

MAJOWE DNI ASTMY

czyli prawie wszystko o programie profilaktyki chorób odtytoniowych, w tym o programie przewlekłej obturacyjnej choroby płuc (POChP)

PROGRAM PROFILAKTYKI CHORÓB ODTYTONIOWYCH

Palenie tytoniu jest chorobą przewlekłą, a popularność tego nalogu doprowadziła w Polsce do epidemii chorób odtytoniowych oraz znacznego pogorszenia się stanu zdrowia społeczeństwa polskiego. Nasz kraj znajduje się w światowej czołówce państw o wysokim wskaźniku umieralności na chorobę nowotworową płuc, występującą prawie wyłącznie u palaczy tytoniu. Aż 40% przedwczesnych zgonów mężczyzn spowodowanych jest schorzeniami wywołanymi paleniem tytoniu, a corocznie z powodu schorzeń odtytoniowych umiera przedwcześnie łącznie około 50 tysięcy Polaków. Największe zagrożenie wynika z tego, że objawy chorobowe, występują zwykle po długim okresie bezobjawowym.

PROGRAM PROFILAKTYKI CHORÓB ODTYTONIOWYCH – W TYM PROGRAM PRZEWLEKŁEJ OBTURACYJNEJ CHOROBY PŁUC – ETAP PODSTAWOWY

Jednym z najczęściej występujących schorzeń u wieloletnich palaczy papierosów jest **przewlekła obturacyjna choroba płuc (przewlekłe zapalenie oskrzeli i rozedma płuc)**. Często jej jedynym objawem przez wiele lat jest przewlekły kaszel. POChP prowadzi do niedotlenienia organizmu, a w niektórych przypadkach nawet do śmierci.

Dlatego każdy palacz papierosów pomiędzy 40. a 65. rokiem życia powinien sprawdzić, czy jego płuca zachowują zdrowie, czy też starzeją się przedwcześnie. Najlepszym sposobem na sprawdzenie rezerwy czynnościowych naszych płuc jest badanie spirometryczne. Badanie to jest proste, niebolesne i trwa około pięciu minut, polega na oddychaniu do aparatu mierzącego pojemność płuc i szybkość wydechu. Nieprawidłowy wynik spirometrii oznacza potrzebę wykonania badania lekarskiego i rozpoczęcia leczenia, dzięki któremu można wrócić do zdrowia.

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ Z PROGRAMU?

- program profilaktyki chorób odtytoniowych: kierowany jest do palących papierosy osób powyżej 18. roku życia
- program profilaktyki przewlekłej obturacyjnej choroby płuc: dotyczy osób pomiędzy 40. a 65. rokiem życia, które nie miały wykonywanych badań spirometrycznych w ramach etapu programu w ciągu ostatnich 36 miesięcy i u których nie zdiagnozowano wczesnej, potwierdzonej badaniem spirometrycznym, przewlekłej obturacyjnej choroby płuc, przewlekłego zapalenia oskrzeli lub rozedmy płuc.

UWAGA! Pacjent, który nie spełnia warunków programu również może skorzystać z bezpłatnego badania spirometrycznego w ramach ubezpieczenia w NFZ. W tym celu powinien zgłosić się do lekarza specjalisty, który wyda odpowiednie skierowanie.

GDZIE WYKONAĆ BADANIA? w zakładach podstawowej opieki zdrowotnej, które podpisały z NFZ umowę na realizację programu. Lista placówek

realizujących badania w ramach programu dostępna jest w Śląskim Oddziale Wojewódzkim NFZ oraz na stronie internetowej www.nfz-katowice.pl.

JAK WYKONAĆ BADANIA? wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić na wizytę telefonicznie. Program obejmuje:

