

Vyhodnotenie aktivity Týždeň kontinencie 2016

Miesta: Univerzitná nemocnica BA, Detská fakultná nemocnica BA, Poliklinika Vajnorská BA, Roosveltova nemocnica BB, Poliklinika Šamorín, Univerzitná nemocnica Martin, Fakultná nemocnica TT, Univerzitná nemocnica KE, Fakultná nemocnica Nitra – SPOLU 9 zdravotníckych zariadení (pre porovnanie minulý rok boli stánky v 6 nemocniciach)

Termín: 22.6.2016

Čas: 8:00 – 14:00 hod

Forma: Stánky, na ktorých kvalifikované zdravotné sestry poskytovali informácie týkajúce sa úniku moču a stolice, komunikovali s pacientami a zdravotným personálom a rozdávali informačné materiály

Téma: **Rehabilitácia svalov panvového dna pri úniku moču**



Stánok v Nitre

Tejto osvetovej aktivite predchádzala tlačová beseda (16.6.2015, Bratislava) a následná informačná kampaň v médiách.

Vyhodnotenie tlačovej konferencie

Kaviareň In vino, Palisády, 2.6. 2016

Počet výstupov: 20

Printy: 5

Weby: 15

Prvú vlnu riadenej publicity vzhľadom na aktuálny Týždeň inkontinencie sme spustili po tlačovej konferencii začiatkom júna, kedy pribudlo množstvo výstupov na tému inkontinencia. Novinári vo svojich výstupoch informovali o očakávanom Týždni inkontinencie a v krátkosti oboznámili s priebehom konania v rámci dňa otvorených dverí v nemocniciach na Slovensku. V súvislosti s ním sa vo všetkých článkoch spomínalo aj občianske združenie InkoFórum. Viaceré média sa podrobne venovali problematike inkontinencie, priebehu, výskytu a hlavne kládli dôraz na dôležitosť prevencie. Mnohé z nich citovali odborníkov zúčastnených sa na tlačovej konferencii. Veľmi podrobne sa téme venovala *Užitočná Pravda* v článku „**Inkontinencia? Prevenciou je cvičenie a rehabilitácia**“, *Rythmus života* „**INKONTINENCIA je stále tabu**“, *zoznam.sk* „**Problém, o ktorom sa mnohí mlčia: Musia kvôli nemu zmeniť spôsob života!**“.

Vo viacerých článkoch zaznela výzva pre pacientov, aby sa nehanbili a navštívili odborníka, lebo iba včasnou prevenciou predídú problémom. V druhej vlne riadenej publicity tesne pred začiatkom týždňa inkontinencie sme sa pripomenuli médiám tlačovou správou. Následne *SITA* „**Začína sa Týždeň kontinencie, témou je aj prevencia**“ a *TASR* „**Za únikom moču môže byť viacero ochorení, pacienti prichádzajú neskoro**“ vydali aktuálnu správu, ktoré citovali ďalšie webové zdroje.

Priebeh tlačovej konferencie i samotné články hodnotíme pozitívne. Účasť na tlačovej konferencii bola vysoká, vyššia ako minulý rok a to aj vďaka záujmu o prítomných prednášajúcich odborníkov. Negatívom bol malý priestor kaviarne, vďaka čomu sme sa rozhodli budúci rok realizovať tlačovú konferenciu vo väčších vhodnejších priestoroch.

Priebeh tlačovej konferencie:



Tlačová konferencia kaviareň In Vino

Na úvod TK som privítala hostí a informovala o programe TK. Novinári si mohli vypočuť obsahovo zaujímavé informácie vrátane jednej prezentácie. Novinári sa dozvedeli, aká dôležitá je pri prevencii a riešení úniku moču rehabilitácia svalov panvového dna. Prezentátori kládli dôraz na to, aby médiá upozornili pacientov na dôležitosť návštevy lekára. Výstupy prednášajúcich boli zrozumiteľné pre laickú verejnosť, neboli zdĺhavé, a pritom boli dostatočne informačné.

Tieto ale aj iné témy rozoberali prednášajúci v tomto poradí:

profesor MUDr. Ján Breza, DrSc. „Úvodné slovo, dôležitosť spolupráce pacientov s odborníkmi“

profesor MUDr. Ján Švihra, PhD „Dôležité všeobecné informácie o inkontinencii“

PhDr. Magdaléna Hagovská, PhD., cert. MDT „Význam fyzioterapie pri úniku moču“

Marica Laščeková „Svetový týždeň kontinencie“

Na záver dostali priestor novinári na doplňujúce informácie.

Najviac ich zaujímalo:

- aký je rozdiel medzi mužskými a ženskými absorpčnými pomôckami
- aký význam majú pri riešení úniku moču výživové doplnky

Vyhodnotenie osvetovej aktivity v nemocniciach

Zdravotné sestry na jednotlivých stánkoch:

UN, BA: Mgr. Vašková

DFN, BA: Mgr. Cotiofanová

Poliklinika Vajnorská, BA: Mgr. Krížová

UN, Martin: Mgr. Bogdanová

UNLP, Košice: Mgr. Miženková

Roosveltova nemocnica, BB: Mgr. Kubišová

UN, Trnava: Mgr. Práznovská

FN, Nitra: Mgr. Porubská

Poliklinika Šamorín: Mgr. Hideghethyová

Tento rok sme v porovnaní s rokom predchádzajúcim mali stánky v 9 zdravotníckych zariadeniach (o 3 viac ako minulý rok). Je veľmi potešujúce, že sa nám podarilo osloviť našou osvetovou aktivitou viac zariadení a zasiahnuť viac pacientov (do 2 000 pacientov).

