

Γηριατρική Φροντίδα & Παρηγορική Φροντίδα (ΠΦ)

Ε. Αλεξοπούλου- Βραχνού
Γ.Γ. ΠΑΡΗΣΥΑ

ΠΑΡΗΓΟΡΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ: Ορισμός

Η ενεργός ολιστική φροντίδα ατόμων κάθε ηλικίας για την αντιμετώπιση του σχετιζόμενου από την υγεία «υποφέρειν» που οφείλεται σε σοβαρή ασθένεια και ιδιαίτερα για άτομα κοντά στο τέλος της ζωής. Στοχεύει να βελτιώσει την ποιότητα ζωής των ασθενών, των οικογενειών τους και των φροντιστών τους.

- *Lancet Commission Global*
 - *Access to PC and Pain Relief*, IAHPC.
 - *R. Radberuch et al., 2020*
- *Επίσημη Μετάφραση ΠΑΡΗΣΥΑ- IASP-PC Definition*

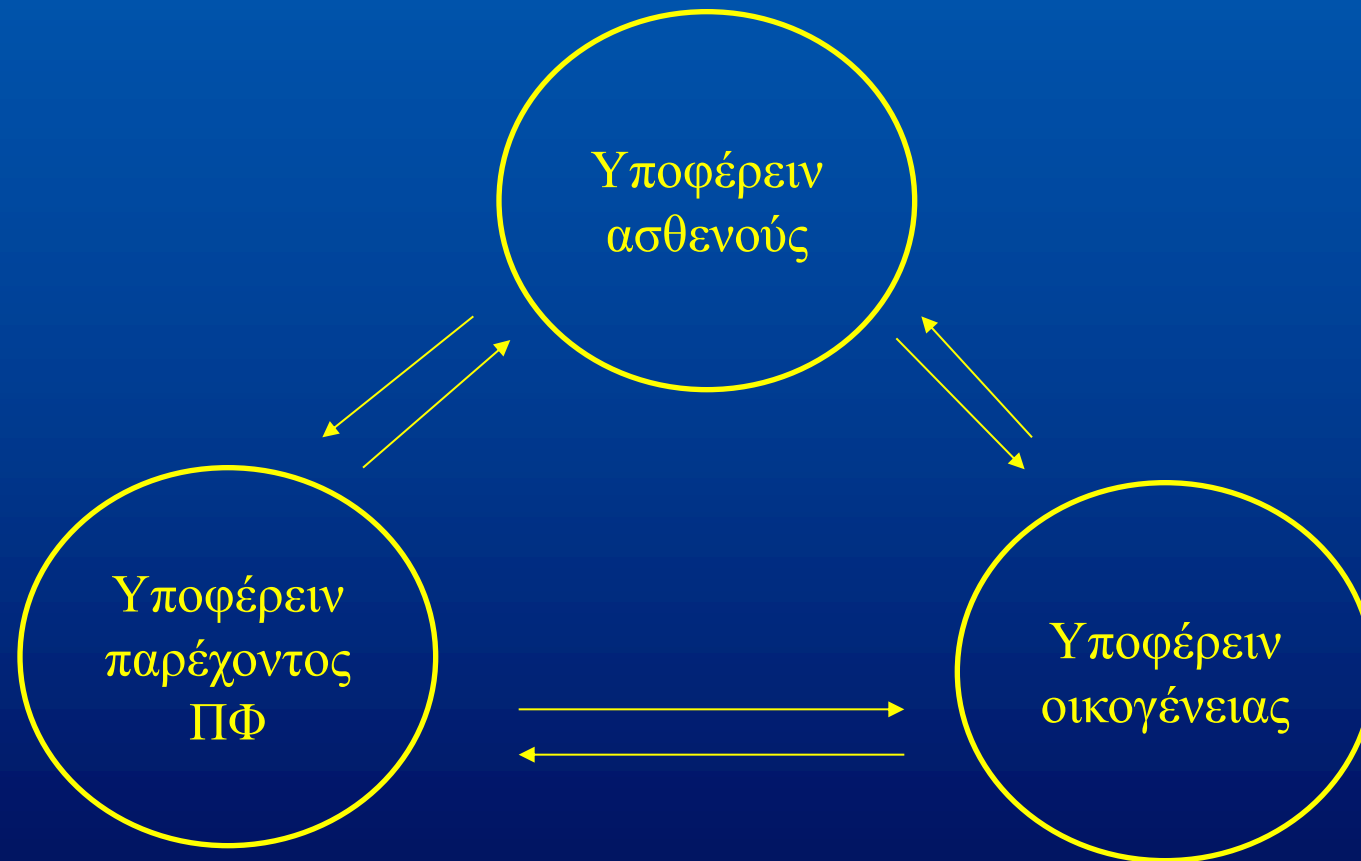
The escalating global burden of serious health- related suffering

K.E. Sleeman

The Lancet Global, 2019

Το 2060 οι θάνατοι ατόμων > 70 ετών με
εξαρτώμενο από την Υγεία «υποφέρουν» θα
είναι 22 mil.

