

SESTRY VÝCHODNÍ EVROPY CENTRUM EXCELENCE PRO KONTROLU TABÁKU II



Zpravodaj č. **7**
Září 2018 – Únor 2019
EE-COE II

ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

ČESKÁ REPUBLIKA

V září 2018 proběhly tři **odborné akce**, na kterých byli návštěvníci z řad veřejnosti a pacientů Ústřední vojenské nemocnice 1. LF UK (ÚVN) informováni o rizikových faktorech pro zdraví člověka a dle zájmu mohli využít odborných konzultací a vyšetření. Dvě z nich ÚVN sama organizovala, jedné se zúčastnila na pozvání 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze. Odborníci z Centra pro závislé na tabáku (CZT) ÚVN v rámci těchto akcí edukovali o rizicích kouření a o možnostech účinné léčby závislosti na tabáku.

15. 9. Festival První republika,

Vyšehrad (pořádala 1. LF UK a UK)

26. 9. Den zdravé nemocnice

26. 9. Den zdraví s ÚVN

(v rámci akce Babí léto s Fresh seniorem)

Abychom ke stánku CZT ÚVN přilákali co nejvíce účastníků akce, využili jsme finance z projektu COE II k:

- Vytvořili jsme odznáčky propagující CZT
- Poskytovali jsme paipo (www.mypaipo.eu) zdarma všem kuřákům, kteří si nechali změřit CO ve výdechu

O edukace o kouření byl i díky finanční podpoře z projektu CEO II. velký zájem a během všech tří akcí došlo celkem k 63 edukacím a 22 měřením CO ve výdechu.



Materiály veřejné akce



ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

■ ■ ■ ČESKÁ REPUBLIKA

Nově spolupracující a dříve kurzem COE proškolené dvojice sestry, Ivana Bobovská a Andrea Šrámková z Krajské nemocnice T. Bati ve Zlíně, uspořádaly v říjnu 2018 dva **workshopy** pro studenty zdravotnické školy a každoroční **veřejnou akci** v místním nákupním centru.



Veřejná akce ve zlínském nákupním centru

Čtyři stávající účastníci projektu v průběhu **19. konference „Tabák a zdraví“** pořádané dne **7. listopadu 2018** v Praze, před sochou Jana E. Purkyně, zakladatele České lékařské společnosti J.E.P.



Fotografie účastníků projektu (4 zleva)



Kurz pro studenty zdravotnické školy, Zlín

Sestry Vladislava Felbrová a Stanislava Kulovaná z Centra pro závislé na tabáku III.interní kliniky Všeobecné fakultní nemocnice, tradičně zorganizovaly **veřejnou akci**, kde měřily CO ve výdechu, ve vestibulu Fakultní polikliniky, a to **21. listopadu 2018** v rámci **Mezinárodního nekuřáckého dne**. Zájemcům z řad kuřáků i nekuřáků byly poskytovány informace jak o škodlivosti kouření aktivního i pasivního, tak následně sděleny informace o možnostech léčby závislosti na tabáku a předány kontakty na všechna CZT v ČR formou edukačních materiálů.

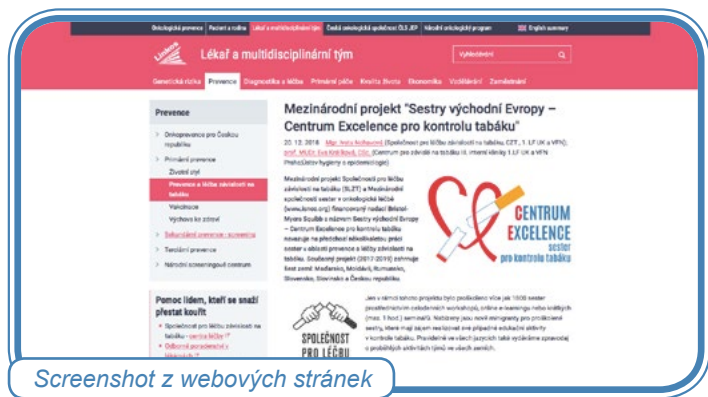


Stánek ve Všeobecné fakultní nemocnici

ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

■ ■ ■ ČESKÁ REPUBLIKA

V prosinci 2018 byl ve Zdravotnickém deníku online zveřejněn **článek o projektu EE-COE II**.



