

Rizikos veiksniai sergant onkologinėmis ligomis – ką būtina žinoti onkologiniams pacientams ir jų artimiesiems?

Kartu su Pacientų sergančių onkologinėmis ligomis asociacija (POLA) ir Klaipėdos miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuru parengta paraiška (Asociacija pareiškėjas) į Visuomenės sveikatos stiprinimo fondą „Rizikos veiksniai sergant onkologinėmis ligomis – ką būtina žinoti onkologiniams pacientams ir jų artimiesiems?“, gautas ir panaudotas finansavimas 95000 eurų. Projekto vykdymo laikotarpis 2018-10-25 iki 2019-10-25.

Projekto ilgalaikis tikslas – stiprinti onkologinių pacientų sveikatą, formuojant jų sveiką gyvenseną ir įgyjant žinių apie antrinę onkologinių ligų prevenciją bei suteikti praktinę informaciją pacientų artimiesiems, kurie daro reikšmingą įtaką onkologinių pacientų gyvensenai.

Trumpalaikiai tikslai:

1. Kelti onkologinių pacientų ir jų artimųjų kompetenciją antrinės prevencijos klausimais.
2. Kelti sveikatos priežiūros specialistų kompetenciją antrinės prevencijos klausimais.

Uždaviniai:

1. Edukuoti onkologinius pacientus apie antrinę onkologinių ligų prevenciją.
2. Suteikti informaciją sveikatos priežiūros specialistams apie rizikos veiksnius, sergant onkologinėmis ligomis.

Įvykdytos veiklos:

- 1) organizuoti mokymai onkologiniams pacientams ir jų artimiesiems savivaldybėse, skirtų didinti kompetencijas antrinės onkologinių ligų prevencijos klausimais. Iš viso surengta 15-oje savivaldybių kompleksinių vienos dienos mokymų (8 val. trukmės), kuriuose iš viso dalyvavo 518 dalyvių (15 proc. daugiau nei planuota). 81 procentų dalyvių buvo asmenys, kuriems buvo diagnozuota ar yra diagnozuota onkologinė liga. 11,6 procentai – artimieji.
- 2) Atlikta kiekybinė ir kokybinė mokymuose dalyvavusių pacientų ir jų artimųjų apklausa. Didžioji dalis pacientų nurodė, kad pagrindiniai rizikos veiksniai jų nuomone yra stresas (90 proc.), neteisinga mityba (71,7 proc.) ir rūkymas (66,7 proc.). Tik pusė dalyvavusių manė, kad nepakankamas fizinis aktyvumas, ultravioletinė spinduliuotė, nutukimas, pasyvus rūkymas, alkoholio vartojimas yra rizikos veiksniai. Tik mažiau nei pusė dalyvių manė, kad jų sveikatai poveikį darė nepakankamas fizinis aktyvumas, netinkama mityba ar alkoholio vartojimas. Atlikus pakartotiną dalyvių apklausą praėjus mokymams ne mažiau kaip 1 mėnesiui dalyviai nurodė, kad po mokymų (84,8 proc. dalyvių) pakeitė savo gyvenimo būdą ir pritaikė žinias, pradėjo tinkamiau maitintis kas antras, kas trečias atsisakė arba sumažino cukraus vartojimą, 30 proc. padidino fizinio aktyvumo lygį.
- 3) Išversti, parengti ir išplatinti 5 leidiniai po 5000 vnt. šiomis temomis: „Kas sukelia vėžį mitai ir faktai“, „Rūkymo poveikis“, „Sveikesnė mityba“, „Fizinis aktyvumas“, „Saule mėgaukimės saikingai“. Leidiniai pasiekiami ir elektronine versija <https://pola.lt/apie-vezi/#svieciamieji-leidiniai-apie-rizikos-veiksnius>.
- 4) Organizuoti mokymai šeimos gydytojams, slaugytojoms ir kitiems sveikatos priežiūros specialistams savivaldybėse, skirtų didinti kompetencijas rizikos veiksnių, sergant onkologinėmis ligomis, klausimais. Iš viso surengti 5 kompleksiniai vienos dienos mokymai, kuriuose iš viso apmokyti 278 sveikatos priežiūros specialistai (planas 150), planas viršytas 1,8 karto. Šie mokymai Asociacijos suderinti su LR sveikatos apsaugos ministerija per METAS sistemą.

Prie projekto įgyvendinimo prisidėjo šie visuomenės sveikatos biurai: Kauno, Klaipėdos, Marijampolės, Šiaulių, Alytaus, Panevėžio miestų, Kėdainių rajono, Klaipėdos rajono, Tauragės rajono, Šilutės rajono, Mažeikių rajono, Plungės rajono, Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurai. Prisidėjimas prie projekto kartu su partneriais sudarė 8574 tūkst. eurų, iš jų Asociacija – 1541,27 eurai.

Viešinimas: 55 viešinimo žinutės spaudoje, internetinėje erdvėje, trys naujienos vietinėje televizijoje, viena laida.