



ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР ИМЕНИ
Н.П. НАПАЛКОВА

Обучение пациентов в медицинском учреждении с учетом меняющихся потребностей

Важенин Илья Андреевич,
заведующий отделением медицинской реабилитации
Онкологического центра им. Н.П. Напалкова



Этапы обучения

- Обучение пациентов в области здравоохранения включает в себя:
 - информирование пациентов о состоянии их здоровья и управлении им.
 - объяснение диагноза,
 - вариантов лечения,
 - стратегий самопомощи и мер профилактики, что позволяет пациенту активно участвовать в уходе за собой.
- Обучение имеет ключевое значение в лечении хронических заболеваний. Образованные пациенты могут лучше понимать свое состояние, придерживаться планов лечения, распознавать ранние признаки осложнений и вносить изменения в образ жизни, необходимые для управления своим состоянием, что приводит к улучшению результатов в отношении здоровья и качества жизни
- Обучение пациентов и грамотность в вопросах здоровья способствуют автономии пациентов, предоставляя людям знания и навыки, необходимые им для принятия обоснованных решений в отношении своего здоровья. Понимая свое состояние и варианты лечения, пациенты могут активно участвовать в принятии решения и делать выбор, который соответствует их целям и ценностям в отношении здоровья



Этапы обучения

Обучение это непрерывный процесс

- До начала лечения
- Во время
- После окончания





Постановка цели обучения

цель должна быть:

Specific – конкретной;

Measurable – измеримой;

Achievable – достижимой и соответствующей ресурсам пациента;

Relevant – значимой;

Timely – ограниченной во времени





Конкретная цель

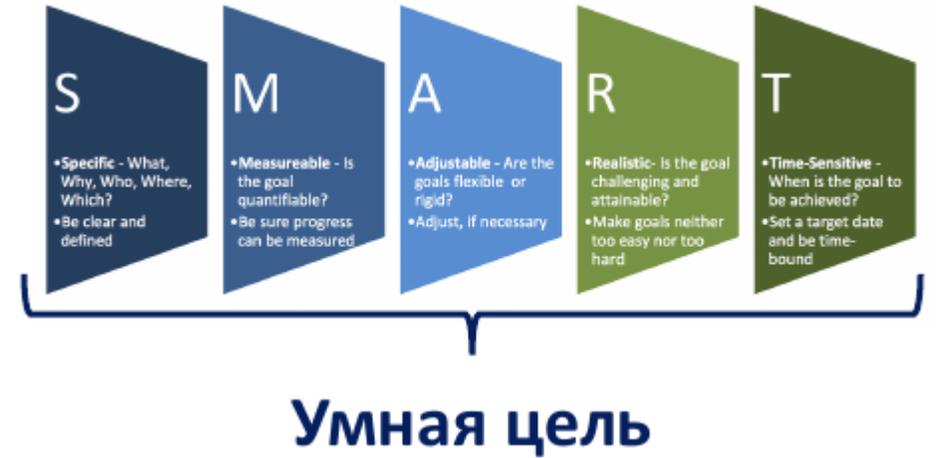
- Чего именно вы хотите достичь?
- Где?
- Как?
- Когда?
- С кем?





Измеримая цель

- Как вы поймёте, что достигли цели?
- Как вы будете измерять свой прогресс?





Достижимая и соответствующая ресурсам цель

- Есть ли у вас возможности для реализации?
- Нужна ли вам чья-то помощь и есть ли такие люди у вас?
- Есть ли у вас достаточное количество времени для достижения цели?
- Какие ещё ресурсы необходимы для достижения цели?
(Информация, место, оборудование и т.д.)





Значимая цель

- Почему эта цель важна для вас?
- Стоит ли вкладывать время и силы в её реализацию?
- Сейчас то самое время когда нужно это делать?
- Реализация данной цели имеет отношение к другим целям и стремлениям?





Ограниченная во времени цель

- Когда вы начнёте работу по направлению цели?
- Когда истекает срок достижения цели?





Правильная постановка цели обучения



- Долгосрочная цель – победа в чемпионате.
- Среднесрочная цель- победа в матче.
- Для этого необходимо забить гол, научиться делать финты\ играть в обороне\ держать темп игры.



