



mgr Iwona Nastkiewicz  
specjalistka pielęgniarstwa zachowawczego

## Opieka koordynowana w zakresie diabetologii

**Cukrzyca stanowi poważny problem medyczny i społeczny. Szacuje się, że obecnie w Polsce choruje na nią ponad 2,5 mln osób, z czego około 25 proc. o tym nie wie. Tymczasem nieleczona cukrzyca prowadzi do poważnych zaburzeń i uszkodzenia różnych narządów, szczególnie oczu, nerek, nerwów, serca i naczyń krwionośnych.**

Najczęstszą postacią tej choroby jest występująca u dorosłych cukrzyca typu 2, która jest spowodowana zmniejszeniem wrażliwości tkanek na insulinę i uznawana na świecie za chorobę cywilizacyjną. Jest to jedno z zaburzeń metabolicznych określanych jako zespół metaboliczny, w którym oprócz cukrzycy występuje otyłość brzuszna, nadciśnienie tętnicze, dyslipidemia (nieprawidłowe wartości cholesterolu lub jego frakcji we krwi).

**Pacjent z cukrzyką wymaga kompleksowej opieki**, na którą składa się leczenie farmakologiczne, nefarmakologiczne, edukacja, regularne kontrole oraz współpraca ze specjalistami z różnych dziedzin (diabetologiem, dietetykiem). To właśnie jest jedną z przyczyn włączenia przez SZPZLO Warszawa Bemowo-Włochy do katalogu oferowanych świadczeń medycznych **opieki koordynowanej w zakresie diabetologii**. Świadczenia te są realizowane są w poradniach podstawowej opieki zdrowotnej (POZ) wchodzących w skład naszego zespołu. Poradnie te – przypomnijmy – funkcjonują w przychodniach na terenie dzielnicy Bemowo (przy ul. gen. M.C.Coopera 5, Czumy 1, Powstańców 19, Wrocławskiej 19) oraz Włochy (przy ul. 1 Sierpnia 36A, Cegielnianej 8, Janiszowskiej 15, Szybocowej 4).

### Na czym polega opieka koordynowana w diabetologii?

Opieka koordynowana w diabetologii dotyczy pacjentów:

- ✓ powyżej 18. roku życia,
- ✓ którzy złożyli deklarację wyboru do lekarza w placówkach podstawowej opieki zdrowotnej SZPZLO Warszawa Bemowo-Włochy,
- ✓ chorych na cukrzycę.

**Celem opieki koordynowanej jest zapewnienie pacjentowi kompletnej diagnostyki i terapii w sposób nadzorowany i organizowany przez lekarza/pielęgniarkę we współpracy z koordynatorem.**

### W ramach opieki koordynowanej po rozpoznaniu cukrzycy pacjentowi zapewnia się:

- ☒ coroczną kompleksową ocenę stanu zdrowia z opracowaniem/modyfikacją indywidualnego planu opieki (IPOM),
- ☒ wizyty kontrolne – w zależności od stanu zdrowia pacjenta,
- ☒ rozszerzone badania diagnostyczne wynikające ze stanu zdrowia pacjenta,
- ☒ porady edukacyjne realizowane przez pielęgniarkę,
- ☒ porady diabetologa i dietetyka,
- ☒ wsparcie koordynatora.

### Wizyta kompleksowa obejmuje:

- ☐ wywiad,
- ☐ badanie przedmiotowe,
- ☐ analizę wyników badań,
- ☐ zalecenie konsultacji specjalistycznych i badań diagnostycznych,
- ☐ opracowanie indywidualnego planu opieki (IPOM).

Przed wizytą kompleksową pacjent zgłasza się do gabinetu zabiegowego POZ, w którym wykonany jest pomiar masy ciała, wzrostu, obliczany wskaźnik BMI, a także wykonane pomiary ciśnienia tętniczego krwi i tętna.

Do wizyty u lekarza **warto się przygotować**, w tym celu pacjent powinien mieć ze sobą:

- ◆ listę przyjmowanych leków, suplementów diety, ziół wraz z dawkowaniem (również leków dostępnych bez recepty np. przeciwbólowych jak Apap, czy Ibuprom),
- ◆ listę objawów i dolegliwości, które, wystąpiły ostatnio (ból głowy, mięśni, omdlenia itp.), wraz z opisem w jakich sytuacjach się one pojawiały lub nasilały,
- ◆ opis bólu, tj. jego częstotliwość i nasilenie,
- ◆ pytania, które chce zadać lekarzowi.

### Co to jest IPOM?

**Indywidualny Plan Opieki Medycznej (IPOM) to plan leczenia, który lekarz podstawowej opieki zdrowotnej uzgadnia z pacjentem.**

**Indywidualny Plan Opieki Medycznej** określa :

- status zdrowia pacjenta,
- rozpoznania,
- plan farmakoterapii,
- porady edukacyjne,
- listę badań diagnostycznych,



- listę konsultacji specjalistycznych,
- listę konsultacji dietetycznych.

Pacjent otrzymuje IPOM w wersji papierowej, można go również znaleźć w formie elektronicznej na swoim **Internetowym Koncie Pacjenta**.

