

Dietetikai tevékenység a praxisközösségben

Erdélyi Alíz

dietetikus, MSc

Magyar Dietetikusok Országos Szövetsége

Magyar Életmód Orvostani Társaság II. Kongresszusa

2020. február 14-15. Kecskemét

Miben segít a dietetikai gondozás?

- * A dietetikai gondozás és a háziiorvosi ellátás között **vannak** olyan **kapcsolódási pontok**, amelyekben a dietetikai tevékenységgel az alapellátásban növelhető a páciens compliance, a terápia hatásossága.
- * **Az alapellátásban megjelenő dietetikai tevékenység jó**
- * **1. a háziorvosnak 2. a páciensnek 3. a társadalomnak**
- * Megkönnyíti a háziorvos időmenedzsmentjét, integrálódva a primer, szekunder és terciér prevencióba, segíti a beteg edukációt, javítva a páciens állapotát, életminőségét.

Vajon megéri? Költséghatékony-e a dietetika tanácsadás?

Elhízás, szív- és érrendszeri betegségek, cukorbetegség és alultápláltság (alapellátás). Howatson A, Wall CR, Turner-Benny P: The contribution of dietitians to the primary health care workforce. J Prim Health Care. 2015 Dec 1;7(4):324-32.

Minden 1 \$, amit táplálkozási tanácsadásra fordítottak 5,5-99 \$ megtakarítást eredményezett az egészségügyi rendszer számára

5500 alapellátásban kezelt felnőtt Mitchell L, Ball LE, Ross LJ, Barnes KA, Williams LT: Effectiveness of Dietetic Consultations in Primary Health Care: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. J Acad Nutr Diet. 2017 Dec;117(12):1941-1962. doi: 10.1016/j.jand.2017.06.364. Epub 2017 Aug 19.

Szignifikáns javulás a cukorbetegéknél (beleértve a vércukorszint és a glikált hemoglobin értékeit), valamint a testtömeg csökkentésnél.

Angliában 6 vidéki háziiorvosi praxis túlsúlyos és 2-es típusú diabeteses betegek 2 alkalommal dietetikai tanácsadás. Harding, S. Dietitians in primary care promote weight loss and glycated haemoglobin reductions. Journal of Human Nutrition and Dietetics, 24: 389–390 2011.

Csökcent a testtömeg és javultak a HbA1c értékek

Van mit tenni!

Magyarországon 2012-ben az **elhízott** vagy túlsúlyos betegek ellátásának költsége legalább **207 milliárd Ft** volt, ami az E-Alap kiadásainak 11,6%-át tette ki.¹



- Normális BMI esetén a **hypertonia** előfordulását 23% körüli, BMI > 35 kg/m² átlagosan 60%.
- BMI > 35 kg/m² a **diabetes** kialakulásának kockázata 40-szeresre nő.
- A diabeteses (jellemzően 2-es típusú) betegek körében az elhízottak arányát 80% .

¹Iski Gabriella dr., Rurik Imre dr.:Mennyibe került 2012-ben a túlsúly és az elhízás? (Új Diéta 2015/1sz)

Nincs új a nap alatt



anatómia,
élettan,
belgyógyász
at



„Mindenekelőtt ismernünk kell az egész ember áruismeret, adta
jellegzetességeit. Ezek után meg kell ismerkednünk val dietetika és ital,
majd minden egyes étel és minden egyes ital, szer hatásával a konyha
Éspedig úgy, azt a hatást értve, amelyet azok természet konyhatechnika
gyakorolnak, mint annak a változatnak a hatását, amely a konyha
közben az emberi akarat és az emberi művészet hozhat létre a konyha
elvégre is minden eset és minden kórállapot a beteg testére szabott, egyéni
diétáját követeli meg.” Hippokratészi Gyűjtemény (Corpus
Hippocraticum)

Akikre számíthatnak



- Hatékony dietetikai tevékenység= problémamegoldó megközelítés és gyakorlat+döntéshozatal+egyedi körülmények megértése+megfelelő tanácsadás.
- Megfelelő képzettség, folyamatos képzés- dietetikus és nem életmód tanácsadó és nem csak önmagában táplálkozástudományi szakember!

Dietoterápia alkalmazása az alapellátásban

- * **A háziorvosi praxisban az alapellátási feladatokhoz a prevención kívül elsősorban azok a betegségek tartoznak, ahol a kezelésnek a dietoterápia elengedhetetlen része.**
- * A háziorvost érintő szakterületek közül kiemelendő a kardiológia, gasztroenterológia, endokrinológia és anyagcsere-betegségek; geriátria, nefrológia, mozgásszervi betegségek területe, ahol a diéta a terápia része.
- * **Endokrinológia, anyagcsere-betegségeknél** a háziorvos alaptevékenységei között található a glükoreguláció zavarai (IFG, IGT) szenvedő páciensek életmód-kezelése, 2-es típusú diabeteszes páciensek diétája, a metabolikus szindróma étrendi kezelése, a túlsúlyos és elhízott, hipercholesterinémiás, hipertrigliceridémiás páciensek életmód-kezelése és a hiperurikémia gyógyításában a diétás gondozás mind a dietetikus szakmai tudásával valósítható meg hatékonyan.