Η ανακούφιση από το «υποφέρειν» είναι ο
πρωταρχικός στόχος της Παρηγορικής Ιατρικής
και φροντίδας



WHO, 2020

Ο έλεγχος των συμπτωμάτων στα
αρχικά τους στάδια είναι ηθικό καθήκον
του ειδικού της Παρηγορικής
Φροντίδας για τον έλεγχο του
«υποφέρειν» και την απόδοση
σεβασμού στην ανθρώπινη
αξιοπρέπεια.

Παρηγορική Φροντίδα: αξίες

- Εστιάζει στο άτομο και όχι μόνο στη νόσο
- Αξιοπρέπεια στη Ζωή και στο Θάνατο

Διαφορές της Π.Φ. από τις λοιπές Ιατρικές Προσεγγίσεις

- Ο ασθενής και η οικογένεια στο κέντρο των αποφάσεων
- Ολιστική αντιμετώπιση
- Από πολυδύναμη ομάδα

- Η Παρηγορική Φροντίδα είναι μία ευρύτερη ολοκληρωμένη προσέγγιση του ασθενούς
- Σέβεται τη ζωή και θεωρεί τον θάνατο μια φυσιολογική διαδικασία
- Στόχος: ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΖΩΗΣ μέχρι το **Τέλος**

4/Διαστάσεων Προσέγγιση

Πόνος

Δύσπνοια
Έμετος
Καταβολή κ.ά

Φόβος
Θυμός
Κατάθλιψη
Αϋπνία

Φυσικά Συμπτώματα

Παρηγορική
Φροντίδα

Ψυχολογικά

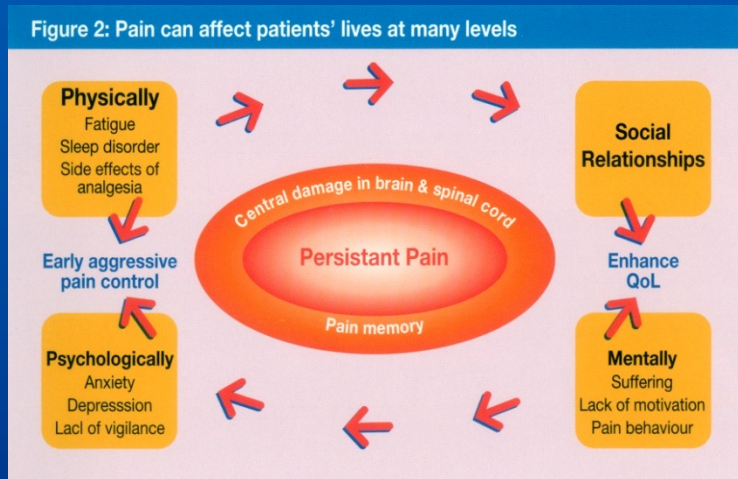
Απομόνωση
• Προβλήματα:
➤ Οικογενειακά
➤ Εργασιακά
➤ Οικονομικά

Κοινωνική Υποστήριξη

Πνευματικά

• Ερωτήματα:
➤ Αμφιβολίες
➤ Ζωή - Θάνατος
➤ Θρησκεία
➤ Ελπίδα;

ΠΟΝΟΣ: κύριο σύμπτωμα των ασθενών της Παρηγορικής Φροντίδας



- Πόνος καρκινοπαθούς 0.1%-1%
- Χρόνιος μη καρκινικός πόνος 20%

Ατομική

Κοινωνική

Οικονομική

|| αποσταθεροποίηση

Λοιπά συμπτώματα ασθενών

Α. Γαστρεντερικό

- Προβλήματα στοματικής κοιλότητας
- Δυσπεψία-δυσφαγία-λόξυγγας- αίσθημα πληρότητας
- Ανορεξία-αφυδάτωση
- Καχεξία
- Δυσκοιλιότητα
- Διάρροια
- Εντερική απόφραξη
- Αιμορραγία
- Ασκίτης

