

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ МЕРОПРИЯТИЙ ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

Кафедра сестринского дела

ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ПОДГОТОВКИ К ДИСПАНСЕРИЗАЦИИ

В поликлинику
необходимо прийти:

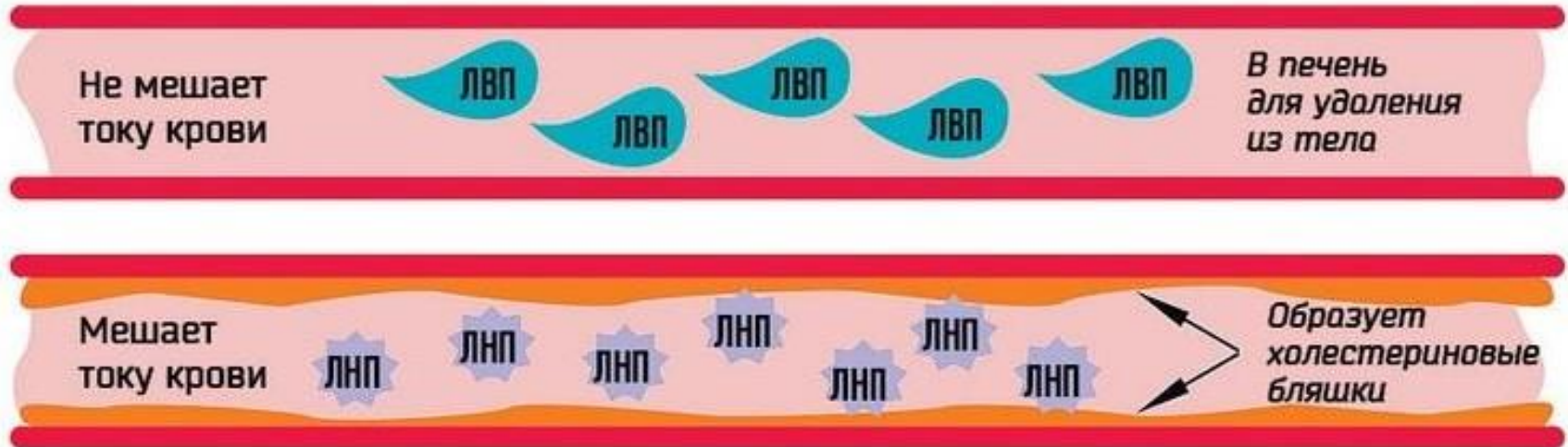
- Утром
- Натощак
- До выполнения каких-либо физических нагрузок, в том числе и утренней физической зарядки



ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ХОЛЕСТЕРИНА В КРОВИ

- Холестерин по своей химической структуре является жирным спиртом
- Большая его часть (70–80%) синтезируется в клетках печени и носит название эндогенного, небольшое количество (20–30%) поступает вместе с пищей
- В организме человека чистый холестерин присутствует только в малых количествах, входя в состав липопротеидов. Эти соединения могут иметь низкую плотность и высокую плотность

Разница между «хорошим» и «плохим» холестерином



СТЕНКА АРТЕРИИ

**КРОВЕНОСНЫЙ
СОСУД**

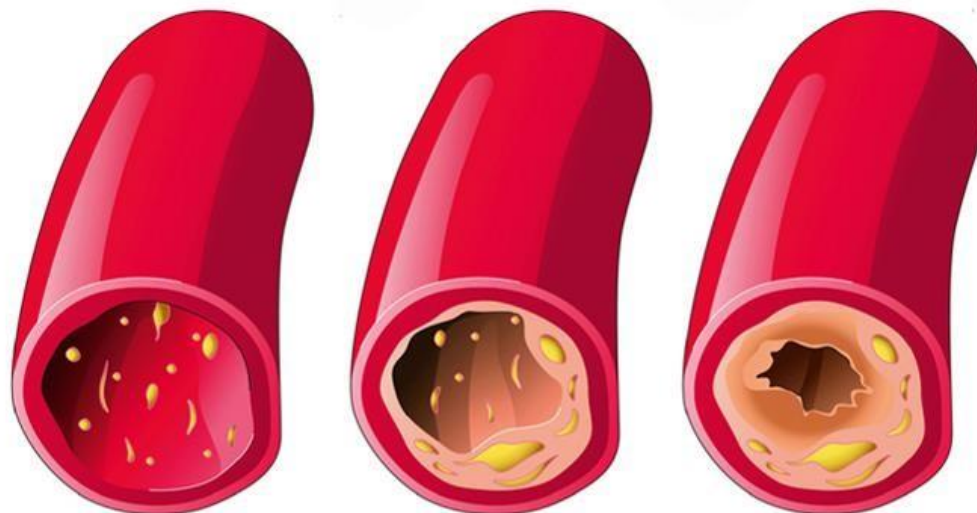
ЛВП

Лipoproteиды высокой плотности
«Хороший» холестерин
Забирает весь холестерин
из кровяного русла и уносит
в печень для переработки

ЛНП

Лipoproteиды низкой плотности
«Плохой» холестерин
Откладывается
на стенках артерий

Уровень холестерина (ХС) и развитие атеросклероза сосудов



НИЗКИЙ РИСК

< 5,0

ХС общ., ммоль/л



УМЕРЕННЫЙ РИСК

5,0–6,3

ХС общ., ммоль/л



ВЫСОКИЙ РИСК

> 6,3

ХС общ., ммоль/л

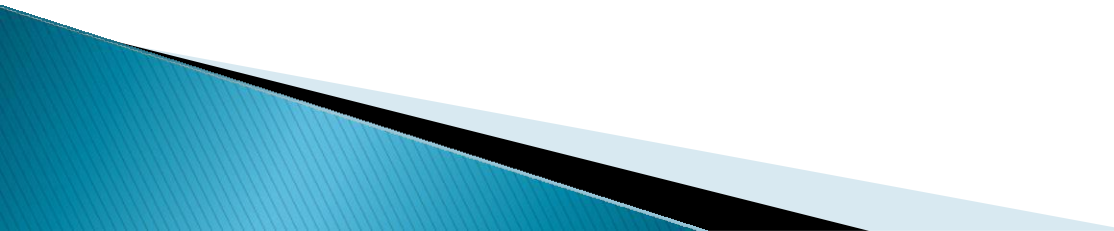
АНАЛИЗ КРОВИ НА ХОЛЕСТЕРИН

- Исследование проводится на голодный желудок. Воздерживаться от еды желательно **8–10 часов**. Допустимый предел голодания перед визитом в лабораторию – 14 часов
- **За 24 часа** до исследования необходимо **ограничить физическую нагрузку**, исключить посещение сауны
- **За 2 дня** до сдачи анализа необходимо полностью **отказаться от жирных блюд**
- **В течение 24 часов** нельзя употреблять **алкогольные напитки** даже в малых дозах