„Három generációval az egészségért”

Biatorbágy: öt felnőtt és egy gyermek háziiorvosi praxis

dietetikus az alapellátásban heti 4 órában

konzorciumi partnerek, külső szakmai partnerek:(pl.: EFI, szakrendelő...)

A lakosság:

35.1%-a magas vérnyomás betegségben,

13.8%-a cukorbetegségben,

2.7%-a daganatos megbetegedésben szenved.

„Három generációval az egészségért”

A megjelent páciensek többsége:

szénhidrát-anyagcsere probléma, túlsúly, obesitas,
hipercholesterinémia, hypertónia.

Előfordult: cöliákia, IBS, hisztamin érzékenység,
Hashimoto.

Tapasztalat: a páciensek megváltozott étrendjükkel
kapcsolatos ismereteinek hiánya, házi orvosok
pozitív visszajelzése.

A beteg-együttműködés compliance a dietetikus
szemszögéből:



„Három generációval az egészségért”

- 5 hónap, több mint 230 páciens
- Nagyon jó és hatékony együttműködés az orvosokkal, asszisztensekkel. Ismerik és elismerik a dietetikus munkáját. Elengedhetetlen feltétele a páciensek megjelenésének és együttműködésének.
- Csoportos tanácsadás 4 x 45 perc
 - Diabetes
 - Obesitas – (8 x 45 perc) együttműködés EFI-
lelki egészség
 - Egyéni tanácsadás- 30 perc

A megjelentek többsége még nem kapott szakszerű tájékoztatást, kontrollált vezetést az adott témában, diétában.

„Három generációval az egészségért”

- SZÍV-ÉRRENDSZERI BETEGSÉGEK FONTOSABB RIZIKÓFAKTORAI

- Stressz
- Dohányzás
- Testmozgás hiánya
- **Túlsúly, elhízás**
- **Magas vérnyomás**
- **Cukorbetegség**
- Metabolikus szindróma

Táplálkozási
eredetű



Dietoterápia alkalmazása az alapellátásban

Szövődménymentes 2-es típusú cukorbetegség



- * Diabetesben a betartandó terápia szerves része az étrend.
- * **Egy alkalom nem elég!** miért szükséges diétázni a cukorbetegnek, tápanyagok fogalma, a szénhidrátok típusai és értékelésük az étrendben, az étkezések időpontja, diabetes akut szövődményeinek megelőzése, felismerése, elhárítása. Táplálkozási napló vezetése, élelmiszercsoportok értékelése, konyhatechnikai ismeretek, nagy és kis energiatartalmú élelmiszerek, ételek megkülönböztetése, étkezésenként elfogyasztható táplálék mennyiségének ismerete, gyógyszer bevételének étkezéshez igazítása, glikémiás index fogalma, jelentősége alkalmazása.....

Dietoterápia alkalmazása az alapellátásban

A dietetikus részt vesz a betegek gyógyításában:

- Felméri a betegek tápláltsági állapotát, figyelembe véve a testtömeg változásait, tisztázza a dietetikai előzményeket.
- Az orvosi diagnózis, a beteg szokásainak, laboratóriumi leleteinek figyelembe vételével, a megváltozott igényeinek megfelelő dietoterápiát alkalmaz.
- Segíti a pácienseket a táplálkozási alapismeretek megszerzésében, a betegség specifikus ajánlások elsajátításában, az étrendjük összeállításában, a megfelelő konyhatechnikai fogások elsajátításában, szükség szerinti tápanyagtartalom kiszámításában, az étrendi napló elemzésével tanácsot ad.

Dietoterápia alkalmazása az alapellátásban

- * Az alapellátásban az információt a dietetikus szervezett egyéni tanácsadás, a szervezett csoportos tanácsadás, a különböző foglalkozások, kurzusok formájában is átadhatja a pácienseknek.
- * Idő- és költséghatékony. De a tanácsadás időigényes tevékenység!!
- * Az alapellátásban dolgozó dietetikus finanszírozásával a páciens helyben igénybe veheti a tanácsadást, a dietetikus láthatja a szükséges orvosi leleteket, kontrollra, receptfelírásra érkező betegeknél a diétás kontroll egy időben megoldható.

Mit hozhat a jövő ?



Finanszírozott dietetika tevékenység az alapellátásban

- * Javul a betegek gondozása,
- * a terápia hatékonysága,
- * a páciens életminősége
- * a házi orvos tevékenységének eredményessége.