Β. Αναπνευστικό

- Δύσπνοια- ρόγχος
- Βήχας
- Αιμόπτυση
- Πλευρική συλλογή
- Σύνδρομο άνω κοίλης

Γ. Δέρμα - Βλεννογόνοι

- Δύσσομοι όγκοι
- Κατακλίσεις – έλκη πίεσης
- Λοιμώξεις – μυκητιάσεις
- Περιφερικό οίδημα
- Λεμφοίδημα
- Κνησμοί
- εφίδρωση

Δ. Ουροποιητικό

- Ακράτεια
- Συχνουρία
- Κατακράτηση ούρων

Ε. Μεταβολικά - Ορμονικά

- Υπερασβεσταιμία
- Υποκαλιαιμία
- Ορμονικές διαταραχές

Στ. Αδυναμία (Fatigue) Κόπωση

Ζ. Νευρολογικά

- Σπασμοί
- Σύγχυση
- Διέγερση
- Λήθαργος
- Εξωπυραμιδική
- Πίεση ΝΜ
- Αυξενδοκράνια πίεση

Η. Ψυχιατρικά

- Άγχος
- Αϋπνία
- Κατάθλιψη

Η ομάδα της Παρηγορικής Φροντίδας πρέπει να συνειδητοποιήσει ότι η αντιμετώπιση του ασθενούς, ξεπερνά τα στενά όρια της «θεραπείας» και ότι, **το ίδιο σημαντική είναι η υποστήριξη της «οικογένειας» κατά τη διάρκεια της νόσου αλλά και μετά την απώλεια.**

Η Παρηγορική Φροντίδα παρέχεται
από **πολυδύναμη** ομάδα

- Η ομάδα πρέπει να λειτουργεί **συντονισμένα**
(ενημέρωση, συμβουλευτική, πρωτόκολλα
πράξεων, καταγραφή, ποιοτικός έλεγχος)
- Η ομάδα πρέπει να υποστηρίζεται ψυχολογικά
(αντικατάσταση, σ. Burn out)

Συνέχεια στη Φροντίδα

Μη εξειδικευμένες

- ✓ Κοινωνικοί Ξενώνες
- ✓ Ξενώνες Εκκλησίας
- ✓ Οίκοι Ευγηρίας
- ✓ Γενικό Νοσοκομείο
- ✓ Γενικός Γιατρός / Κέντρο Υγείας
- ✓ Κινητές Μονάδες

Φροντίδα Τελικού Σταδίου

- Στοιχείο της ΠΦ – φιλοσοφίας «ξενώνα» (< 6 μήνες)
- Εκπαίδευση (φροντιστές – οικογένειας)
- Πρωτόκολλα αντιμετώπισης (π.χ. DNR) (γιατροί – νοσηλευτές)
- Ψυχοκοινωνική υποστήριξη οικογένειας

ΠΦ στο Τέλος της Ζωής

- Λιγότερες παρεμβάσεις
 - Λιγότερα tests
 - Λιγότερα Φ & ΕΦ υγρά
- Έλεγχος πόνου
 - Αντιμετώπιση αφυδάτωσης- κακής θρέψης
 - Δυσκοιλιότητας- διέγερσης
 - Ψυχοκοινωνική υποστήριξη οικογένειας & φροντιστών

