapalı dolapta muhafaza edilmesi, hava tahliye kısmında ev tozlarını tutan HEPA elektrik süpürgelerinin kullanılması, toz alırken ıslak bez kullanılması, perde ve tüllerin sentetik seçilmesi, evde tüylü hayvan beslenmemesi, mutfak ve banyonun sıklıkla havalandırılması, çevrede



Bölüm 26 – Astımlı Hastaya Hemşire Desteği

çiçek bulundurulmaması, sigaradan uzak durulması, sprey deodorantlar ve evde temizlik malzemelerinin kullanımında dikkatli olunması konusunda bilgilendirilmeleri önemlidir. Bahar aylarında polenlerin artması nedeniyle kıyafetlerin, üstlerine polen yapışmasını önleyecek biçimde seçilmesi, eve gelindiğinde duş alınması, burnun temizlenmesi ve kıyafetlerin hemen yıkanması gibi önlemlerin alınması gerekir. Bu sayede atak sayısı, semptomlar ve ilaç kullanımı azaltılabilir.

Düzenli yapılan egzersizlerin hastalık belirtilerini, şiddetini ve oluşma sıklığını azalttığı belirtilmektedir. Egzersiz öncesi nefes yolu ile ilaç alınmalı ve ısınma hareketleri ile başlanmalıdır. Ayrıca solunum egzersizlerinin önemi, hastanın yorulmaması konusunda uyarılması, dinlenme dönemlerinin planlanması sağlanmalıdır. Hastaya astımlı olduğuna dair uyarıcı künye taşımasının gerekliliği açıklanmalıdır.

İlaç tedavisinin etkinliği büyük oranda kullanılan nefes ilaçlarının doğru bir şekilde ve uygun dozlar da alınmasına bağlıdır. Aynı zamanda hastaların uygulanan tedavinin beklenen ve olası yan etkilerinin neler olabileceği ve bu yan etkilerin nasıl en aza indirilebileceği veya bu durumda neler yapması gerektiği konusunda düzeyine uygun bir şekilde bilgilendirilmesi; hem hastanın tedaviye katılımını, hem de kontrol duygusunu artıracak için tedavinin büyük oranda başarılı olmasını sağlayacaktır.

Eğitimin en önemli amacı, astımlı bireyin, ailesinin ve diğer bakım verenlerinin eğitilmesi yoluyla sağlık profesyoneli tarafından geliştirilen tedaviye ve ilaç kullanımına uyumun artırılması ve sağlanan bu uyumun korunması/sürdürülmesidir. Verilecek bu eğitim; hemşirelerin eğitici rolleri kapsamındaki en önemli sorumlulukları arasında yer almaktadır. Astım eğitiminde hemşirelerin rolü ve etkinliği çok önemlidir.

Sonuç olarak, hasta hastalığı ile yaşamayı öğrenmek durumundadır ve bu nedenle hemşire, hastaya danışmanlık yaparak kendi bakımı konusunda rehabilite etmeli ve hasta uyumunun sağlanmasını amaçlamalıdır.