АНАЛИЗ КРОВИ НА ХОЛЕСТЕРИН

- В течение **1–2 часов** перед анализом **нельзя курить**.
- Разрешается выпить 0,5–1 ст. очищенной воды – не газированной, не сладкой
- Между процедурой и последним приемом кофеин содержащих напитков или соков, сладкого компота должно пройти минимум 6 часов
- Непосредственно перед тем, как сдавать кровь, важно посидеть примерно 15 минут. Нельзя начинать процедуру сразу после подъема по лестнице, быстрой ходьбы.
- **Рентгенографию, физиотерапевтические процедуры** необходимо проводить только **после исследования**
- Женскому полу во время менструации делать обследование не противопоказано

ВЛИЯНИЕ ЛЕКАРСТВЕННЫХ ПРЕПАРАТОВ

- Глюкокортикоиды
 - Прогестерон
 - Ретиноиды
 - Бета-блокаторы
 - Тиазидные диуретики
- 



ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ

Уровень сахара натощак	Уровень сахара через 2 часа после еды	Диагноз
3,3 – 5,5 ммоль – из пальца 4,0-6,1 ммоль – из вены	Не более 7,8 ммоль	Норма
5,5-6,1 ммоль – из пальца	Не более 7,8 ммоль	Нарушение гликемии натощак
3,3-5,5, - из пальца	От 7,8 до 11,1 ммоль	Нарушение толерантности к глюкозе
5,5-6,1 ммоль	От 7,8 до 11,1 ммоль	преддиабет
Выше 6,1 ммоль	Выше 11,0 ммоль после еды или любое измерение в течение дня, показывающее значение выше 11,0 ммоль	Сахарный диабет

ПОДГОТОВКА К ОПРЕДЕЛЕНИЮ ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ

- аналогично подготовке к анализу крови на общий холестерин.
- утром перед сдачей анализа запрещается использовать жевательную резинку и чистить зубы



ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ



Вымойте руки теплой водой с мылом и вытрите насухо



Сделайте прокол на боковой поверхности подушечки пальца



Для проведения анализа требуется совсем маленькая капля крови

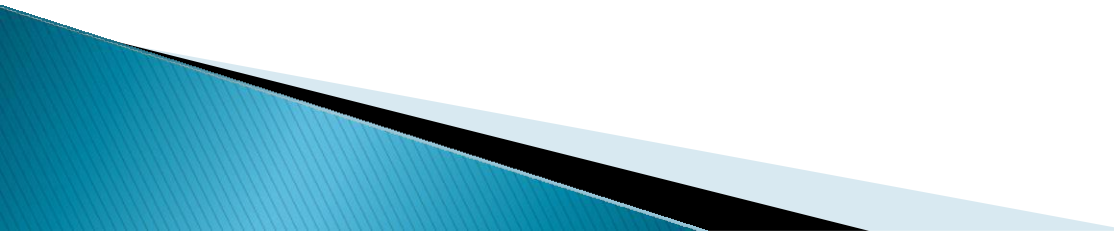


Прикоснитесь заборным кончиком тест-полоски к капле крови и дождитесь результата

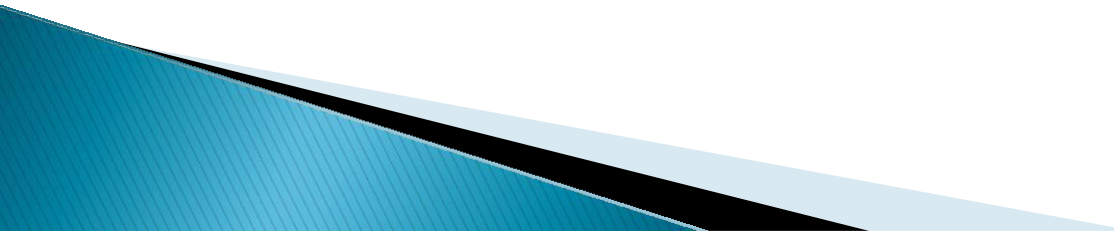


Запишите результат в дневник самоконтроля

ПОВЫШАЮТ УРОВЕНЬ ГЛЮКОЗЫ В КРОВИ

- Бета–блокаторы
 - Тиазидные диуретики
 - Блокаторы кальциевых каналов короткого действия
 - Комбинированные оральные контрацептивы
 - Глюкокортикоиды
 - Трициклические антидепрессанты.
 - Изониазид
 - Барбитураты
 - Никотиновая кислота
 - Доксциклин
 - Глюкагон
 - Соматотропин
 - Симпатикомиметики
 - Гормоны щитовидной железы
 - Диазоксид
- 

СНИЖАЮТ ИСТИННЫЙ УРОВЕНЬ ГЛЮКОЗЫ

- Сульфаниламиды
 - Этанол
 - Амфетамин
 - Пентоксифиллин
 - Тетрациклин
 - Салицилаты
 - Фентоламин
 - Циклофосфамид
- 

Гликированный гемоглобин HbA1c

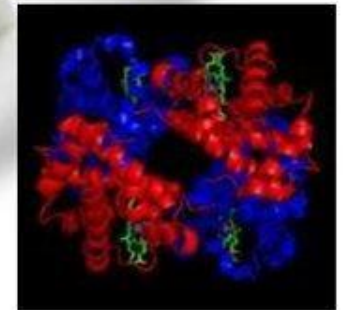


Гликированный гемоглобин отражает гипергликемию, имевшую место на протяжении периода жизни эритроцитов (до 120 суток).

Норма 4-5,6%

Сахарный диабет более 6,5%

Зона риска 5,7-6,4



ИССЛЕДОВАНИЕ АНАЛИЗА КАЛА НА СКРЫТУЮ КРОВЬ (ИММУНОХИМИЧЕСКИЙ МЕТОД)