Обучение начинается ДО начала лечения

- Потребность пациента- начать лечение, однако необходимо потратить время на:...
- Информирование пациента о диагнозе и методах лечения
- Улучшение функционального состояния дыхательной мускулатуры и биомеханики дыхания
- Обучение правильному полному дыханию (после операции больные ограничивают экскурсию грудной клетки и диафрагмальное дыхание становится основным типом)
- **Обучение приемам откашливания, поворотов и присаживания в постели**
- Психологическая подготовка больных для активного и сознательного участия в своем лечении (Повышение комплаентности)
- Коррекция образа жизни (отказ от курения, соблюдение гигиены)
- Коррекция нутритивного статуса



Обучению правильному питанию Продолжение в домашних условиях

- Калорийность рациона должна составлять 25–30 ккал/кг массы тела в сутки, доза белка — 1,0–1,5 г/кг массы тела в сутки
- Полноценность химического состава и суточной калорийности.
- **Предпочтительный способ — пероральное питание (сипинг).**- изменение вкуса. Пробовать разные вариации.
- • Наличие в рационе блюд с мягкой консистенцией, тёплых, прошедших термическую обработку. • Отсутствие раздражающих продуктов (кислые, горькие, солёные продукты и блюда, кислые фрукты и ягоды, цитрусовые), агрессивные механически (леденцы, семечки, сухари, сушки) и термически продукты

Сипинг/Энтеральное питание



Physical activity reduces fatigue in patients with cancer and hematopoietic stem cell transplant recipients: A systematic review and meta-analysis of randomized trials

Sapna Oberoi¹, Paula D Robinson¹, Danielle Cataudella², S Nicole Culos-Reed³, Hailey Davis⁴, Nathan Duong⁴, Faith Gibson⁵, Miriam Götte⁶, Pamela Hinds⁷, Sanne L Nijhof⁸, Deborah Tomlinson⁴, Patrick van der Torre⁸, Sandra Cabral¹, L Lee Dupuis⁹, Lillian Sung¹⁰

Affiliations + expand

PMID: 29458789 DOI: 10.1016/j.critrevonc.2017.12.011

Физическая активность

- Мета-анализ включающий 170 исследований
- Физическая активность уменьшала тяжесть утомления и улучшение качества жизни по сравнению со всеми контрольными группами ($P < 0,00001$). Аэробные, нейромоторные, и комбинированные упражнения были эффективны в снижении усталости, хотя при упражнениях с отягощениями наблюдались меньшие эффекты





Free full text is available with an account for a limited time. [Create a free account now.](#) Already

ORIGINAL ARTICLE

Structured Exercise after Adjuvant Chemotherapy for Colon Cancer

Authors: Kerry S. Courneya, Ph.D., Janette L. Vardy, M.D., Ph.D., Christopher J. O'Callaghan, D.V.M., Ph.D., Sharlene Gill, M.D., Christine M. Friedenreich, Ph.D., Rebecca K.S. Wong, M.B., Ch.B., Haryana M. Dhillon, Ph.D., **+20**, for the CHALLENGE Investigators* [Author Info & Affiliations](#)

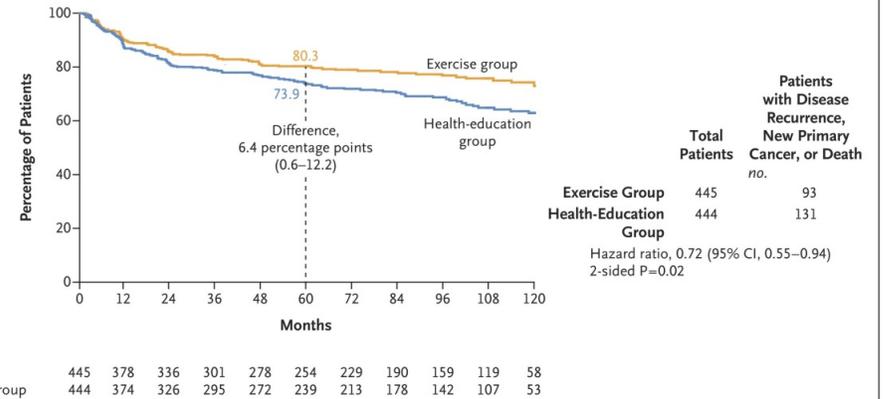
Published June 1, 2025 | DOI: 10.1056/NEJMoa2502760 | [Copyright © 2025](#)

Физическая активность на треть уменьшила риск смерти после терапии колоректального рака