Screenshot z webových stránek

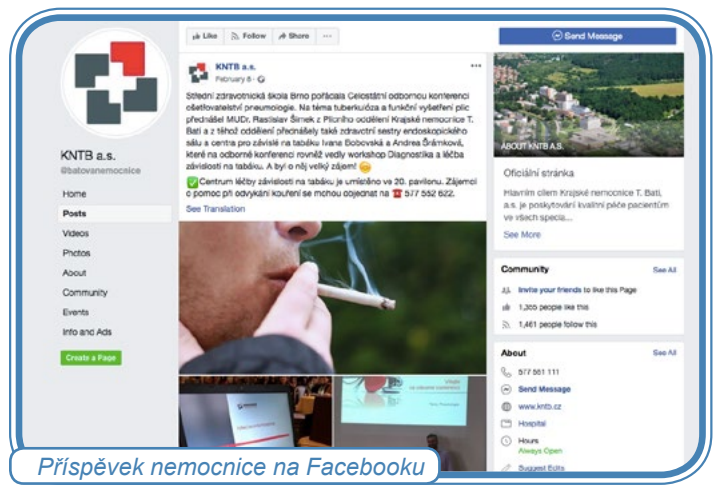
O projektu se 11. ledna 2019 zmínila prof. MUDr. Eva Králíková, CSc. během své **prezentace na konferenci** o kardiovaskulární rehabilitaci v lázních Teplice nad Bečvou. Lázně jsou již 3 roky zcela nekuřácké a plánují zahájit vzdělávací program pro sestry na pomoc kuřákům.



„Nekuřácký“ plakát lázní

Sestra Bc. Vladislava Felbrová přispěla **přednáškou na Edukačním semináři pro zdravotní sestry v oblasti dermatologie a revmatologie 26. 1. 2019** v Praze. Pod názvem „Jak může sestra pomoci pacientovi přestat kouřit?“ byly cca 50 sestrám předány informace i o projektu školení sester střední a východní Evropy.

V únoru 2019 Střední zdravotnická škola Brno uspořádala **Národní zdravotnickou konferenci pro zdravotní péči v oblasti pneumologie**. Témat o tuberkulóze a funkčních vyšetřeních plic se zhostil MUDr. Rastislav Šimek z plicního oddělení Krajské nemocnice T. Bati ve Zlíně. Vlastní prezentaci představily rovněž dvě kolegyně z projektu COE a z plicního oddělení stejné nemocnice, sestry z endoskopického centra a CZT Ivana Bobovská a Andrea Šrámková; na konferenci uspořádaly také workshop Diagnostika a léčba závislosti na tabáku. Workshop se těšil velkému zájmu.



Příspěvek nemocnice na Facebooku

Dne 7. března 2019 se tým vrchních sester setkal s koordinátorem pro kontrolu kvality ve Fakultní Nemocnici Královské Vinohrady (FNKV). V rámci tohoto setkání se tým věnoval plánům na „Světový den bez tabáku“, který byl naplánován na 31. května 2019. Organizátory setkání byly Mgr. Ivana Bartošová a Mgr. Eva Roubíčková.



Tým FNKV

ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

MAĎARSKO

Ve dnech 14.-15., 21.-22. a 28.-29. září 2018 maďarský tým uspořádal dvoudenní **workshopy** pro 45 komunitních sester v okrese Szabolcs-Szatmár-Bereg, po kterých následovalo **měsíční školení a den supervize**. Přestože jsou tyto komunitní sestry ze zákona povinny provádět krátkou intervenci u těhotných žen, obvykle jim k tomu chybí potřebné dovednosti a praxe. Naše školení v regionu Szabolcs-Szatmár-Bereg se soustředilo na rozšiřování stávajících znalostí pečovatелů a poskytování dovedností pro práci s kuřáky a jejich rodinami. Tento pilotní projekt se ujal velmi dobře, a organizátoři byli kontaktováni sousedním regionem se zájmem uspořádat program i v jejich kraji. Mnozí ze sester, kteří se školení zúčastnili, budou žádat o minigrant na pokračování v činnostech zabývajících se odvykáním kouření na lokální úrovni.