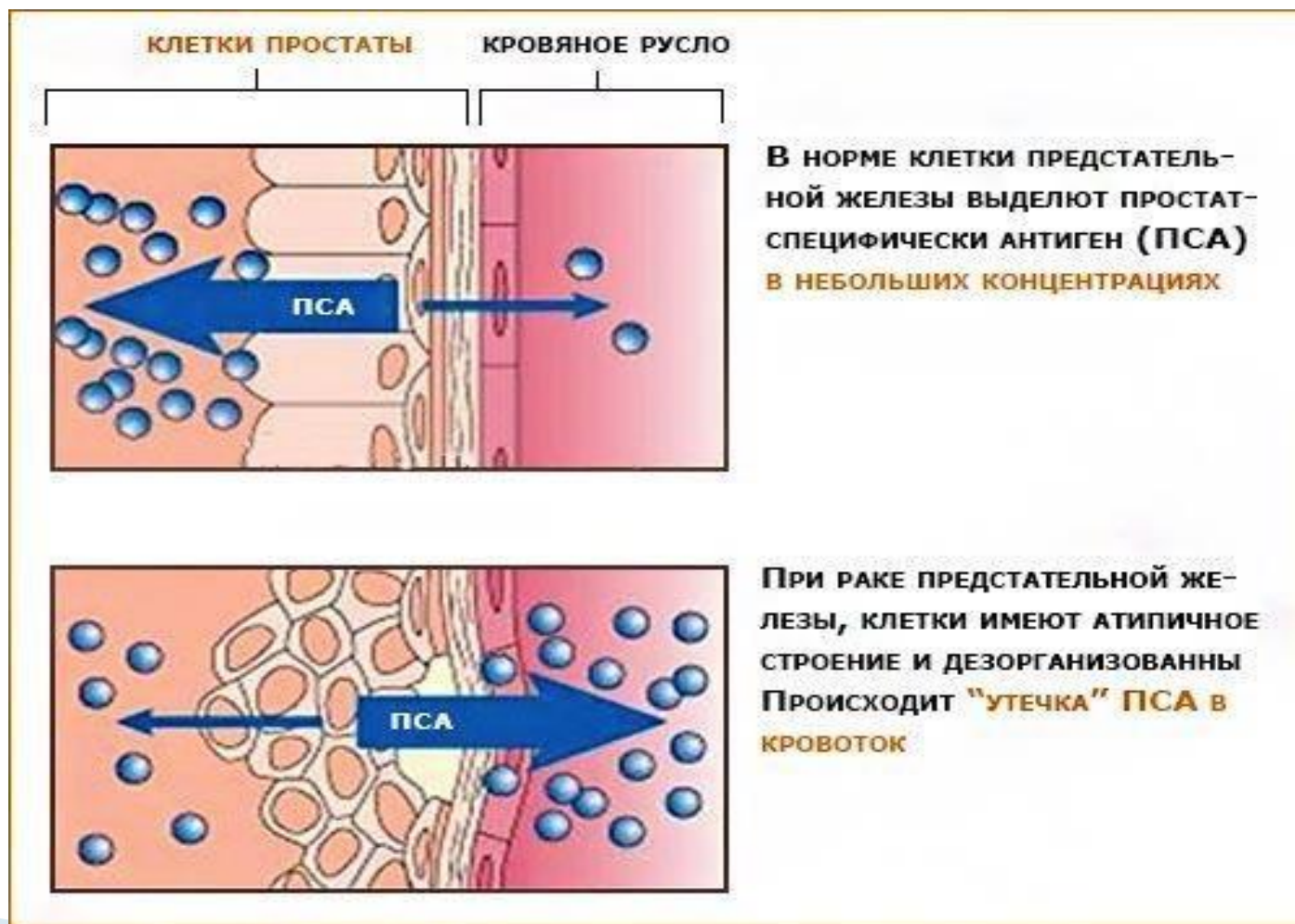
- Специальных ограничений диеты не требуется
- Исключается прием нестероидных противовоспалительных препаратов
- За 2 недели до анализа нельзя проводить колоноскопию, ректороманоскопию, очищение кишечника с помощью клизм, использование ректальных свечей
- За 24 часа до исследования необходимо заменить чистку зубов на гигиеническое ополаскивание
- Женщины не проводят анализ кала на скрытую кровь во время менструации и за 3 дня до и после нее

СБОР АНАЛИЗА КАЛА НА СКРЫТУЮ КРОВЬ

- Для сбора кала предпочтительно использовать промышленно произведенные специальные стерильные контейнеры (емкости) для биопроб, которые можно приобрести в аптеке.
- ▣ Необходимо провести туалет наружных половых органов
- Стул должен быть без клизм и слабительных средств.
- Не рекомендуется собирать кал из унитаза
- Емкость заполняют не более чем на 1/3 объема. На емкость с калом необходимо прикрепить/приклеить этикетку со своей фамилией и инициалами.



ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОСТАТСПЕЦИФИЧЕСКОГО АНТИГЕНА В КРОВИ



ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОСТАТСПЕЦИФИЧЕСКОГО АНТИГЕНА В КРОВИ

Значение нормы общего ПСА с
учетом возраста

<input type="checkbox"/> Возраст (годы)	Среднее значение (нг/мл)	Средний предел (нг/мл)	Рекомендуемый предел (нг/мл)
40-49	0,7	0,5-1,1	0-2,5
50-59	1,0	0,6-1,4	0-3,5
60-69	1,4	0,9-3,0	0-4,5
70-79	2,0	0,9-3,2	0-6,5

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОСТАТСПЕЦИФИЧЕСКОГО АНТИГЕНА В КРОВИ

- ❑ Для исследования необходима венозная кровь, натощак, в утренние часы
- ❑ За сутки исключается прием жирной, острой и пищи со специями, алкогольных напитков
- ❑ Перед непосредственной сдачей крови должны быть исключены физические и психо-эмоциональные перенапряжения
- ❑ Курение запрещено за 1–2 часа

ИССЛЕДОВАНИЕ ПРОСТАТСПЕЦИФИЧЕСКОГО АНТИГЕНА В КРОВИ

- Необходимо исключить **половые отношения** и эякуляцию **за 3 дня** перед исследованием.
- В течение **7-10 дней** до исследования необходимо исключить воздействия на предстательную железу механического характера (**ректальный осмотр, массаж простаты, клизмы, езда на лошади или велосипеде, лечение ректальными свечами**)

МАЗОК С ШЕЙКИ МАТКИ

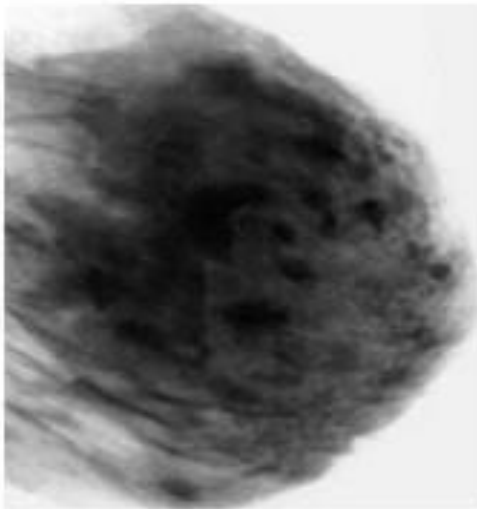


МАЗОК С ШЕЙКИ МАТКИ

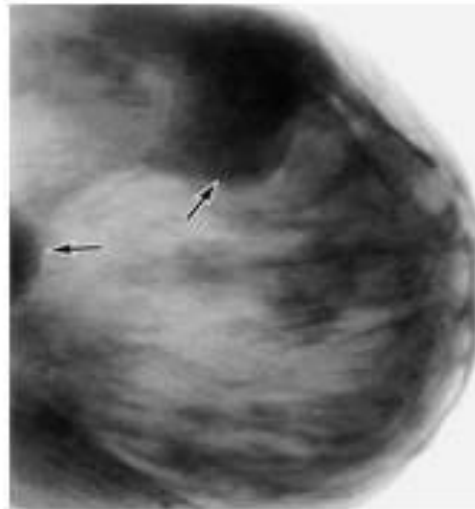
- забор мазков с шейки матки не проводится во время менструации, во время лечения инфекционно-воспалительных заболеваний органов малого таза
- необходимо исключить половые контакты в течение двух суток
- отменить любые вагинальные препараты, спермициды, тампоны и спринцевания