В рандомизированном клиническом испытании

- 250 минут физических упражнений в неделю

A Disease-free Survival



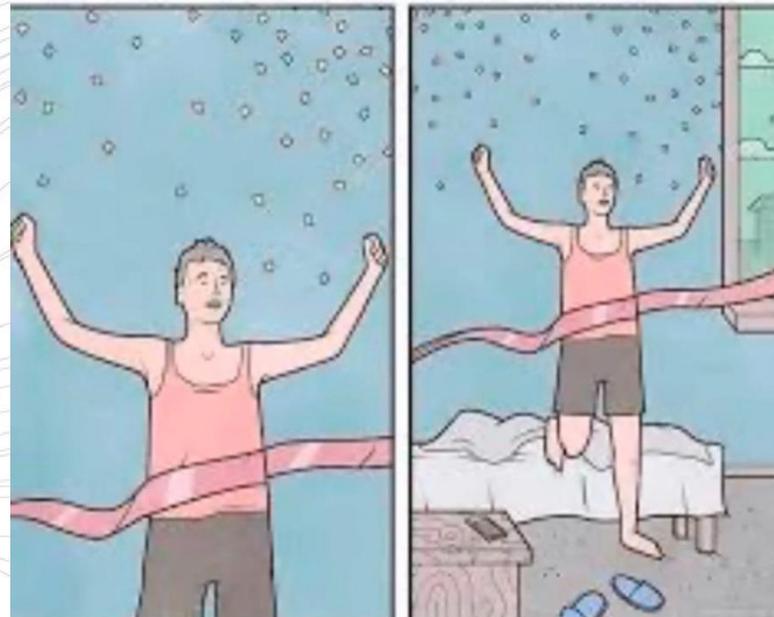


Обучение передвижению

- Визуальный контроль дистанции
- Ежедневное постепенное увеличение пройденного расстояния
- Использование гаджетов

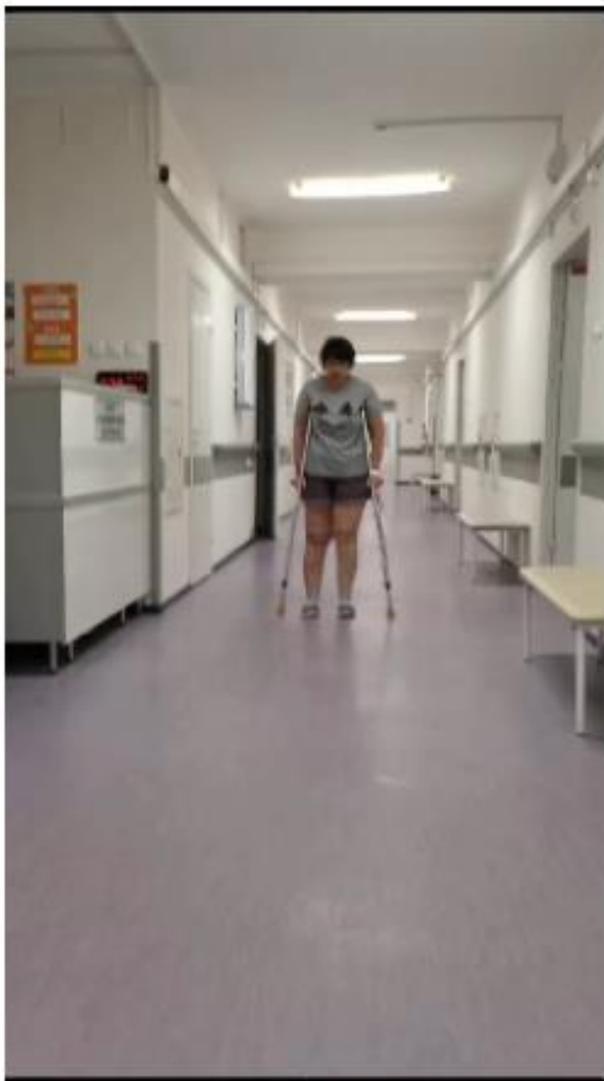


ВСЕГДА НУЖНО СТАВИТЬ ДОСТИЖИМЫЕ ЦЕЛИ





Обучение базовым навыкам самостоятельного передвижения





Обучение родственников

- Максимально раннее и полное привлечение и обучение родственников пациента.
- Приветствуется нахождение родственников у кровати больного
- Родственники это **ресурс, который нужно использовать**

Иногда нужно быть «плохим» родственником





Индивидуальные средства реабилитации Для домашнего использования

- Ходунки
- Трости
- Высокое сиденье для унитаза
- Домашние поручни
- Кресло каталка

Преимственность





После окончания лечения...:





> J Natl Compr Canc Netw. 2024 Apr 25;22(4):244-248. doi: 10.6004/jnccn.2023.7114.