- zapoznanie pacjenta z założeniami programu
- zebranie wywiadu dotyczącego palenia (informacje na temat wieku rozpoczęcia palenia, liczby lat palenia, liczby wypalanych dziennie papierosów, liczby dotychczasowych prób zaprzestania palenia i czasu ich trwania, chęci zaprzestania palenia oraz wiary pacjenta w sukces), a także przeprowadzenie zmodyfikowanego testu oceny wielkości uzależnienia od tytoniu
- u osób kwalifikujących się do profilaktyki POChP – wypełnienie ankiety o stanie zdrowia
- wykonanie badań lekarskich i diagnostycznych, takich jak pomiar masy ciała, wzrostu, ciśnienia tętniczego krwi oraz – u osób kwalifikujących się do profilaktyki POChP – badania spirometrycznego
- edukację antytytoniową, dotyczącą skutków zdrowotnych palenia tytoniu (również biernego)
- poradę antytytoniową wraz z zaplanowaniem terapii odwykowej (dla pacjentów chcących rzucić palenie w ciągu najbliższych 30 dni), a w przypadku braku motywacji do zaprzestania palenia – zidentyfikowanie powodu
- prowadzenie terapii odwykowej zgodnie z ustalonym schematem postępowania
- u osób kwalifikujących się do profilaktyki POChP – kwalifikacja do grupy ryzyka POChP z zaleceniem ponownego zgłoszenia się do programu po 36 miesiącach w razie kontynuacji palenia.

CO DALEJ: w przypadku niepowodzenia terapii odwykowej pacjentów ze średnim i wysokim stopniem motywacji do rzucenia palenia, a także wszystkie palące kobiety w ciąży, kieruje się do etapu specjalistycznego programu profilaktyki chorób odtytoniowych.

W sytuacji ujawnienia nieprawidłowych wyników przeprowadzonych badań, pacjent kierowany jest na dalszą diagnostykę lub leczenie do odpowiedniego lekarza specjalisty.

PROGRAM PROFILAKTYKI CHORÓB ODTYTONIOWYCH – PALENIE JEST ULECZALNE – ETAP SPECJALISTYCZNY

KTO MOŻE SKORZYSTAĆ Z PROGRAMU?

Etap specjalistyczny programu kierowany jest do osób uzależnionych od palenia tytoniu, **które skierowane zostały z etapu podstawowego**, realizowanego przez lekarza podstawowej opieki zdrowotnej lub z oddziału szpitalnego, a także dla zgłaszających się bez skierowania.

GDZIE WYKONAĆ BADANIA? w zakładach opieki zdrowotnej, które podpisały z NFZ umowę na realizację programu. Lista placówek realizujących badania w ramach programu dostępna jest w Śląskim Oddziale Wojewódzkim NFZ oraz na stronie internetowej www.nfz-katowice.pl.

JAK WYKONAĆ BADANIA? wystarczy zgłosić się osobiście lub umówić na wizytę telefonicznie.

Etap specjalistyczny programu obejmuje:

- zapoznanie pacjenta z założeniami programu
- zebranie wywiadu dotyczącego palenia (informacje na temat wieku rozpoczęcia palenia, liczby lat palenia, liczby wypalanych dziennie papierosów, liczby dotychczasowych prób zaprzestania palenia i czasu ich trwania, chęci zaprzestania palenia oraz wiary pacjenta w sukces)
- w przypadku osób skierowanych z etapu podstawowego – ocena informacji o pacjencie, zebranych podczas etapu podstawowego oraz ich aktualizacja
- przeprowadzenie testu Fagerstroma
- przeprowadzenie testu motywacji do zaprzestania palenia
- ocenienie stopnia depresji (wg skali Becka)
- ocenienie objawów abstynencji
- wykonanie badań lekarskich i diagnostycznych, takich jak pomiar masy ciała, wzrostu, ciśnienia tętniczego krwi, badania na oznaczenie tlenu węgla w wydychanym powietrzu oraz – w przypadku osób pomiędzy 40. a 65. rokiem życia, u których nie wykonywano badań spirometrycznych w ramach profilaktyki POChP i nie zdiagnozowano wcześniej przewlekłej obturacyjnej choroby płuc, przewlekłego zapalenia oskrzeli lub rozedmy w ciągu ostatnich 36 miesięcy – badania spirometrycznego lub RTG klatki piersiowej
- przeprowadzenie wywiadu dotyczącego chorób współistniejących
- edukację antytytoniową, ustalenie wskazań i przeciwwskazań do terapii grupowej oraz farmakoterapii
- zaplanowanie schematu leczenia i jego realizacja

Pacjent ma jednocześnie możliwość skorzystania z porady telefonicznej w Poradni Pomocy Palącym oraz uzyskania wsparcia podczas leczenia przez specjalistów tej poradni.