МАММОГРАФИЯ

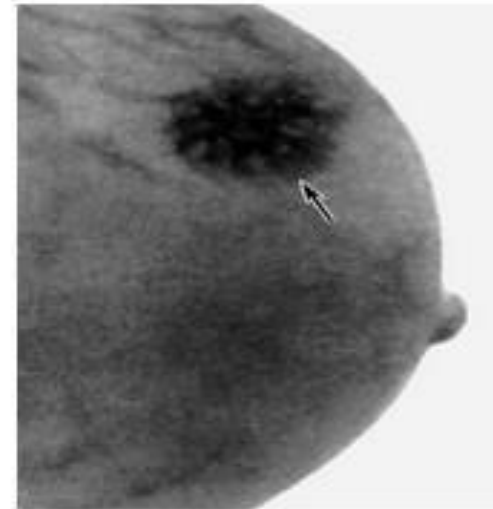
- **Скрининг-исследование** на рак молочной железы



Маммография, фото 1
Молочная железа в норме



Маммография, фото 2
Мастопатия



Маммография, фото 3
Рак молочной железы

МАММОГРАФИЯ

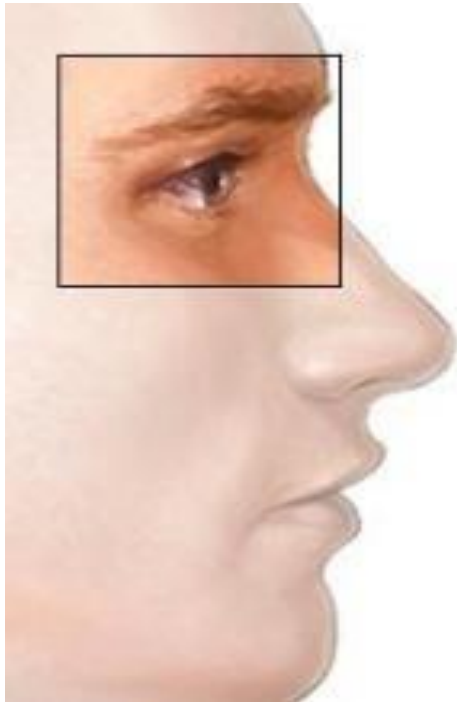
- **Скрининг-исследование** на рак молочной железы



МАММОГРАФИЯ

- В промежуток **от шестого до двенадцатого** дня менструального цикла (отсчёт проводится от первого дня кровотечения)
- В **период климакса**, при отсутствии менструаций, исследование может быть проведено **в любой день**
- **За два дня** до процедуры желательно **исключить** из меню кофе, энергетические напитки.
- В день проведения маммографии женщине **нельзя пользоваться дезодорантами** для подмышечной зоны, лосьонами для тела, кремами
- Если имеются импланты в груди, необходимо предупредить врача

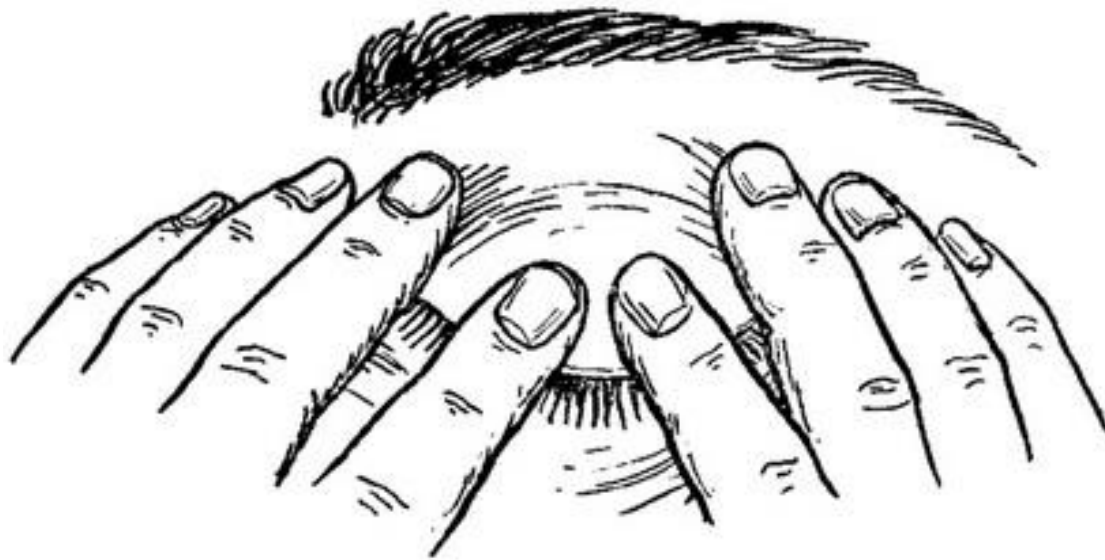
ИЗМЕРЕНИЕ ВНУТРИГЛАЗНОГО ДАВЛЕНИЯ



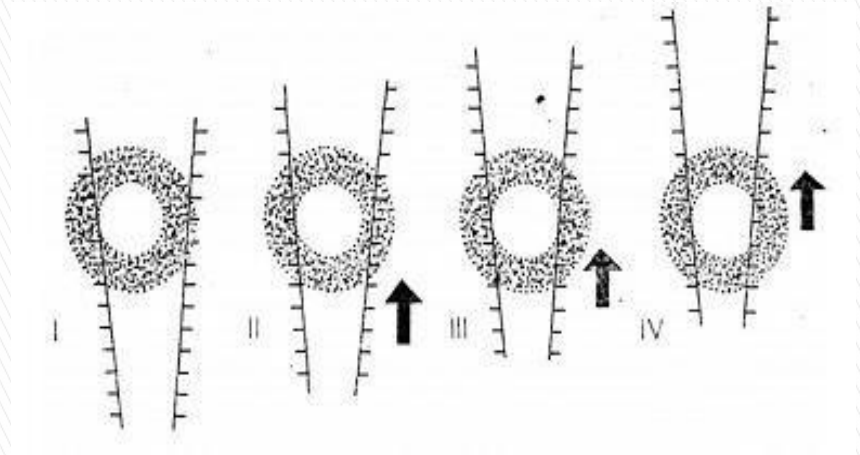
Внутриглазное давление – давление, под которым внутриглазная жидкость находится внутри замкнутой полости глазного яблока.