Loneliness and Mortality Risk Among Cancer Survivors in the United States: A Retrospective, Longitudinal Study

Jingxuan Zhao ¹, Jennifer B Reese ², Xuesong Han ¹, K Robin Yabroff ¹

Affiliations + expand

PMID: 38663443 DOI: 10.6004/jnccn.2023.7114

Обучение коммуникации

Более высокий уровень одиночества был связан с худшей выживаемостью среди выживших после лечения.

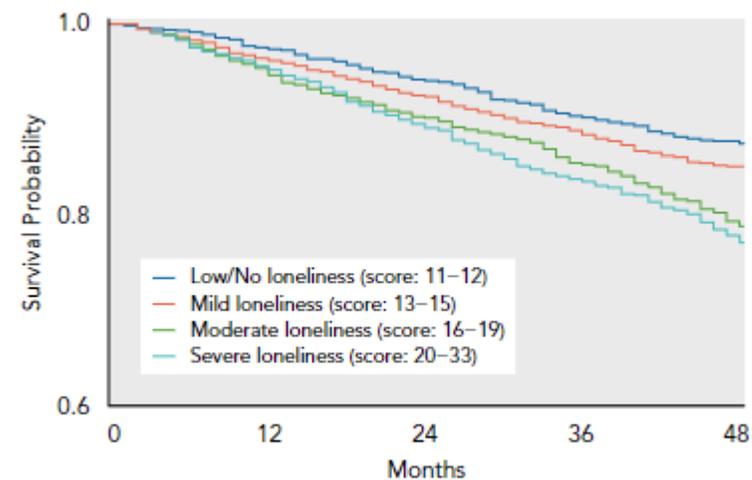


Figure 1. Kaplan-Meier survival curve by loneliness score among cancer survivors.



Original Investigation

Incidence of Suicide in Patients With Head and Neck Cancer

David Kam, BS; Andrew Salib, BA; George Gorgy, BA; Tapan D. Patel, MD; Eric T. Carniol, MD, MBA;
Jean Anderson Eloy, MD; Soly Baredes, MD; Richard Chan Woo Park, MD

IMPORTANCE Suicide rates among patients with cancer in the US are significantly higher than those of the general population. To our knowledge, large cohort studies examining suicide rates among patients with head and neck cancer have not been performed.

+ Author Audio Interview at
jamaotolaryngology.com

Обучение коммуникации

уровень самоубийств у пациентов с ЗНО ГиШ 37,9/100 000 человеко-лет против 11,8 на 100 000 человеко-лет среднего уровня в США

Наибольшее увеличение числа суицидов среди всех пациентов с раком головы и шеи наблюдался в первые 5 лет после постановки диагноза, с последующим снижением с течением времени

Лучевая терапия в самостоятельном варианте была связана с частотой самоубийств (60,4 на 100 000 человеко-лет) в 2 раза выше, чем получавших только хирургическое лечение, (30,4 на 100 000 человеко-лет)