TERAPIA INDYWIDUALNA

Terapia prowadzona jest przez ok. 3 miesiące w cyklu do 10 spotkań. Badania kontrolne odbywają się po trzech, sześciu i dwunastu miesiącach od rozpoczęcia terapii.

TERAPIA GRUPOWA

Do terapii grupowej kwalifikowani są pacjenci:

- z przeciwwskazaniami do farmakoterapii

- ze słabszą motywacją do rzucenia palenia
- z chęcią przystąpienia do terapii grupowej

Grupa liczy od 10 do 12 osób. Psychoterapia prowadzona jest przez ok. 3 miesiące (zalecany jest cykl 10 spotkań: 1 spotkanie w tygodniu. Celem spotkań jest wzmocnienie motywacji, opracowanie indywidualnego planu rzucenia palenia, nauka nowych zachowań, interakcji grupowych oraz podtrzymanie chęci niepalenia, a także ćwiczenia relaksacyjne. Badania kontrolne odbywają się po trzech, sześciu, a następnie po dwunastu miesiącach od rozpoczęcia terapii.

FARMAKOTERAPIA

Do farmakoterapii kwalifikowane są osoby:

- palące silnie uzależnione od nikotyny
- ze schorzeniami, w których kontynuacja palenia stanowi zagrożenie dla życia i zdrowia (w szczególności po zawale mięśnia sercowego, z POChP, po leczeniu raka krtani, w trakcie chemioterapii)
- bez przeciwwskazań do farmakoterapii

Farmakoterapia obejmuje 3 porady obowiązkowe (porada wstępna i 2 porady kontrolne, w razie potrzeby rozszerzone do dwóch dodatkowych porad kontrolnych) i 3 porady kontrolne przeprowadzane odpowiednio po trzech, sześciu i dwunastu miesiącach od rozpoczęcia leczenia.

Porady kontrolne przeprowadzane po trzech, sześciu i dwunastu miesiącach obejmują:

- wywiad dotyczący zaprzestania palenia
- badanie masy ciała i ciśnienia krwi
- badanie tlenu węgla w wydychanym powietrzu
- edukację pacjenta i wsparcie psychiczne

UWAGA!!!! ETAPEM SPECJALISTYCZNYM PROGRAMU PALACZ MOŻE BYĆ OBJĘTY TYLKO RAZ!

Podstawa prawna:

1. Ustawa z dnia 27 sierpnia 2004 roku o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (tekst jednolity z 2015 roku, Dz.U. poz.581 z późn. zm.)
2. Zarządzenie nr 84/2014DSOZ Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia z dnia 16 grudnia 2014 roku w sprawie określenia warunków zawierania i realizacji umów w rodzaju profilaktyczne programy zdrowotne

SZCZEGÓŁOWE INFORMACJE NA TEMAT PROGRAMÓW PROFILAKTYCZNYCH:

Śląski Oddział Wojewódzki NFZ w Katowicach
ul. Kossutha 13, telefon: 32 735 16 00
strona internetowa: www.nfz-katowice.pl

KOLEJNE WYDANIE UKAŻE SIĘ 20 MAJA 2016 ROKU. SZUKAJ NAS W PIĄTKOWYM WYDANIU GAZETY!

NFZ

Narodowy Fundusz Zdrowia
Śląski Oddział Wojewódzki w Katowicach

ul. Kossutha 13, 40-844 Katowice

infolinia całodobowa

tel. 801 002 903 – numer dla dzwoniących w kraju
tel. 32 790 09 03 – numer dla dzwoniących z zagranicy i z telefonów komórkowych

bezpłatna infolinia kolejkowa
tel. 800 800 008

Sekcja Obsługi Ubezpieczonych
tel. 32 735 16 00

Informacja Działu ds. Środków Pomocniczych
i Przedmiotów Ortopedycznych
tel. 32 735 16 00

Biuro Działu Skarg i Wniosków
tel. 32 735 05 45

www.nfz-katowice.pl

Informacja Działu Lecznictwa Uzdrawiskowego
tel. 32 735 05 22

Dyrektwa transgraniczna
tel. 32 735 16 16

Konsultant ds. poszkodowanych w misjach
poza granicami państwa - dotyczy służb
mundurowych
tel. 32 735 19 87, 32 735 16 51

www.nfz.gov.pl