Dne 30. září 2018 se tým zúčastnil společenského „**Dne našeho srdce**“. Konaly se prezentace o výhodách odvykání kouření a měření hladiny CO, přičemž byly nabídnuty související konzultace celkem 132 zájemcům.

V listopadu tým uspořádal celkem **čtyři workshopy** pro následující cílové skupiny:

- 12. listopad 2018, **Rehabilitační kardiologické centrum Vojenské nemocnice Balatonfüred**, workshop pro 12 sester pracujících v oblasti kardiologické rehabilitace
- 15. listopadu 2018, **Nemocnice Csorna Margit**, workshop pro 32 sester pracujících na různých odděleních nemocnice
- 23. listopadu 2018, **Kenézlő**, workshop pro 26 komunitních sester v Borsod-Abaúj-Zemplén regionu
- 27. listopadu 2018, **Muskuloskeletální rehabilitační centrum Vojenské nemocnice Hévíz**, workshop pro 26 sester pracujících v oblasti muskuloskeletální rehabilitace

V lednu 2019 bylo oznámeno žadatelům o minigrant, že všech 11 žádostí bylo schváleno. Žadatelé zahájili práce na svých projektech a své závěrečné zprávy odevzdají do 31. května 2019.

Školení komunitních sester



ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

MOLDAVSKO

Moldavský tým v rámci projektu v období září 2018 – únor 2019 uspořádal celkem **pět workshopů** (29. 9. 2018; 6. 11. 2018; 13. 11. 2018; 7. 2. 2019; 13. 2. 2019). Cílovou skupinou pro tyto workshopy byly sestry z různých oborů: rodinné zdravotní sestry, odborné učitelky ze škol, zdravotní sestry primární péče či sestry z krajských nemocnic. Školiteli na workshopech byly sestry Stempovscaia Elena, vrchní sestra projektu, Munteanu Maria, členka poradního výboru a Cociug Angela, školitelka na seminářích. Celkový počet účastníků workshopů byl 128. Na takto vysoký počet sester, které se workshopů účastnily, jsme velmi pyšní. Prostřednictvím těchto školení se zdravotní sestry dozvěděly o technikách intervencí u různých skupin kuřáků (např. dětí, žáků/studentů, vojáků, zdravotnického personálu, těhotných žen atd.) Výměna zkušeností získaných v rámci workshopů byla vítána.



Fotografie z workshopů



ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

■ ■ ■ MOLDAVSKO

V rámci dvou **národních konferencí v Kišiněvě** jsme měli možnost prezentovat náš projekt a některé informace o odvykání kouření. První **konference** se konala **pro rodinné zdravotní sestry** dne **1. listopadu 2018** a měla celkem 170 účastníků. Na konferenci proběhla prezentace zdravotní sestry Marie Munteanu, členky poradního výboru, která znovu zdůraznila důležitou úlohu sester v kontrole tabáku, a to s ohledem na zkušenosti, že zdravotní sestry jsou v přímém styku se všemi typy lidí. Tato role se odráží v poskytování minimálního poradenství (povědomí o rizicích) ve formě pokračující podpory a kontroly odvykání kouření.

Druhá **konference** byla uspořádána **pro zdravotnický personál Lékařského záchraného ústavu** dne **15. listopadu 2018** s celkem 75 účastníky. Konferenci odprezentovala Olga Pînteac, jedna ze školitelek na workshopech. Tématem konference bylo „Kouření – hrozba pro zdraví a pohodu“, které kouření označilo za jednu z hlavních příčin úmrtí a onemocnění v Moldavsku. Mnoho pacientů v zemi každoročně zemře na následky kouření a ještě více lidí žije s invalidizujícími onemocněními způsobenými kouřením. Kouření může zvyšovat riziko vzniku vážnějších nemocí, z nichž některé mohou být smrtelné či mohou způsobit nevratné dlouhodobé škody na zdraví.