Παρηγορική Φροντίδα: μια απάντηση στην ευθανασία

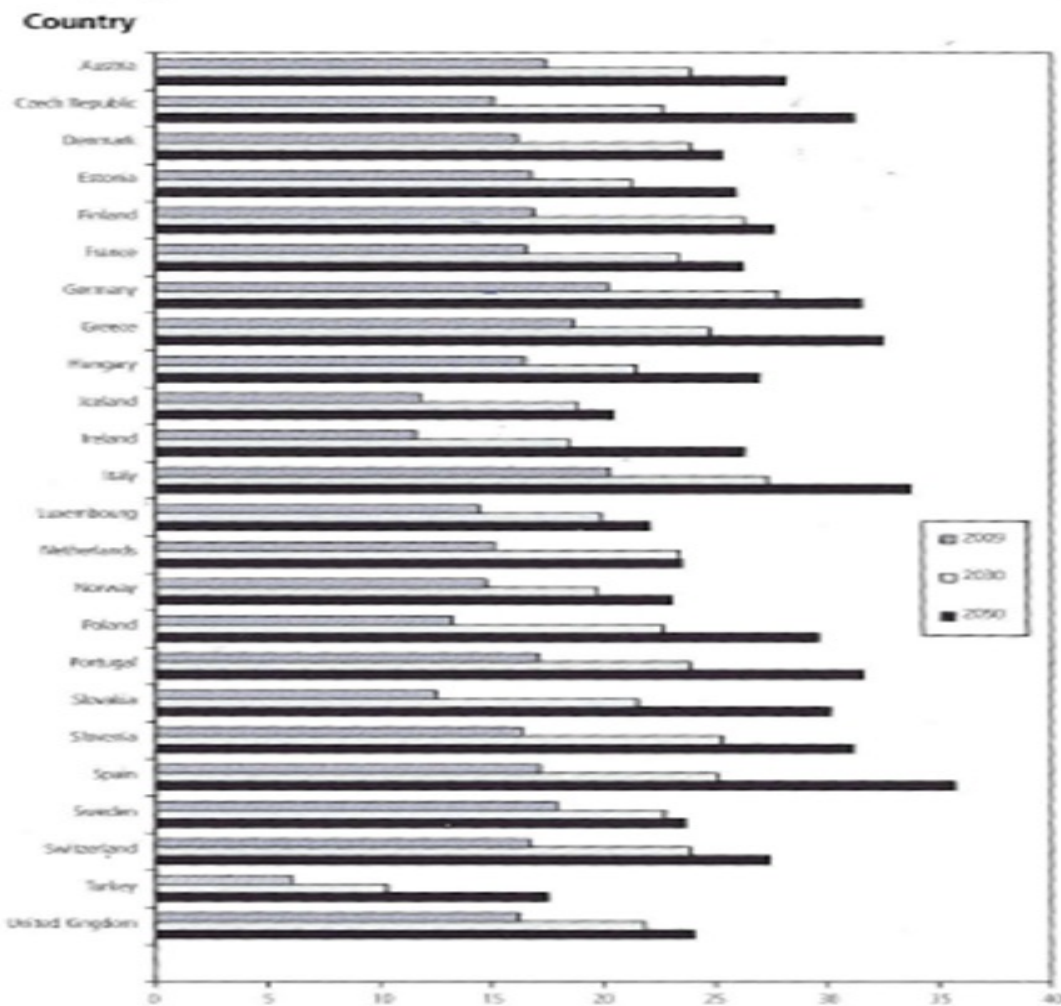
- ✓ Έχεις αξία γι' αυτό που είσαι
- ✓ Έχεις αξία μέχρι την τελευταία στιγμή της ζωής και εμείς θα κάνουμε ό,τι μπορούμε όχι μόνο για να πεθάνεις ειρηνικά αλλά για να ζήσεις, μέχρι να φύγεις.

Dame Cicely Saunders

Ο πληθυσμός της Ευρώπης γερνάει
(>65y → 85y)

Εξέλιξη της Επιστήμης,
Έρευνας και Τεχνολογίας

Fig. 1.1. Percentage of people aged 65 years and older in selected countries in the WHO European Region in 2009 and projections for 2030 and 2050



2009 15% πληθ.
2050 25% πληθ.

Συνέπειες γήρανσης του πληθυσμού

- Ποικιλία νοσημάτων πέραν του καρκίνου
- Καρδιαγγειακά νοσήματα > καρκίνος
- $\frac{1}{4}$ >85y έχουν άνια
- Μεγάλο ποσοστό ανικανότητας (↓ADL)
- Δυσκολία επικοινωνίας – απομόνωση
- Δυσκολία πρόβλεψης επικείμενου τέλους
- Πτωχή παροχή Υγείας στο Τελικό Στάδιο (<6μην.)
- Υπερφόρτωση του συστήματος

Η αναγκαιότητα ΠΦ για τους υπερήλικες

- Με την παροχή ΠΦ μετατρέπουμε τον χρόνο προς το τέλος, σε χρόνο γεμάτο ζωή και πληρότητα
- Ποιότητα ζωής για τον ασθενή
- Άνεση & αίσθημα σιγουριάς για την οικογένεια