#### Porady edukacyjne

W ramach opieki koordynowanej pacjent ma możliwość skorzystania z sześciu porad edukacyjnych w roku realizowanych przez pielęgniarki. Liczba porad oraz odstępy czasowe między nimi ustalane są indywidualnie, po ocenie potrzeb i oczekiwań pacjenta w tym zakresie dokonanej podczas wizyt.

Porady edukacyjne mają walor nie tylko edukacyjny, zawierają również elementy oceny stanu zdrowia.

W trakcie **porady edukacyjnej** odbywa się między innymi:

- ✗ nauka obsługi glukometru i wykonywania prawidłowych pomiarów glikemii (w formie instruktażu),
- ✗ nauka pomiaru innych parametrów stanu zdrowia: ciśnienia tętniczego, tętna (w formie instruktażu),
- ✗ omówienie zasad samokontroli, samoopieki, prowadzenia dzienniczka samokontroli/pomiarów,
- ✗ edukacja w zakresie postępowania przy wystąpieniu hipoglikemii (zbyt niskiego poziomu glukozy we krwi) i hiperglikemii (wysokiego poziomu glukozy we krwi),
- ✗ wywiad i badanie fizykalne (ze szczególnym uwzględnieniem badania stanu skóry i paznokci stóp, informacje o czynnikach uszkadzających),
- ✗ edukacja w zakresie pielęgnacji stóp, zapobieganie wystąpieniu stopy cukrzycowej,
- ✗ pomiar ciśnienia tętniczego i tętna,
- ✗ pomiar poziomu glikemii na glukometrze,
- ✗ pomiar masy ciała, BMI,
- ✗ wydawanie materiałów edukacyjnych.



**Porady dietetyka** (maksymalnie 3 wizyty w roku) mogą odbywać się w trybie stacjonarnym lub jako teleporada. Podczas pierwszej porady dietetyk przeprowadza wywiad zdrowotno-żywnościowy. Następnie pacjent otrzymuje szczegółowe wskazówki dotyczące kompozycji diety w kontekście choroby oraz ewentualnych schorzeń współistniejących.

Dietetycy wskazują dotychczasowe błędy żywieniowe i sposoby ich korygowania. Podczas następnych wizyt kontrolnych dietetyk razem z pacjentem analizują wprowadzone zmiany żywieniowe i osiągnięte rezultaty.

#### Rola koordynatora

Do zadań koordynatora **w opiece koordynowanej w diabetologii** należy:

- ☑ utrzymywanie bieżącego kontaktu z pacjentem oraz jego rodziną, w tym przypominanie o zaplanowanych wizytach zgodnie z ustalonym planem leczenia,
- ☑ umawianie pacjenta na badania diagnostyczne,
- ☑ umawianie terminów wizyt edukacyjnych,
- ☑ umawianie konsultacji specjalistycznych i dietetycznych,
- ☑ udzielanie informacji związanych z procesem koordynacji i funkcjonowania systemu opieki zdrowotnej,
- ☑ monitorowanie obiegu dokumentacji medycznej pacjenta, nadzór nad jej kompletnością,
- ☑ monitorowanie realizacji Indywidualnych Planów Opieki Medycznej,
- ☑ monitorowanie obiegu dokumentacji medycznej pacjenta, nadzór nad jej kompletnością,
- ☑ dbanie o przepływ informacji pomiędzy wszystkimi realizatorami świadczeń zdrowotnych.

**Telefony kontaktowe do koordynatorów w przychodniach SZPZLO Warszawa Bemowo-Włochy można znaleźć w Informacjach ważnych dla pacjenta na s. 16.**

#### Korzyści dla pacjenta w opiece koordynowanej

- Wygoda – łatwiejszy dostęp do lekarza, więcej wizyt, badań i konsultacji.
- Czas – wizyty, badania i konsultacje umawia koordynator.
- Bezpieczeństwo – koordynator czuwa nad sprawną realizacją indywidualnego planu leczenia.
- Dostępność – szerszy zakres badań diagnostycznych i dostęp do specjalistów.
- Wiedza – porady edukacyjne i dietetyczne z zakresu profilaktyki i cukrzycy.

#### Opracowano na podstawie:

1. *Opieka koordynowana w podstawowej opiece zdrowotnej:*

<https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/opieka-koordynowana-w-podstawowej-opiece-zdrowotnej> (dostęp 10.09.2023).

2. *Wytyczne konsultantów krajowych w dziedzinie medycyny rodzinnej oraz diabetologii dotyczące opieki nad pacjentem z cukrzycą w podstawowej opiece zdrowotnej, z uwzględnieniem opieki koordynowanej, z dnia 14 listopada 2022 r.:*

<https://www.nfz.gov.pl/aktualnosci/aktualnosci-centrali/wytyczne-dotyczace-opieki-nad-pacjentem-z-cukrzyca-w-podstawowej-opiece-zdrowotnej-z-uwzględnieniem-opieki-koordynowanej,8305.html> (dostęp 10.09.2023).