ИЗМЕРЕНИЕ ВНУТРИГЛАЗНОГО ДАВЛЕНИЯ

Пальпаторный метод



Исследование глазного давления по Маклакову



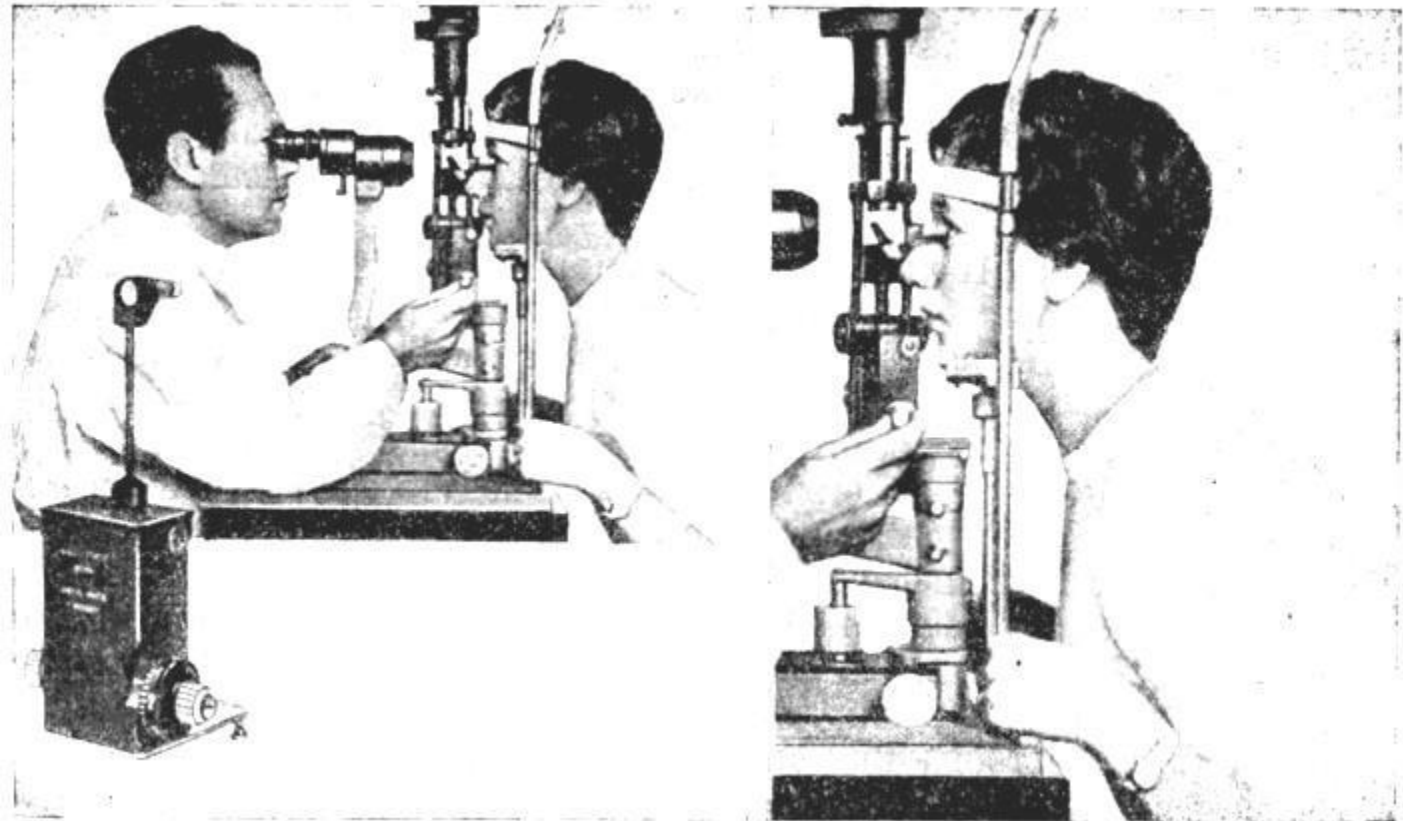
Нормой считается значение до 28 мм. рт.ст.



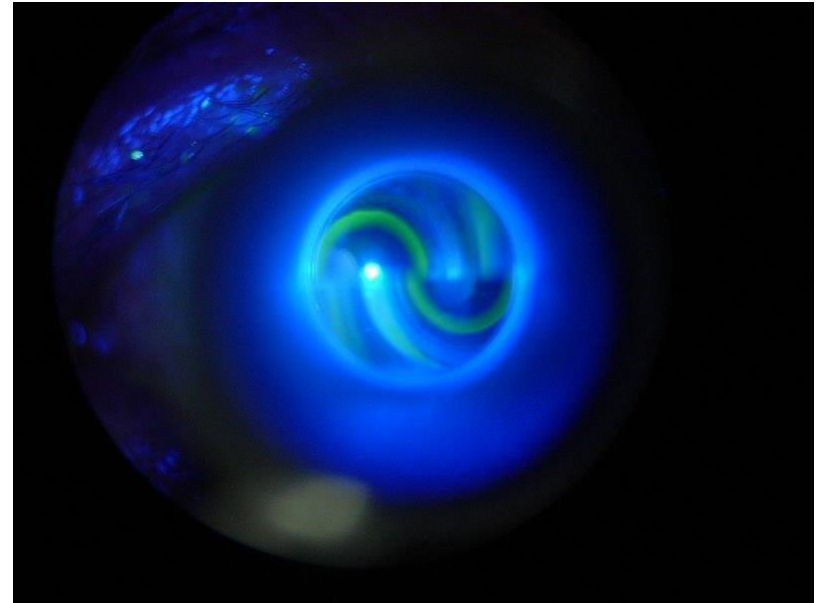
1972
MADE IN U.S.A.
100% COTTON



Аппланационный метод (тонометрия Гольдмана)



Аппланационный метод (тонометрия Гольдмана)



Индикатор внутриглазного давления ИГД – 02 diathera



Норма до 22–23 мм.рт.ст.