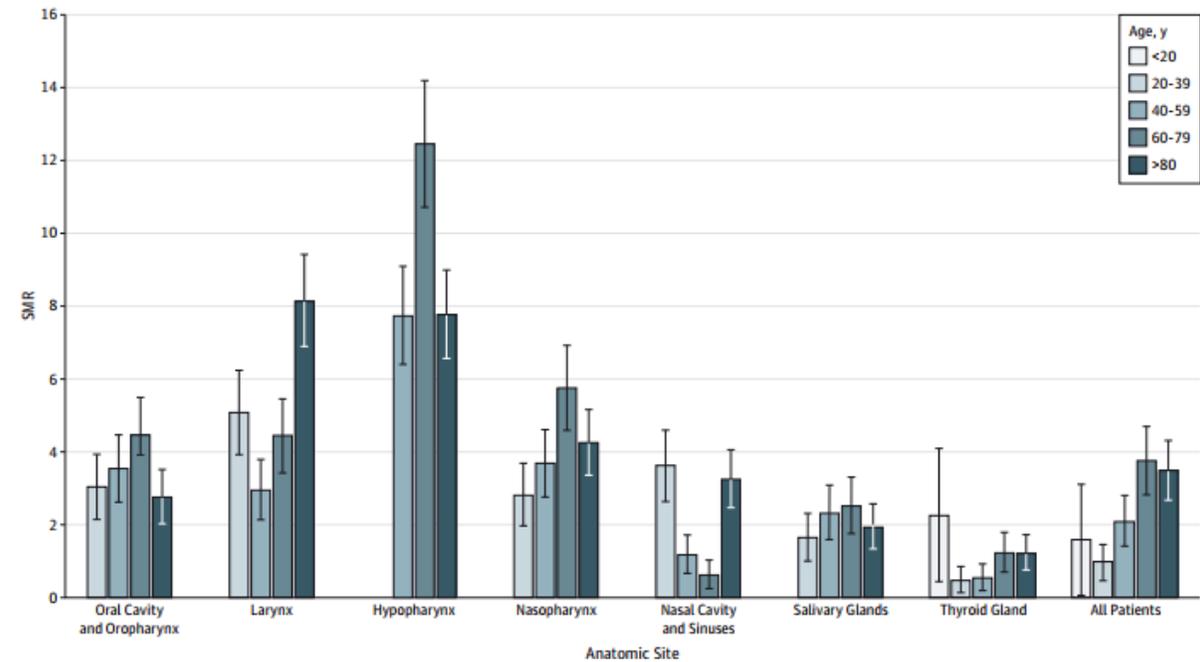


в 12 раз более высокая частота самоубийств у пациентов с раком гортаноглотки и в 5 раз более высокую у больных раком гортани. Это может быть связано тесной связью этих анатомических участков со способностью говорить и/или глотать.

За период с 1973 по 2011 частота самоубийств не изменилась. (внедрение 3D, IMRT)

Необходимы консультации и ДОСТУП к психологам на всех этапах лечения и наблюдения

Figure. Suicide Rates in Persons With Head and Neck Cancer by Age at Diagnosis and Anatomic Site



Лимфедема верхних и нижних конечностей

Может возникать через 10 лет после
окончания лечения





Обучение бережному уходу в период ремиссии для предотвращения лимфедемы и рожистого воспаления

Наглядные пособия, памятки

Выполняйте аппаратный маникюр или отодвигайте кутикулу апельсиновой палочкой;

Вытирайте кожу нежно, не допуская сильного трения;

Регулярно увлажняйте кремами руку, область груди и область подмышечной впадины

Для удаления волос используйте электрическую бритву или кремы для депиляции;

На даче используйте перчатки;

Избегайте солнечных ожогов - используйте солнцезащитные крема;

Не носите тесную одежду, обувь, украшения.

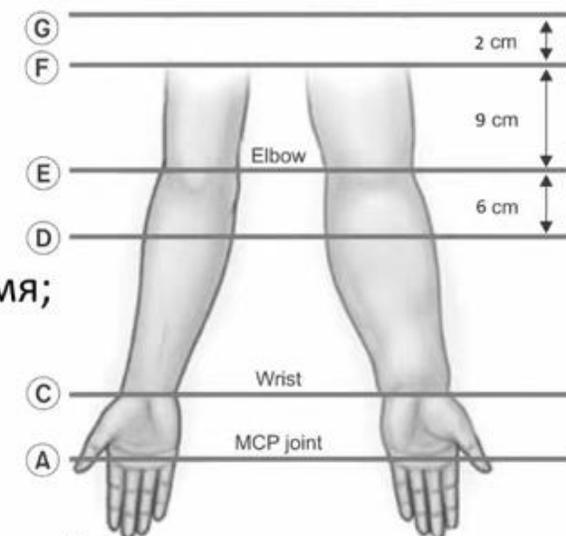
Инъекции, вакцинации, забор крови, измерение сахара крови, измерение АД давления.

Сауна, баня, горячие ванны, переохлаждение.

При повреждении кожи обработать травму раствором хлоргексидина, мирамистина и порошком Банеоцин.

Дневник замеров

- Тетрадь, сантиметровая лента;
- Снимать мерки в одно и тоже время;
- Один и тот же человек;
- Замерять без натяжения ленты;
- 2 раза в неделю;
- В одних и тех же точках на двух руках/ногах



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Четыре из пяти видео о лечении рака в тиктоке оказались ложью При симуляции поиска пациентом

Олег Лищук

Социолог Стефани Элис Бейкер (Stephanie Alice Baker) из Лондонского университета провела симуляционное исследование и пришла к выводу, что более 81 процента популярных англоязычных видео в тиктоке, посвященных лечению рака, содержат ложную информацию. Чтобы получить эти данные, исследовательница симулировала поведение онкологического пациента, проводящего собственное исследование