Αρχές της ΠΦ για τους υπερήλικες

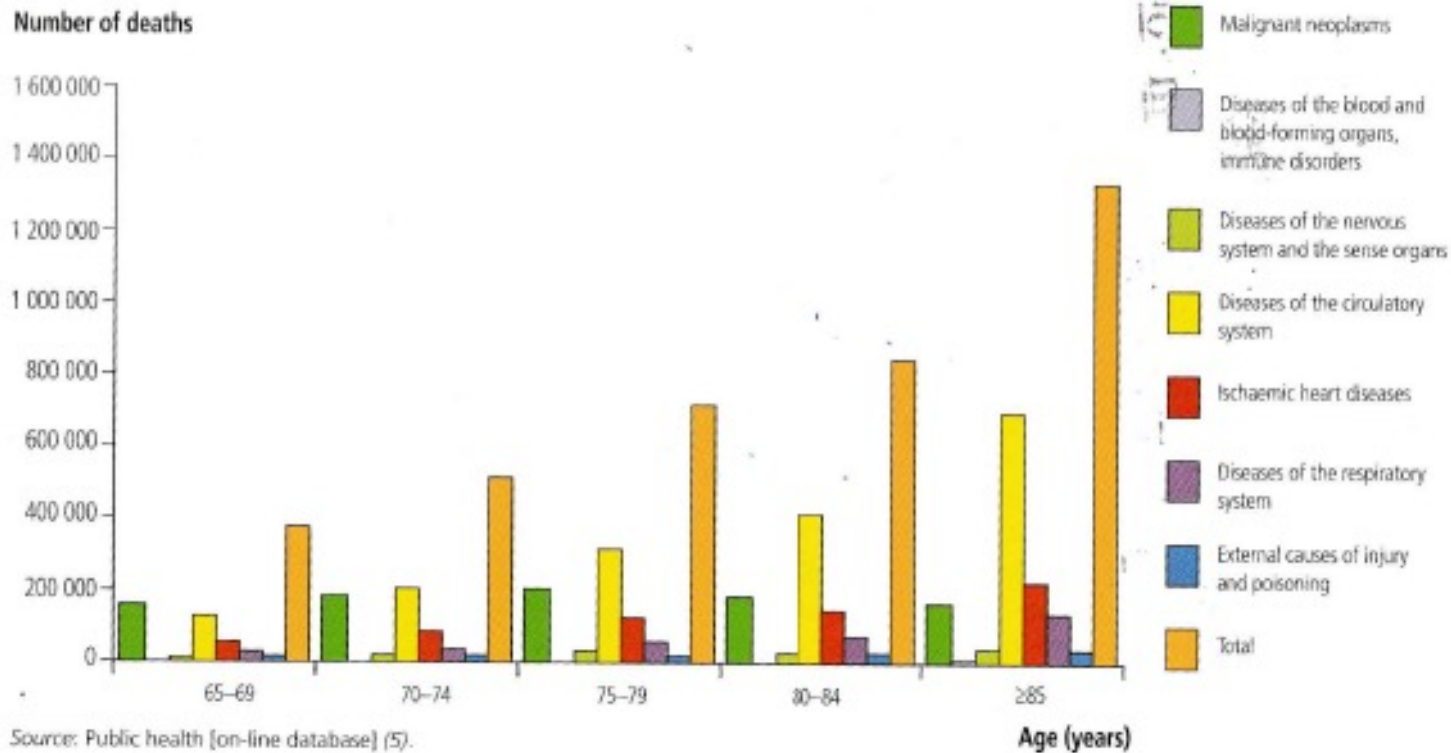
- Η ΠΦ πρέπει να αποτελεί μέρος της στρατηγικής διαχείρισης των υπερηλίκων που νοσούν από σοβαρά χρόνια νοσήματα
- Η εκτίμηση της κατάστασης (τρέχουσα νόσος-συννοσηρότητες), η ειλικρινής πρόγνωση, ο καθορισμός προτεραιοτήτων, η λήψη αποφάσεων και ο σωστός σχεδιασμός αποτελούν βασικές αρχές της ΠΦ

Αρχές της ΠΦ για τους υπερήλικες

- Η ΠΦ πρέπει να παρέχεται από την αρχή και κάθε στιγμή στην πορεία της νόσου και όχι μόνον στο τέλος της Ζωής
- Οι υπερήλικες δικαιούνται πρόσβαση στις δομές της ΠΦ ανεξάρτητα από την υποκείμενη νόσο και τον τόπο που ζουν

Αιτίες θανάτου υπερηλίκων (27 χώρες ΕΕ)