БЕСКОНТАКТНЫЙ МЕТОД



ПОДГОТОВКА К ИССЛЕДОВАНИЮ

- Перед проведением обследования следует снять контактные линзы.
- Следует ослабить или снять любую одежду, стесняющую вас в области шеи. При давлении на шейные вены может повыситься внутриглазное давление.
- За 12 часов до обследования следует отказаться от алкоголя, а за 4 часа – не выпивать более двух чашек жидкости

ПОСЛЕ ПРОЦЕДУРЫ

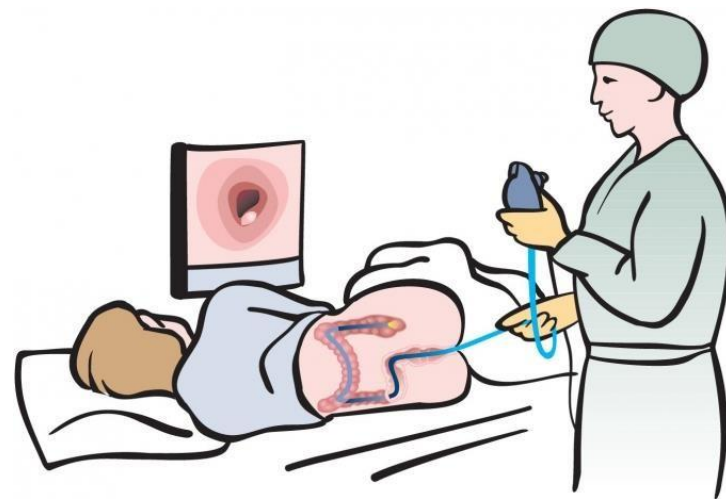
1. Действие обезболивающих капель и красителя проходит в течение 20 минут. Важно в этот период не тереть глаз.
 2. Необходимо обратиться к врачу, если возник дискомфорт в глазах:
 - Жжение
 - Чрезмерный зуд
 - Опухание
 - Розовый или красноватый цвет глаз, который не проходит
 - Ухудшение зрения
- 

ПОДГОТОВКА К ЭЗОФАГОГАСТРОСКОПИИ

- За 3 суток до исследования нужно отменить орехи, шоколад, семечки, спиртные напитки, а также соусы и приправы
- Во второй половине дня накануне исследования не стоит переедать, ужин должен быть легким, не позже чем за 12 часов до исследования, которое назначается утром натощак или в первой половине дня.
- С утра для подготовки к исследованию нужно хорошо почистить зубы (если нет кровоточивости десен), при этом стараться не проглотить зубную пасту. Нельзя использовать жевательную резинку.
- **Запрещен любой прием пищи.** При жажде можно выпить стакан воды, но не позже, чем за три часа до процедуры. Все другие жидкости (молоко, кефир) запрещены.
- Очень важно утром накануне исследования воздержаться от сигарет, не использовать духи, одеколон и т.п.
- В том случае, если пациенту прописан утренний прием лекарств, имеется аллергия на местные анестетики, нужно предупредить врача заранее

КОЛОНОСКОПИЯ

медицинский
эндоскопический
диагностический
метод, во время
которого врач
осматривает и
оценивает состояние
внутренней
поверхности толстой
кишки при помощи
эндоскопа



ДИЕТА ПЕРЕД КОЛОНОСКОПИЕЙ

Исключаем

- овощи (морковь, свекла, капуста, репа, редиска, лук, чеснок)
- травы (щавель или шпинат)
- каши, но не все (овсянку, пшеничную, перловку)
- бобовые (горох, фасоль, чечевица, бобы)
- фрукты (персик, яблоко, грушу, бананы, мандарины, виноград, сухофрукты)
- орехи всех сортов
- ягоды любые
- ржаной хлеб, любые изделия из ржаной муки
- газированные напитки
- молочная продукция (кроме кисломолочной)

БЕСШЛАКОВАЯ ДИЕТА

Легко усваиваемая, рафинированная пища, почти не содержащая неперевариваемых веществ⁵

РАЗРЕШАЕТСЯ:

- **мучные изделия и каши:** белый хлеб из обогащенной очищенной муки высшего сорта, сдоба, бисквит, баранки (бублики) — без мака, простые крекеры (без добавок), овсяная каша, вермишель и лапша из муки высшего сорта, в том числе белый рис
- **мясо и супы:** супы на нежирном мясном бульоне, различные, хорошо приготовленные, блюда из нежирной говядины, телятины; куры в отварном виде, также в виде котлет, фрикаделек, суфле; яйцо
- **рыба:** блюда из трески, судака, окуня, щуки (нежирные сорта рыбы!)
- **молочные продукты:** нежирный творог, сыры, натуральный йогурт (без добавок!), не более двух стаканов обезжиренного молока
- **овощи:** овощные отвары, картофель (без кожуры!)
- **фрукты и напитки:** мусс, ½ банана, персик, дыня; чай, некрепкий кофе, компоты, кисели и соки, желативно прозрачные (без мякоти, сухофруктов, ягод и зерен!)
- **сладкое:** сахар, мед, сироп

Прием постоянно употребляемых препаратов

- в день исследования за 3–4 часа до его начала возможен прием постоянно употребляемых препаратов (сердечно-сосудистых, снижающих давление, гормонов, сахароснижающих препаратов при диабете)
- противопоказаний для приема вышеуказанных препаратов в дни накануне колоноскопии нет
- в случае приема других препаратов рекомендуется проконсультироваться с врачом о возможности их применения в день исследования

ИСКЛЮЧИТЬ:

- **все зерносодержащие продукты** (цельное зерно, продукты с содержанием размельченных зерен, орехов, мака, кокосовой стружки и т.д.)
- **все свежие и сушеные овощи и фрукты**, изюм и ягоды, все разновидности зелени (петрушка, укроп, салат, кинза, базилик и т.п.)
- **щи и борщи из капусты**, а также **капусту** в любом виде (как свежую, так и прошедшую кулинарную обработку)
- **молочные супы**, супы-крем, окрошку
- **жирные сорта мяса**, мясо утки, гуся
- **копчености и соленья**, колбасы, сосиски
- **консервы**
- **жирные сорта рыбы**
- **соленые и маринованные грибы**
- **молочные продукты** (йогурт, содержащий наполнители (фрукты, мюсли), пудинг, сливки, сметана, мороженое, жирный творог)
- **острые приправы** (хрен, перец, горчица, лук, уксус, чеснок), а также все приправы (соусы) с зернами, травами
- **алкогольные напитки**, квас, газированную воду, напитки из чернослива
- **сладости**, не включенные в перечень разрешенных
- **бобовые**, горох, чечевицу и др.
- **черный хлеб**

РАЗРЕШАЮТСЯ

- Бульоны
- Манная каша
- Яйцо
- Отварное мясо или рыба
- Сыр
- Сливочное масло

Завтрак: каша из отварного на нежирном молоке овсяных хлопьев, стакан чая каркаде

Обед: бульон овощного супа с двумя сухими крекерами, стакан не газированной минералки

Ужин: Стакан нежирного йогурта с ложкой меда.