Najviac, teda viac ako 220 pacientov aj zdravotníkov sa zastavilo na stánku v Trnave. Najmenej, iba okolo 20, nakoľko v tomto období mali niektorí lekári dovolenky, preto sa v budove nachádzalo málo pacientov.

Najčastejšie kladené otázky sa týkali absorpčných pomôcok. Či pacienti na ne majú nárok, v akom rozsahu, kto pomôcky predpisuje a to osobitne pre deti, mužov a ženy. Otázky sa týkali aj možnosti operatívneho riešenia inkontinencie a spôsobov cvičenia, posilňovania svalov panvového dna. Mladšia a stredná generácia sa pýtala aj na webové stránky, na ktorých si informácie môžu vyhľadať, pretože preferujú neosobný kontakt.

Niektorí spomínali, že ich rodinní príbuzní, mamy, svokry... nechcú ísť so svojím problémom k lekárovi, hanbia sa, je im to nepríjemné. Pacientov tiež zaujímalo, kam sa s problémom obrátiť – akého lekára vyhľadať.

Pacienti často krát na stánku rozprávajú o ich príbuzných, nie o sebe. Stalo sa aj, že keď sestričky oslovovali pacientov spôsobom „trpíte únikom moču, podte, poradíme vám“, pacienti sa ani nezastavili a ponáhľali sa preč. Keď však zvolili spôsob „trpí niekto z vašich príbuzných únikom moču,...“, pacienti boli ochotní sa zastaviť, vypočuť si sestru, dokonca sa s ňou aj porozprávať.

Sestry podujatie po jeho skončení hodnotili veľmi pozitívne, pretože podľa nich pomôže mnohých pacientom odhodiť ostych a navštívia lekára, dozvedia sa informácie o možnostiach riešenia úniku moču, na čo majú nárok a ktorého lekára majú ísť navštíviť.

PRIESKUM

Vďaka tejto osvetovej aktivite sa nám podarilo vyzbierať 211 vyplnených **dotazníkov** (174 ženy, 37 muži), pre porovnanie minulý rok sme získali 124 vyplnených dotazníkov (18 muži, 96 ženy), čo predstavuje viac ako 70 % nárast.

Dotazníky ŽENY

Najviac, približne 38 % žien, trpí únikom moču vo veku 55 – 65 rokov. Únik moču značne obmedzuje takmer také isté percento žien. Na druhej strane sa však viac ako ¼ pacientiek doposiaľ nikomu nezverila (čo je v porovnaní s minulým rokom pokles o cca 10 %). Z dotazníkov vyplýva, že sa jedná skôr o ľahšie stavy. Ženy riešia únik moču najmä absorpčnými pomôckami a cvičením, pričom cca 42 % žien používa inkontinenčné absorpčné pomôcky a cca 37 % používa menštruačné vložky (v porovnaní s rokom 2015 ide o 11% pokles). Najmenší „záujem“ majú pacientky o riešenie úniku moču operáciou (iba 6 % respondentov). Najviac začali ženy problémy s inkontinenciou pociťovať po dovŕšení určitého veku. V priemere sa jedná o 55 rok života ženy (tak isto, ako minulý rok). Informovanosť o inkontinencii je na veľmi dobrej úrovni.

Dotazníky MUŽI

Dotazníkov s mužskými respondentmi máme 37, čo je v porovnaní s minulým rokom viac ako 50 % nárast☺! Vyplýva z nich, to čo aj minulý rok, že muži ak, začnú riešiť únik moču, tak v neskoršom veku. Únik moču ich väčšinou značne obmedzuje. Inkontinencia u nich vyplýva z choroby alebo operácie. Riešia ju preto aj rozmanitejšie, častejšie sa objavuje užívanie liekov (až v 37 % prípadov, ženy iba 17 %). Svoj problém riešia, povedia o ňom lekárovi, najmä urológovi. Informovanosť o inkontinencii je aj podľa mužov na dobrej úrovni, ako zdroj informácií uvádzajú najmä letáky, TV a internet.

Zhrnutie:

Osvetová aktivita Týždeň kontinencie má určite zmysel. Celkovo bolo oslovených do 2 000 pacientov. Pacienti boli aktívni, pýtali sa. Takéto aktivity im pomáhajú riešiť ich problémy.

Dotazníky nám tiež ukázali, že informovanosť o úniku moču je na veľmi vysokej úrovni. Keď niekto potrebuje nájsť informácie, poľahky ich nájde. Najviac hľadajú pacienti informácie na internete. Pozitívnym výstupom z dotazníkov je tiež to, že pacienti riešia svoj problém s lekárom (najmä urológom) a to, že používajú absorpčné pomôcky a v menšej miere menštruačné vložky. Akokoľvek, stále zostáva veľa pacientov, ktorí sa so svojím problémom nikomu nezverili a naďalej používajú menštruačné vložky. Tu vidím veľký priestor pre osvetu pacientov zo strany InkoFóra (odkaz pre pacientov, aby neváhali navštíviť lekára a únik moču riešili aktívne).

Všetkým partnerom ĎAKUJEM za podporu a všetkým zúčastneným za ich skvele odvedenú prácu.

Spracovala Ing. Marica Laščeková, predsedá OZ InkoFórum



stánok v Martine