Školitelé měli na workshopech možnost sdílet své znalosti s ostatními zdravotními sestrami, zdravotnickým personálem a studenty. Školitelka Lilijana Damian uspořádala na téma odvykání závislosti na tabáku **dva** krátké **semináře** (2. 11. 2018 a 5. 11. 2018) **pro vojenský personál v Ústřední vojenské nemocnici** s celkovým počtem 84 účastníků. Ostatní školitelky Ludmila Postica a Ecaterina Scoarță zorganizovaly krátké **semináře pro studenty zdravotnictví** (5. 12. 2018 a 10. 12. 2018) na téma rizika kouření. Semináře se konaly v Centru medicínské a farmaceutické excellence „R. Pacalo“ v Kišiněvě. Studenti nadšeně čerpali nové informace o odvykání kouření a vyměňovali si zkušenosti.

Listopadová konference



Workshopy pro školení školitelů



ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

♥ RUMUNSKO

Seminář – 6. říjen 2018

Seminář pořádala Maria Stanciu na nemocničním oddělení obecné chirurgie. Účastnilo se ho 15 sester (z nichž je 5 kuřáček). Odpovědi z rozdaných dotazníků odhalily, že přítomné během posledních 6 měsíců s nikým kouření ani jeho následky nekonzultovaly. Sestrám bylo vysvětleno, jakou úlohu hrají při identifikaci a vzdělávání pacientů-kuřáků a jak jim mohou pomoci přestat kouřit. Prezentace měla pozitivní dopad, většina sester ocenila uvědomění si své role při vzdělávání pacientů.

Seminář – 20. říjen 2018

Maria Stanciu uspořádala seminář pro 20 studentů zdravotnictví (z nichž polovina byli kuřáci) na veřejné zdravotnické škole ve městě Constanța. Z dotazníku vyplynulo, že studenti kouří, neboť je to uklidňuje; během školních hodin zažívají stres, který často vede ke zvýšení počtu cigaret vykouřených mimo školu (kouření je v prostorách školy zakázáno). Přestat kouřit se pokusili, ale uspěli jen na několik hodin až dní. Poznamenali si adresy a telefonní číslo, na které se mohou obrátit, pokud by chtěli vyhledat pomoc s odvykáním kouření.

Veřejná akce – zdravotnická škola ‚Carol Davila‘, Rm. Vâlcea, 1. listopadu 2018

Ecaterina Gulie a Viorica Olaru zorganizovaly veřejnou akci pro studenty zdravotnické školy Carol Davila v Rm. Vâlcea. Z celkem 69 studentů 15 aktuálně kouří (10 žen, 5 mužů). Studenty informovaly o zdravotních rizicích spojených s kouřením, o výhodách, které je čekají, pokud se rozhodnou přestat kouřit, o vlivu tabákového průmyslu (zejména s ohledem na nově otevírané obchody v nákupních centrech zabývajících se prodejem elektronických cigaret a cigaret „glo“).