Полдник: стакан зеленого чая

СТАНДАРТНАЯ ПОДГОТОВКА

- Накануне колоноскопии и в день проведения исследования разрешается прием только жидкой пищи – кипяченая вода, бульон, чай.
- Накануне колоноскопии в 14–15 часов необходимо принять 30–40 граммов касторового масла (2 столовые ложки).
- После самостоятельного стула необходимо сделать 2 клизмы по 1,5 литра обычной, комнатной температуры, водой. Клизмы делают в 20 и 21 час.



СТАНДАРТНАЯ ПОДГОТОВКА

- Утром в день колоноскопии (обычно в 6 и 7 часов утра) необходимо сделать еще **2 очистительные клизмы**, но обязательно до «чистой» воды.
- В дни подготовки к колоноскопии возможен прием необходимых лекарств **за исключением препаратов железа и активированного угля**

ПРЕПАРАТЫ ДЛЯ АЛЬТЕРНАТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ




АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ПОДГОТОВКА

- Накануне колоноскопии разрешается завтрак до 12 дня (манная каша, йогурт, яичница, чай).
- После 12.00 разрешается прозрачный бульон, чай, кипяченая вода.


ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ПАЦИЕНТА ПЕРЕД КОЛОНОСКОПИЕЙ

 3-й день перед процедурой



 2-й день перед процедурой



 День накануне процедуры



ПОДГОТОВКА К ПРОЦЕДУРЕ ПРЕПАРАТОМ ФОРТРАНС®

Одна аптечная упаковка ФОРТРАНС® содержит 4 пакетика.
При весе пациента до 80 кг используется 3 пакетика, при большей массе необходимо использовать все 4 пакета.



«легкий»
обед за 2 часа
до приема ФОРТРАНС®



1 пакетик ФОРТРАНС®
растворить
в 1 литре воды

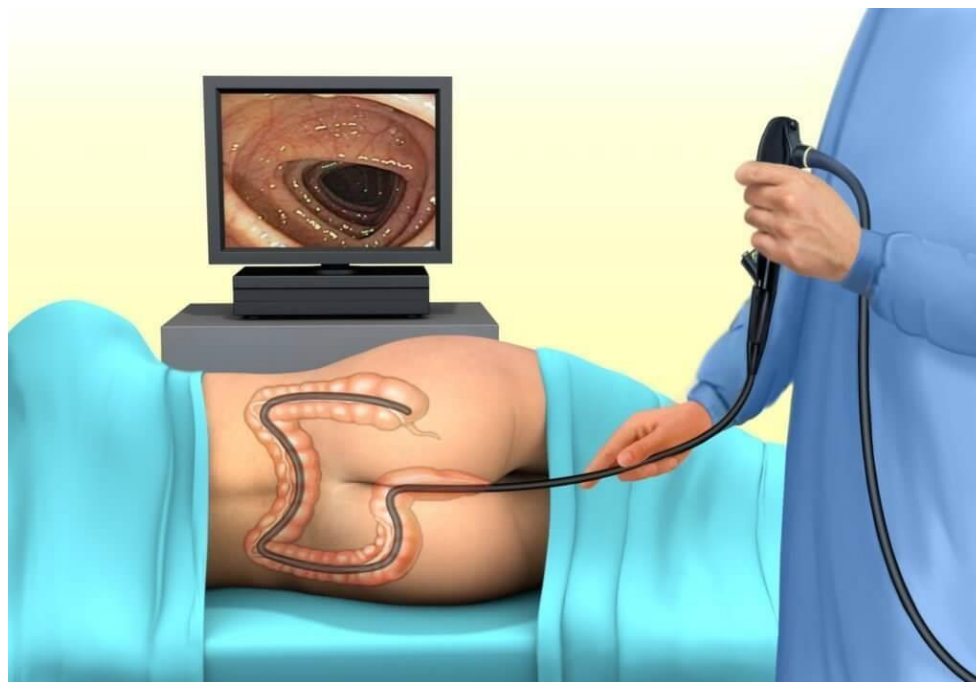


принимать 3 литра
раствора ФОРТРАНС®
в течение 4 часов
(1 стакан в 20 мин.)

АЛЬТЕРНАТИВНАЯ ПОДГОТОВКА



- ❑ В день колоноскопии с 6 до 8 часов утра выпивается еще 1 литр раствора из расчета 1 пакетик на 1 литр воды
- ❑ После приема последней дозы препарата стул прекращается через 1–2 часа
- ❑ Проведение колоноскопии возможно не ранее чем через 4 часа после последнего приема препарата



Подготовка толстой кишки к колоноскопии



Отличная



Нормальная



Плохая



Отсутствует

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ



**Полип
толстой кишки**



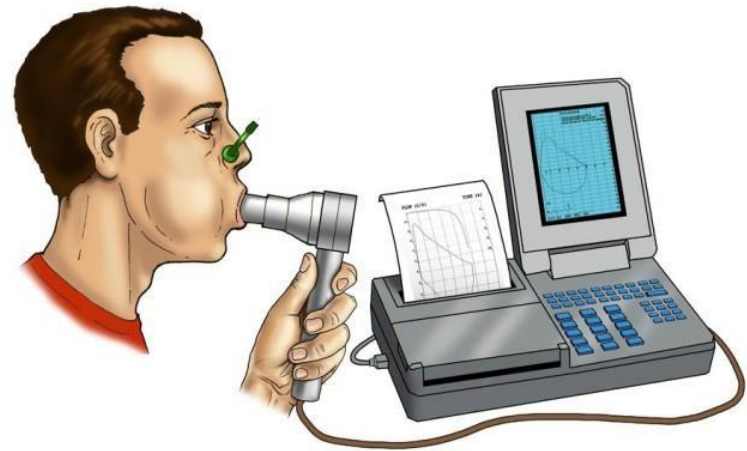
**Дивертикула
толстой кишки**



**Рак
толстой кишки**

ПОДГОТОВКА К СПИРОМЕТРИИ

- Спирометрия (является наиболее распространенным из результатов легочных функциональных тестов. Она измеряет функцию легких, в частности количество (объем) и/или скорость (поток) воздуха, который можно вдохнуть и выдохнуть