Fig. 1.2. Number of deaths by causes and age group in 27 EU countries, 2006



Τόποι φροντίδας των υπερηλίκων

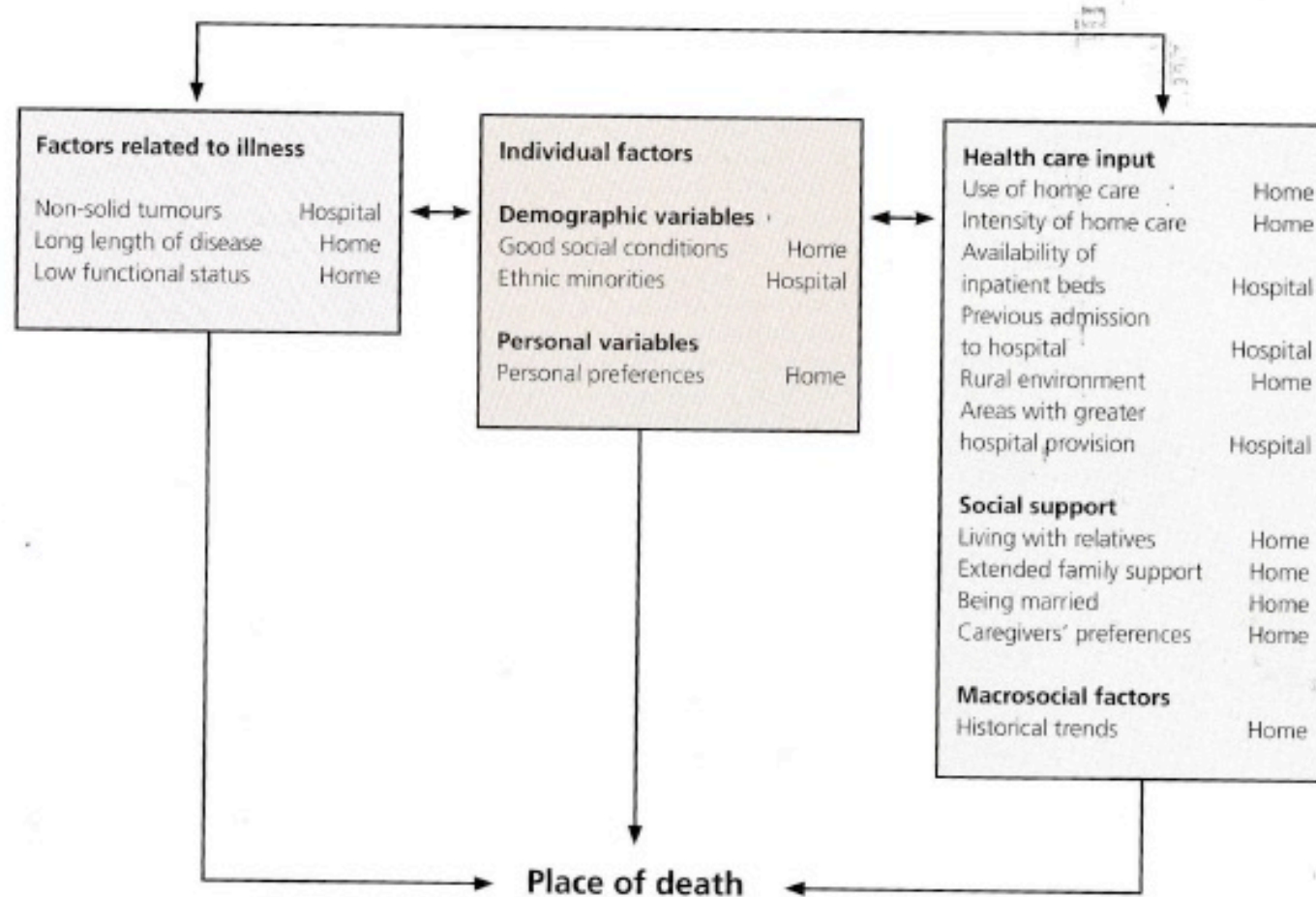
- Κατ' οίκον
- Οίκος ευγηρίας
- Νοσοκομείο

Συνήθη νοσήματα ανά δομή

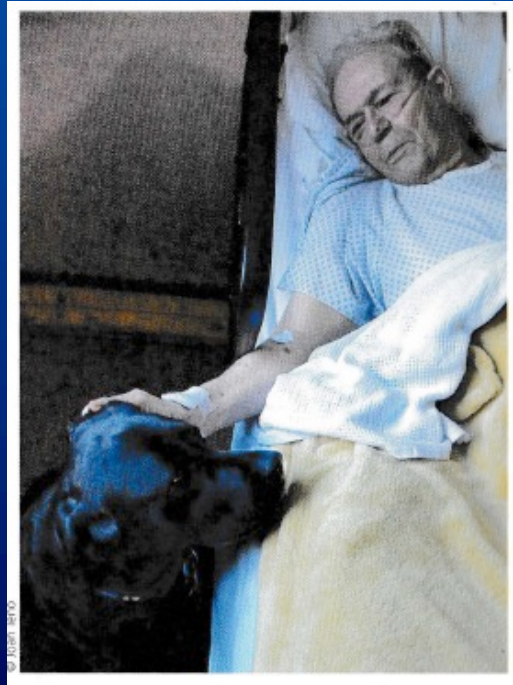
Νοσοκομείο:	Καρδιαγγειακά	Οίκοι ευγηρίας:	ΑΕΕ
	επεισόδια		ΧΑΠ
	Σήψη		Καρδ. Ανεπάρκεια
	Πνευμονία		Νεφρ. Ανεπάρκεια
	Κατάγματα		N. Parkinson
	Νοσ. Κινητικού		Άνια
	νευρώνα		

