

Эффективная коммуникация «медицинский работник - пациент или его родственники»

**В настоящее время достаточно много говорится
об обязанностях медицинского работника
и правах пациента.**

Медицинский персонал должен придерживаться морально-этических норм и правил в процессе профессиональной деятельности.

Общение медработника с пациентом, его родными и близкими требует проявления профессионализма, внимательности и ответственности. Персонал должен уметь устанавливать профессиональный контакт и общаться с



**Юлия Витальевна
ЧЕРЕПОВСКАЯ,**

главная медицинская сестра,
КГБУЗ «Шипуновская
центральная районная
больница»,
член ПАСМР с 2008 года



Уважаемые коллеги!

От имени АРОО «Профессиональная ассоциация средних
медицинских работников» примите самые сердечные
поздравления с профессиональным праздником –

Днем медицинского работника!

Своей ежедневной работой вы вносите огромный вклад
в сохранение величайших ценностей,
дарованных человеку – его жизни и здоровья!

Ваша профессиональная забота и внимание позволяют
пациентам вновь обрести уверенность в себе, а душевная
доброта и милосердие лечат порой лучше всяких лекарств.

Искренне желаем всем медицинским работникам
крепкого здоровья, благополучия, оптимизма, новых успехов
и свершений в благородном деле служения людям!

Огромное спасибо вам за спасенные жизни,
за верность и любовь к избранной профессии!

С уважением,
Президент АРОО ПАСМР
Г.И. Мамонтова



19 июня 2022 год

пациентами, в том числе с имеющими нарушения речи, слуха, зрения, как при их непосредственном обращении в поликлинику, так и по телефону.

Особое значение в медицинской профессии приобретают такие общечеловеческие нормы общения, как умение уважать и внимательно выслушать пациента, продемонстрировать заинтересованность в содержании беседы и мнении больного, правильное и доступное построение речи. **Владение навыками эффективного общения позволяет медработнику выстраивать доверительные отношения с пациентом и его семьей.**

Используя в диалоге с пациентами и их родственниками эффективные коммуникации, медицинские работники достигают наивысшего доверия пациента, что позволяет ему чувствовать себя спокойно в их руках.



Советы медицинской сестры

Уважаемые пациенты, во избежание случайных, не нужных, а порой и непонятных для нас с вами конфликтов, **предлагаем соблюдать взаимопонимание и обязанности**, которые прописаны в Федеральном законе РФ №323 от 21.11.2011 года «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», где глава 4 посвящена правам и обязанностям граждан в сфере здравоохранения и подробно разъясняет обязанности пациента.

Попробуем подробнее рассмотреть, что указано в данных нормах права.

1. Забота о здоровье.

Граждане обязаны заботиться о сохранении своего здоровья.

2. Обязанности по прохождению медосмотров и обследований.

В соответствии со статьей 27 Закона «Об основах охраны здоровья» некоторые категории граждан также обязаны проходить медицинские осмотры.

Работники, отказывающиеся от прохождения медицинских осмотров, не допускаются к работе.

3. Прохождение медицинского обследования и лечения.

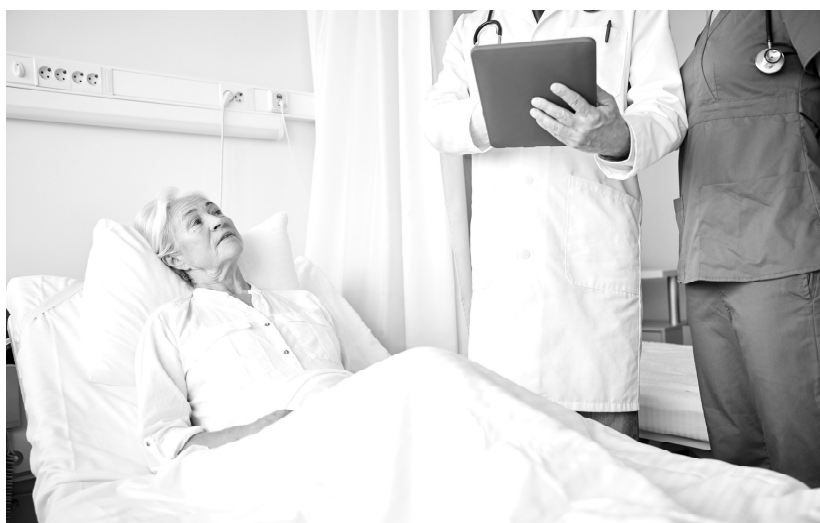
Граждане обязаны проходить медицинское обследование и лечение, а также заниматься профилактикой заболеваний, представляющими опасность для окружающих. Постановление Правительства РФ №715 от 01.12.2004 года утверждает перечень заболеваний, представляющих опасность для окружающих. К таким заболеваниям относятся: ВИЧ, гепатиты В и С, дифтерия, туберкулез.