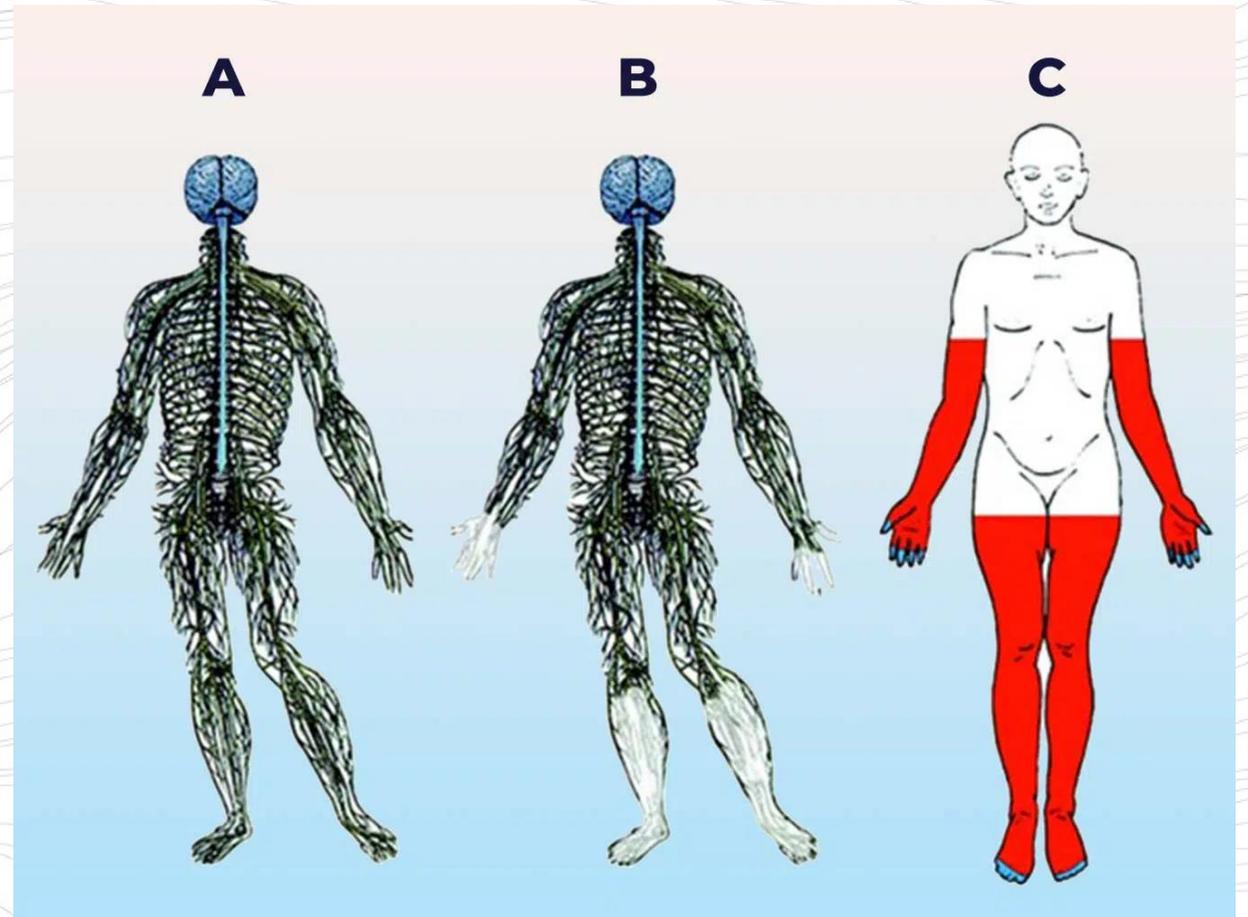


Периферическая полинейропатия

Проблема: нарушение функции ходьбы, шаткость походки, нарушение моторики

Обучение:

- безопасному передвижению
- снижению травматизации конечностей при выполнении бытовых манипуляций





Заключение

Обучение пациента- непрерывный процесс, затрагивающий навыки бытового самообслуживания, физические навыки, психологическое сопровождение



ОНКОЛОГИЧЕСКИЙ
ЦЕНТР ИМЕНИ
Н.П. НАПАЛКОВА

Спасибо за внимание

Важенин Илья Андреевич,
заведующий отделением медицинской реабилитации
Онкологического центра им. Н.П. Напалкова