Παράγοντες που επηρεάζουν την επιλογή του τόπου που οι υπερήλικες επιθυμούν να καταλήξουν

Fig. 3.2. Factors associated with place of death (home and hospital only)



Η επαρκής ΠΦ δίνει στους υπερήλικες
περισσότερες επιλογές
Συνήθως επιθυμούν την νοσηλεία
σε νοσοκομείο (κρίσεις) αλλά να
καταλήξουν στο σπίτι

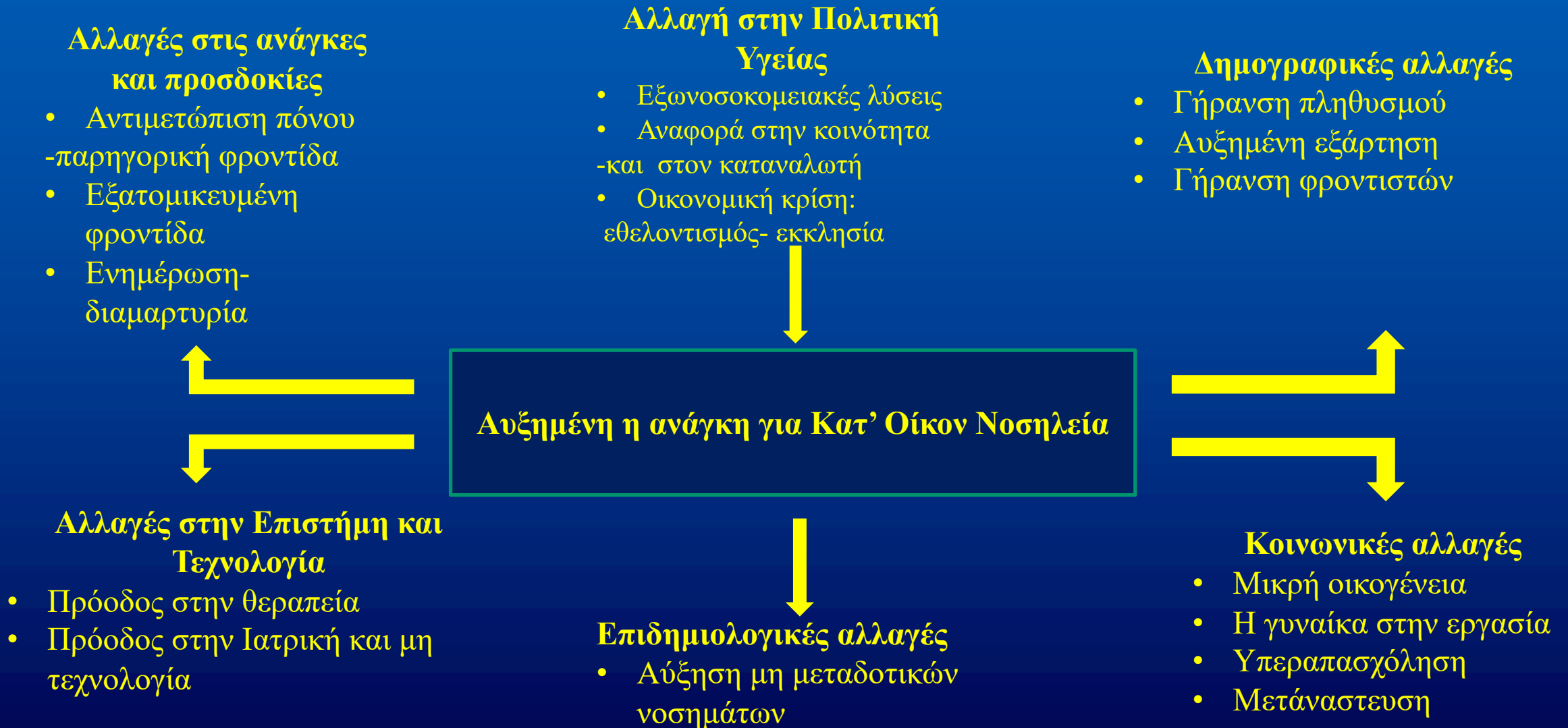


*Higgison J et al
J. Of PC, 2000*

Κατ' Οίκον Νοσηλεία (Home Health Care)