4. Обязанности граждан, находящихся на лечении.

Граждане, находящиеся на лечении, обязаны соблюдать режим лечения, в том числе определенный на период их временной нетрудоспособности, и правила поведения пациента в медицинской организации.

Данная норма обязывает пациентов заботиться о своем здоровье, соблюдая рекомендации специалиста с медицинским образованием, принимать прописанные им лекарства, предоставлять всю необходимую (по мнению врача и медицинской организации) информацию.

Пациент должен понимать, что нарушения режима лечения может сни-



зить качество оказываемой медицинской услуги и повлечь за собой невозможность ее завершить в срок или отрицательно сказаться на состоянии здоровья пациента. Режим лечения и правила поведения пациента в медицинской организации утверждаются внутренними актами медицинской организации (приказами, распоряжениями).

Существует понятие «**несоблюдение режима лечения**» - в результате этого медицинская организация может отказать в выдаче больничного листа. К несоблюдению режима лечения относятся:

- ▶ несоблюдение предписанного режима,
- ▶ самовольный уход из стационара,
- ▶ выезд на лечение в другой административный район без разрешения лечащего врача,
- ▶ несвоевременная явка на прием к врачу,
- ▶ выход на работу без выписки,
- ▶ отказ от направления в учреждение медико-социальной экспертизы,
- ▶ несвоевременная явка в учреждение медико-социальной экспертизы.

Кроме того, **нарушения режима лечения также может выражаться в невыполнении рекомендаций врача, непринятия назначенных и выписанных лекарственных средств, не прохождении профосмотров, невыполнение назначенных анализов или иных вмешательств.**

Многим из вас приходилось обращаться в медицинские организации, общаться с медицинскими работниками, и вы хорошо знаете свои права. **Просим вас с пониманием отнестись и к соблюдению своих обязанностей!** ☺

Граждане обязаны проходить медицинское обследование и лечение, а также заниматься профилактикой заболеваний, представляющими опасность для окружающих. К ним относятся: ВИЧ, гепатиты В и С, дифтерия, туберкулез.



Начать вести ЗОЖ - несложно!

Здоровье человека оценивается в различных контекстах - как полного физического здоровья организма, социального благополучия, а также наличия форм полноценного проявления жизни.

Здоровье - бесценное богатство каждого человека. В нашей стране от ОРВИ и сезонного вируса страдает более 30 миллионов человек ежегодно. Причиной этому является то, что более чем у 80% населения - слабый иммунитет. При сниженном иммунитете возрастает риск обострения хронических заболеваний и развитие туберкулеза.

Принципы здорового образа жизни сегодня особенно актуальны, каждый из нас может им следовать.

Необходимо **воспитывать** с раннего детства здоровые привычки и навыки.

Здоровый сон и соблюдения личной гигиены. Сон по потребности, в среднем около 8 часов в сутки, что наполняет организм энергией и обеспечивает полноту внутренних сил.

Личная и общественная гигиена: совокупность гигиенических правил, соблюдение и выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья, владение навыками первой помощи. Соблюдение «этикета кашля» и т.д.

Отказ от курения и приема крепких алкогольных напитков, наркотических средств позволяет существенно снизить риск развития рака легких, пищевода и желудка, болезней бронхолегочной и сердечно-сосудистой систем, смерти. Кто стремится сохранить здоровье - либо не пристрастился, либо оставил увлечение вредными привычками.

Повышение общей двигательной активности. Это - занятия спортом и нормированные физические нагрузки, тело должно быть в порядке, а мускулатура - в тонусе. Для этого на сегодня

существует масса вариантов: посещение бассейна, тренажерные залы, групповые занятия различными видами спорта, танцы. Даже 15-минутное занятие утренней зарядкой даст бодрость на целый день. К тому же это прекрасная профилактика заболеваний.

Правильное сбалансированное питание: употребление только полезных продуктов, обеспечивающих организм веществами, которые помогают всем системам и органам успешно функционировать. Комплексная диета предусматривает разнообразие еды, точная суточная калорийность, пятикратный прием пищи в течение дня, без ожидания сильного чувства голода.