Maria Stanciu diskutuje o roli sester v kontrole tabáku



Maria Stanciu během semináře pro studenty zdravotnictví



Veřejná akce pro studenty zdravotnické školy Carol Davila

ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

■ ■ ■ RUMUNSKO

Akce na veřejné zdravotnické škole ve městě Craiova, 8. listopad 2018

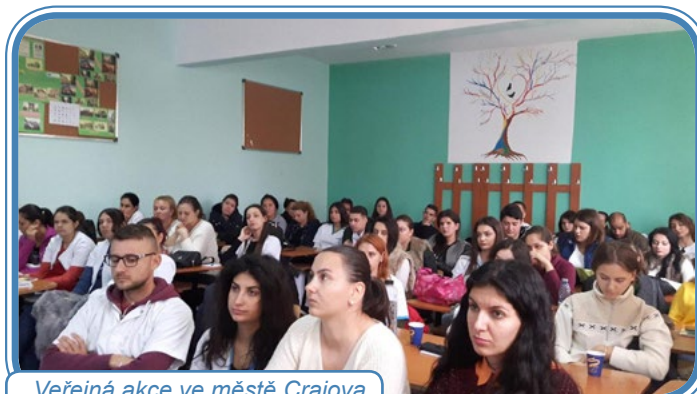
Akci na veřejné zdravotnické škole Craiova pořádala Ecaterina Gulie. Zúčastnilo se jí 50 studentů (9 kuřáků; 5 žen, 4 muži). Prostřednictvím přednášek, příkladů a diskusí se snažila zvýšit povědomí studentů o nebezpečí užívání tabáku a jeho dopadech na zdraví jednotlivce, kolegů, rodiny a pacientů. Účastníci také diskutovali o své úloze a povinnostech jakožto budoucích sester a pečovatelů, zejména pak úloze vychovatele, pozitivního vzoru a o tom, co studenti mohou podnikat v oblasti prevence.

Veřejná akce ve zdravotnické škole Christiana, Craiova, 9. listopadu 2018

Dne 9. listopadu 2018 se ve zdravotnické škole Christiana konala veřejná akce. Ecaterina Gulie byla přítomna jako zástupce ošetrovatelské asociace. Akce se zúčastnil ředitel školy, dva učitelé a 71 studentů. Po prezentacích Cati všechny vybědla k šíření získaných informací dalším studentům (na škole studuje celkem 700 studentů).

Veřejná akce ve zdravotnické škole Carol Davila, Bukurešť, 23. listopadu 2018

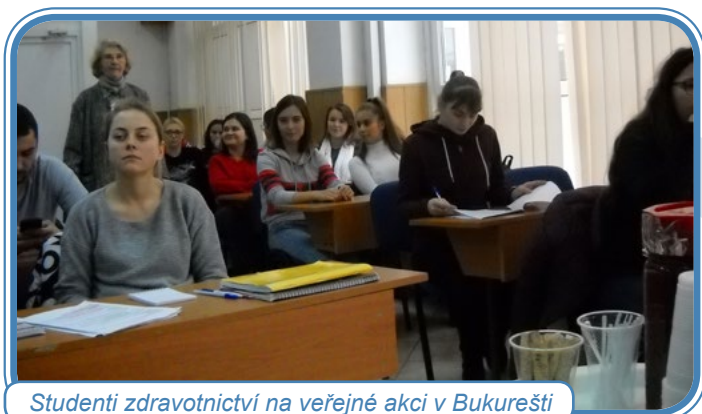
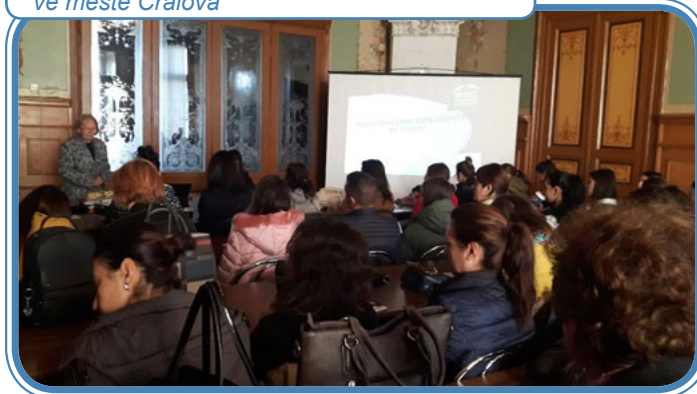
Ecaterina Gulie a Viorica Olaru se zhostily organizace další veřejné akce, tentokrát ve zdravotnické škole Carol Davila v Bukurešti. Mezi účastníky bylo padesát studentů zdravotnictví, 2 učitelé a ředitel. Diskutovali o možnostech, jak přestat kouřit. Účastníci slíbili, že o prezentovaných skutečnostech budou přemýšlet. Vzhledem k tomu, že má škola mnoho studentů, učitelé slíbili, že budou se svými studenty o kouření mluvit v rámci hodin věnovaných zdravému životnímu stylu, které jsou také součástí vzdělávacího programu.