Παροχή υγείας και φροντίδας στο οικείο περιβάλλον του ασθενούς, από εξειδικευμένους λειτουργούς υγείας, υπό ιατρική καθοδήγηση και με την υποστήριξη της τεχνολογίας

Σήμερα: Η Κατ' Οίκον Νοσηλεία απαραίτητο στοιχείο ενός επιτυχημένου συστήματος Υγείας



Κατ' Οίκον Νοσηλεία: Στόχοι- οφέλη

- **Ποιοτική υγεία σε διάρκεια:**
 - Προωθείται η ίαση
 - Εξατομικευμένη φροντίδα
 - Αποφεύγεται ο ιδρυματισμός
- **Μεγαλύτερη ικανοποίηση ασθενούς/ οικογένειας:**
 - Προωθείται η αυτενέργεια
 - Ομαλοποιείται η κοινωνική και συναισθηματική διάσταση του ατόμου
 - Επανένταξη
 - Ολιστική αντιμετώπιση μέχρι το τέλος
- **Οικονομικά οφέλη:**
 - Λιγότερες ημέρες νοσηλείας
 - Λιγότερες επείγουσες εισαγωγές (20-25%)
 - Κόστος Κατ' οίκον= 1/5 Νοσοκομειακής

Κατ'οίκον μη ιατρική φροντίδα (Home non medical care)

- Εξασφαλίζει καθημερινή πρακτική υποστήριξη κατ' οίκον και την διασύνθεση του ασθενούς με την Κοινότητα
- Παρέχεται από εξειδικευμένους ή μη, φροντιστές και εθελοντές
- Πράξεις:
 - Καθαριότητα χώρου
 - Μπάνιο
 - Παρασκευή γευμάτων
 - Σίτιση
 - Ψώνια
 - Πληρωμή λογαριασμών
 - Συνταγογράφηση
 - Υγιεινή στόματος-δέρματος
 - Μεταφορά
 - Βάδιση- άσκηση
 - Συντροφιά

Υπερήλικες με Άνια

Άνια: προοδευτική καταληκτική νόσος (2-15 έτη)
συνδυασμός πνευματικής και φυσικής ανικανότητας
για μεγάλο χρονικό διάστημα «προϊούσα κατάπτωση»
1/4 > 85 y, 4,6 ml/έτος, 81 ml 2040
95% 24ώρη φροντίδα

ΠΦ σε υπερήλικες με Άνια

Υπάρχει συνέργεια μεταξύ ΠΦ,
γηριατρικής νοσηλευτικής και
φροντιστών και εθελοντών με
ικανότητες χειρισμού ασθενών με
άνια

Τι πρέπει να διαθέτουν οι ασχολούμενοι ειδικοί με τους υπερήλικες

- Γνώση των ηλικιακών μεταβολών της φαρμακοκινητικής (οπιοειδή- λοιπά Φ)
- Δεξιότητες ψυχολογικής προσέγγισης
- Δεξιότητες επικοινωνίας (ασθενής – οικογένεια- φροντιστές)
- Πνεύμα συνεργασίας (ολιστική αντιμετώπιση)
- Τήρηση κατευθυντήριων οδηγιών- πρωτόκολλα
- Αξιοποίηση της τεχνολογίας (διαδύκτιο- έξυπνες συσκευές- εφαρμογές)

**Η ΠΦ υπερηλίκων πρέπει να αποτελεί διδακτικό
πεδίο της Γηριατρικής Ιατρικής**

Eur. Union of Med. Specialists)

Η γηριατρική ΠΦ πρέπει να αποτελεί διδακτικό αντικείμενο των:

- ειδικών της ΠΦ
- γιατρών της Πρωτοβάθμιας ΦΥ
- γιατρών και νοσηλευτών των Οίκων Ευγηρίας

Εθνική αφύπνιση για τον υπερήλικα

- Να αναγνωριστεί ο κοινωνικός ρόλος της υγείας της ασθένειας, του θανάτου
- Να ληφθούν σοβαρά υπόψη τα αιτήματα του κοινού, των ασθενών, των συγγενών
- Να εφαρμόζεται πολιτική ενίσχυσης υποστηρικτικών δομών στην κοινότητα
- Να συμπεριληφθεί η ΠΦ σε όλα τα επίπεδα παροχής Υγείας (Δημόσιο- Ιδιωτικό)

National Institute of Aging

Optimism linked to longevity and well being in two recent studies

Dec., 2022

Αισιοδοξία: βελτίωση της ποιότητας ζωής
παράταση της ζωής (κατά 5 έτη)



Σας ευχαριστώ!