Есть следует медленно, тщательно пережевывая пищу - от 20 до 40 раз, получая наслаждение от вкуса и насыщения. Здоровый рацион предусматривает употребление первых жидких блюд, что способствует эффективности пищеварительной системы. Немаловажно включение богатых витаминами и микроэлементами овощей и фруктов, **питье** - около 1,5 литров чистой воды в сутки, употребление кисломолочных продуктов с низкой жирностью, богатых белком. Есть лучше всего свежие блюда - это и вкусно, и полезно.

Очищение собственного жилья от пыли, аллергенов и токсинов, регулярное проветривание и увлажнение воздуха.

Использование соответствующей сезону и погоде одежды.

Регулярное прохождение комплексных профилактических осмотров (диспансеризации). Если человек относится к группе риска по развитию определенного заболевания, ему могут потребоваться дополнитель-



**Ирина Александровна
ТИМОФЕЕВА,**

медицинская сестра
участковая, взрослая
поликлиника
КГБУЗ «Алтайский
краевой

противотуберкулезный
диспансер»,
член ПАСМР с 2021 года



Советы медицинской сестры

▲ ные профилактические меры (санаторно-курортное лечение, прием препаратов, диета).

При профилактических медицинских осмотрах населения используются методы, методики и технологии проведения медицинского обследования, утвержденные Министерством здравоохранения Российской Федерации. Основные методы ранней диагностики заболеваний органов грудной клетки - это флюорография, рентгенография и компьютерная томография грудной клетки населения в возрастной группе от 15 лет и старше, а также постановка внутрикожной пробы Манту и Диаскинтеста.

На сегодняшний день наиболее актуальным является распространение новой коронавирусной инфекции **COVID-19** в России. Для того чтобы защитить себя и окружающих, необходимо использовать только проверенную информацию о заболеваемости и применять *необходимые меры профилактики*.

Держитесь на безопасном расстоянии от людей (не менее 1 метра). Носите маску в общественных местах, особенно в закрытых помещениях и там, где соблюдать безопасную дистанцию невозможно. Старайтесь избегать закрытых, плохо вентилируемых мест. Находясь в помещении, открывайте окна.

Соблюдайте правила гигиены рук. Часто мойте их водой с мылом или обрабатывайте спиртосодержащим антисептиком для рук.

Сделайте прививку. Следуйте врачебным рекомендациям.

При кашле или чихании прикрывайте рот и нос локтевым сгибом или платком. Если вы чувствуете недомогание, оставайтесь дома, вызовите врача на дом.

Проведение плановой профилактической вакцинации согласно национальному календарю прививок. Не отказывайтесь от профилактической вакцинации! Не все родители новорожденных детей понимают актуальность и необходимость профилактических прививок, в результате из-за необоснованного отказа родителей от прививки дети подвергаются рис-



ку заболевания не только туберкулезом, но и другими не менее опасными заболеваниями.

Дыхательная гимнастика по методике Стрельниковой для улучшения дренажа дыхательных путей, кровоснабжению и лимфотока легких.

Грамотная организация рабочего места: качественное искусственное или естественное освещение помещения; проведение лечебно-профилактических и гигиенических мероприятий; удобное расположение перегородок, компьютеров, мебели, оргтехники и т.д.

Организация комфортного микроклимата, контроль уровня шума, соблюдение режима труда и отдыха.

Психологическое равновесие. Негативными факторами субъективного характера являются стремление успеть везде и повсюду, стремление максимально нагрузить

себя самыми разными, порой совершенно ненужными делами. Стремительный ритм работы, учебы, посещения различных курсов и тренингов, питание консервированной пищей и «скорыми» блюдами. Сегодня у многих людей времени, чтобы остановиться, обратить внимание на свое здоровье, просто нет.

Стресс - основной враг иммунитета, гоните от себя всякие переживания и меньше нервничайте, больше бывайте на свежем воздухе.

Каждому человеку дана возможность укрепить или поддержать здоровье, сохранить трудоспособность, физическую активность, бодрость тела и духа до преклонных лет. Важно этим грамотно воспользоваться, всё зависит исключительно от образа жизни! ☺



КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН
Алтайской региональной Профессиональной
ассоциации средних медицинских работников:
(8-3852) 34-80-04

E-mail: pasmr@mail.ru сайт: www.pasmr.ru

На правах рекламы

ЗДОРОВЬЕ АЛТАЙСКОЙ СЕМЬИ