Veřejná akce ve městě Craiova



Veřejná akce, která se konala následující den ve městě Craiova



Studenti zdravotnictví na veřejné akci v Bukurešti



ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

SLOVINSKO

V září 2018 uspořádaly členky projektu **workshop** na téma „**Kontrola tabáku**“. Mezi pozvanými účastníky byly registrované zdravotní sestry z Univerzitního rehabilitačního ústavu a Univerzitní psychiatrické léčebny v Lublani. Workshopu se zúčastnilo 20 registrovaných zdravotních sester, které ho sledovaly s velkým zájmem a ochotou se na něm podílet. Za účelem pokračování v činnostech zabývajících se bojem proti nežádoucím dopadům kouření byly navíc uděleny minigranty. Workshop se konal ve studijním centru Fakulty zdravotní péče Angely Boškinové v Lublani.

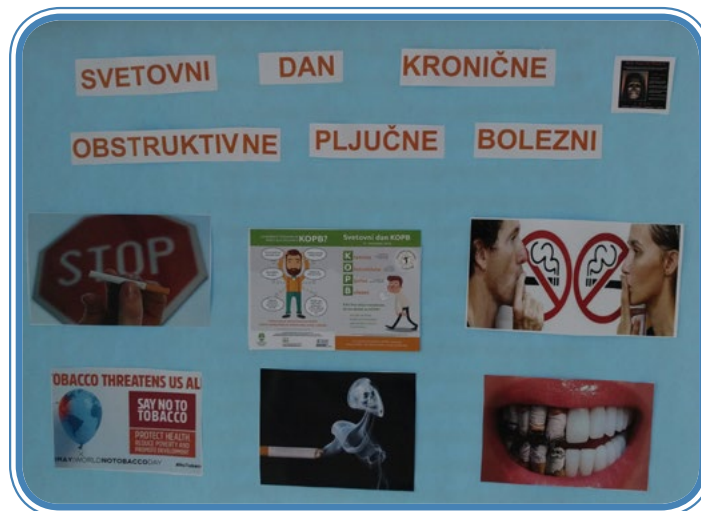
V rámci udělených minigrantů se konal **workshop v Komunitním zdravotnickém centru v Lublani** za účelem měření oxidu uhelnatého ve vydechaném vzduchu kuřáků, kteří mohli vést konzultace s registrovanou zdravotní sestrou v rámci rodinného lékařství. CO byl měřen přístrojem Smoke Check, a to v době **od 21. prosince 2018 do 11. ledna 2019**. Mezi aktivity plánované na rok 2019 patří poskytování poradenství a využívání přístroje Smoke Check u pacientů-kuřáků, kteří se účastní programu rodinného lékařství, jakož i prevence kouření a jeho odvykání pomocí simulací.

Univerzitní rehabilitační ústav v Lublani uspořádal **workshop pro pracovníky ve zdravotnictví na téma prevence kouření**. Na základě získaných poznatků zdravotničtí profesionálové pracující v oblasti rehabilitace zvýší své úsilí na podporu zdravého životního stylu a vzdělání v souvislosti s prevencí kouření mezi pacienty a zaměstnanci. Univerzitní psychiatrická léčebna v Lublani do programu léčby závislosti na alkoholu zařadila i odvykání kouření. Různá oddělení léčebny pravidelně pořádají přednášky pro pacienty zaměřené na následky kouření, organizují workshop na téma odvykání kouření a rozdávají letáky a další vzdělávací materiály. Na téma odvykání kouření se pravidelně organizuje workshop pro skupiny až 12 pacientů. Workshop se skládá ze čtyř hodinových sezení konaných jednou týdně. Ke čtyřtýdennímu formátu workshopů se přistupuje proto, že se některá témata související se škodlivými závislostmi již probírají v rámci denních terapeutických sezení. Workshop využívá metody motivačních rozhovorů, motivačních technik a kognitivní behaviorální terapie, při nichž se stanoví konkrétní strategie s cílem pomoci účastníkům přestat kouřit.