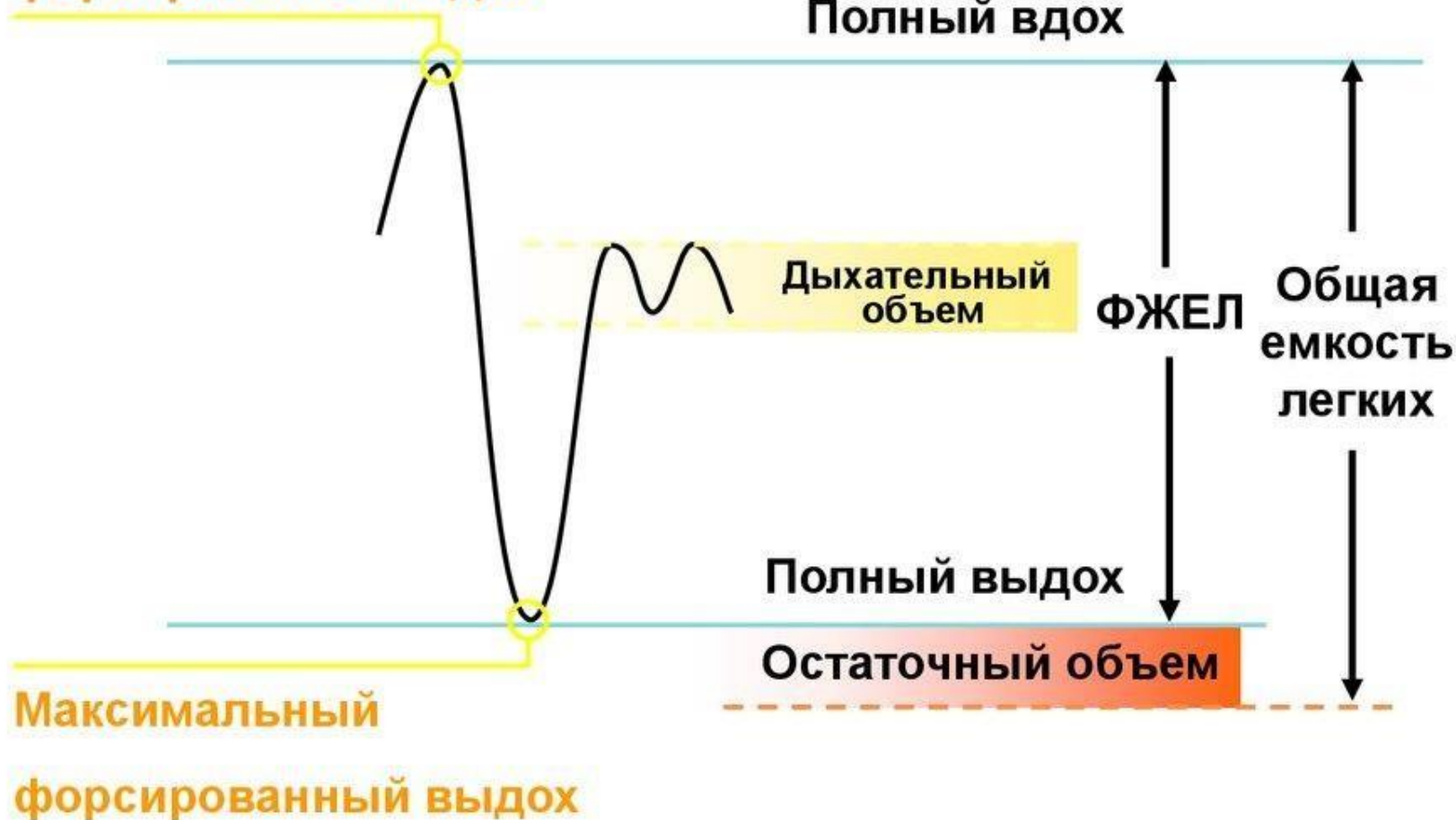


Спирометрия: легочные объемы



Максимальный

форсированный вдох



ПОДГОТОВКА К СПИРОМЕТРИИ

- Курение пациента должно быть исключено как минимум за 1 час, употребление алкоголя – за 4 ч до исследования, значительные физические нагрузки – за 30 мин до исследования
- Одежда пациента не должна стягивать грудную клетку и живот
- Процедуру проводят после 10–15 минут покоя в положении сидя
- В течение 2 ч перед исследованием не рекомендуется обильный прием пищи
- При использовании ингаляционных препаратов необходима консультация с врачом.
- При наличии у пациента съемных зубных протезов не рекомендуется снимать их перед исследованием, чтобы не нарушать геометрию ротовой полости

МЕТОДИКА ПУЛЬСОКСИМЕТРИИ

- Способность гемоглобина в зависимости от его оксигенации в разной степени поглощать свет определенной длины волны при прохождении этого света через участок ткани (оксиметрия)



МЕТОДИКА ПУЛЬСОКСИМЕТРИИ

- ❑ Перед тем как применять пульсоксиметр, нужно проверить уровень зарядки батарей. Если уровень заряда низкий, необходимо его зарядить
- ❑ Включить пульсоксиметр, подождать несколько секунд, пока он завершит самотестирование
- ❑ Закрепить датчик на пальце пациента так, чтобы фиксация была надежной, но отсутствовало излишнее давление;
- ❑ Подождать 5-20 секунд пока пульсоксиметр выведет на дисплей данные по сатурации и пульсу:
 - норма – 95% и более
 - 1 степень – 90-94%
 - 2 степень – данные менее 75%
 - гипоксемическая кома – менее 60%

МЕТОДИКА ПУЛЬСОКСИМЕТРИИ

- ❑ яркий внешний свет и движения могут нарушать работу прибора
- ❑ неправильное расположение датчика
- ❑ анемия требует более высоких уровней кислорода для обеспечения транспорта кислорода. При значениях гемоглобина ниже 50 г/л может отмечаться 100% сатурация крови даже при недостатке кислорода
- ❑ отравление угарным газом (высокие концентрации карбоксигемоглобина могут давать значение сатурации около 100%);
- ❑ красители, включая лак для ногтей, могут спровоцировать заниженное значение сатурации
- ❑ сердечные аритмии могут нарушать восприятие пульсоксиметром пульсового сигнала

ТЕСТ С 6-МИНУТНОЙ ХОДЬБОЙ

- Измерение дистанции ходьбы с поворотами по длинному прямому коридору (≥ 30 м), в собственном темпе пациента
- Позволяет оценить толерантность к физической нагрузке



МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ТЕСТА

- Ставится задача пройти как можно большую дистанцию за 6 минут в собственном темпе, после чего пройденное расстояние регистрируется
- Обследуемому пациенту разрешено замедлять темп и останавливаться во время теста, но при наличии возможности следует сразу возобновлять ходьбу, поскольку секундомер при этом не останавливается
- Прекратите тест немедленно, если у пациента возникает: боль за грудиной, тяжелая одышка, боль или спазм мышц нижних конечностей, нарушение равновесия (устойчивости), профузный пот, внезапная бледность
- Пациент не должен выполнять интенсивные физические нагрузки в течение 2 ч перед тестом

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЙ КЛАСС СЕРДЕЧНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТИ

- 0 ФК – более или равно 551 метра
- I ФК > 550 метров
- II ФК – 426–550 метров
- III ФК – 301–425 метров
- IV ФК < 150 метров

Если дистанция, пройденная при тесте с 6-минутной ходьбой составляет менее 550 м, пациент направляется для проведения эхокардиографии на 2 этап углубленной диспансеризации