Dne **4. prosince 2018** zorganizovaly spolupracovnice projektu hodinové **školení pro všechny nelékařské zdravotníky na Univerzitní psychiatrické léčebně v Lublani** zaměřené na škodlivé účinky kouření. Hovořili také o programu na odvykání kouření organizovaném na oddělení pro léčbu závislosti na alkoholu.

Rozšiřování povědomí o škodlivých účincích kouření bylo také u samotných studentů ošetřovatelství. **Na Fakultě zdravotní péče Angely Boškinové** byl zřízen **stánek v rámci Světového dne pro povědomí o CHOPN**, jehož programu se studenti také aktivně zúčastnili. Byl vyhotoven plakát a studenti byli motivováni k výměně cigaret za ovoce.

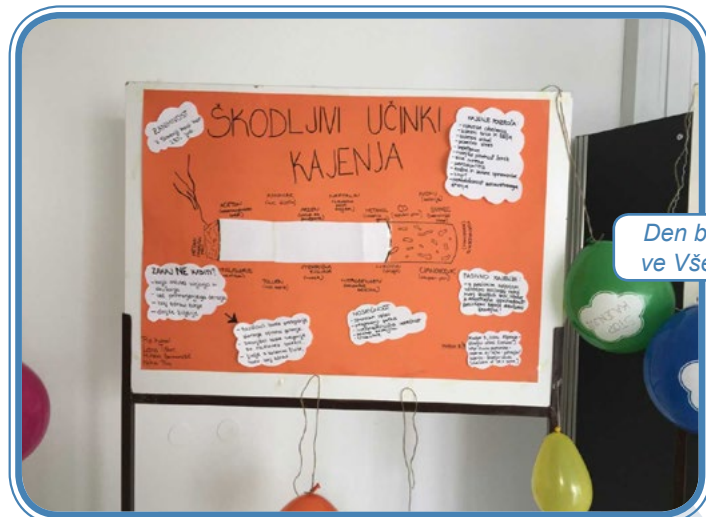
Aktivity v rámci Světového dne pro povědomí o CHOPN na Fakultě zdravotní péče Angely Boškinové:



ZPRÁVY Z JEDNOTLIVÝCH ZEMÍ

■ ■ ■ SLOVINSKO

V lednu Fakulta postavila **stánek v rámci Dne bez cigaret** ve Všeobecné nemocnici Jesenice. U této příležitosti studenti vyhotovili plakát o škodlivých účincích kouření. Na balonky pak napsali hesla jako „Kouření zabíjí“, „Pečujte o své zdraví“ a „Stop kouření“. Některé z balonků byly předány kolemjdoucím, kteří se také pokusili je nafouknout, čímž si mohli vyzkoušet limity vlastního dechu.



Den bez cigaret – aktivity studentů ve Všeobecné nemocnici Jesenici



„Kouření nebo užívání tabáku má negativní vliv prakticky na všechny orgány lidského těla a negativně ovlivňuje zdraví člověka v průběhu jeho života. Kouření patří mezi nejvýznamnější rizikové faktory pro rozvoj mnoha typů rakoviny, respiračních a kardiovaskulárních onemocnění a mnoha dalších chorob a zdravotních komplikací. Ve Slovinsku je užívání tabáku přední příčinou smrti, které lze předcházet. Každý rok téměř 3600 obyvatel Slovinska zemře na nemoci související s kouřením, což je téměř 10 lidí za den; jeden z čtyř těchto předčasných úmrtí je před dosažením věku 60 let.“

(Národní institut pro veřejné zdraví, 2019)

Zástupci fakulty (zároveň partneři EE-COE II projektu) jsou si dobře vědomi důležitosti podpory nekuřáctví a nekuřáckých programů v procesu vzdělávání.

