

Ergen polikliniğinde hemşirelik uygulamaları

Nursing practice in the adolescent outpatient clinic

Saadet Pehlivan

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye

Özet

Ergenlerin sağlığı geliştiren davranışları benimsemesi ve uygulaması, uygun bilgiyi öğrenmesine ve kullanmasına bağlıdır. Çocuklara ve ergenlere gerekli bilginin verilmesi, karar verme, başa çıkma ve topluma katılım becerilerinin öğretilerek güçlendirilmesi hemşirenin önemli rollerindedir. Anabilim Dalı'mızın "Adolesan polikliniği"nde 2009 Ekim ayından itibaren bir hemşire görevlendirildi. Adolesan polikliniğinde hemşirelik hizmetleri, ya tek başına ya da ergen ebeveyni ile birlikte, hekim muayenesi öncesi 'Adolesan hemşire odası'nda sunulmaktadır. Görüşme sırasında standart bir form kullanılmaktadır. Ergenle kişisel hijyen, beslenme, fiziksel-cinsel gelişim ve psiko-sosyal gelişim alanlarında görüşme yapılmaktadır. Mayıs-Eylül 2010 ayları arasında polikliniğimize başvuran hastaların 302'sine hemşirelik hizmeti verildi. Üç yüz iki kişinin 153'ünde kişisel bakımla, 113'ünde beslenme ile ve 42'sinde cinsel gelişim ile ilgili sorunlar saptandı. Problemlerinin çözümünde, risklerinin belirlenmesinde ve ihtiyaçlarının karşılanmasında desteklenen ergenler kendi geleceklerini kurmada daha bilinçli ve başarılı olacaklardır. (*Türk Ped Arş 2011; 46 Özel Sayı: 9-11*)

Anahtar sözcükler: Ergen, sağlık davranışları, sağlık danışmanlığı hizmetleri, hemşire

Summary

Adoptation and practice of health promoting behaviors by adolescents depends on learning and using proper knowledge. Giving adolescents necessary knowledge and strengthening them by teaching decision making skills, coping strategies and participation in the community is one of the most important task of nurses. One nurse tasked in our pediatrics department's adolescent outpatient clinic since September 2009. Nursing services are given to adolescents in the nursing room, before physical exam, either alone or with their parents. Adolescents are given health guidance on personal hygiene, nutrition, sexual and psychosocial development. These services were given by the adolescent nurse to 302 adolescents who referred to our outpatient clinic between May-September 2010. It was found that 103 of them had problems with their personal hygiene, 113 of them had problems related to nutrition and 42 of them had problems related to sexual development. Adolescents who are strengthened on solving problems, whose risks are determined, whose needs are met would be more conscious and successful while building up their future. (*Turk Arch Ped 2011; 46 Suppl: 9-11*)

Key words: Adolescent, health behavior, health guidance service, nurse

Giriş

Sağlık ve sağlık bakımı insanların yaşamlarında önemli bir yere sahiptir. Sağlığın geliştirilmesinde, sağlık davranışları anahtar rol oynamaktadır. Son yıllarda yaşam tarzı ve bunun önemi fark edilmiş, sağlıkla ilgili davranışlar ve iyilik hali için sağlık davranışları teknikleri profesyonel olarak bakım verenlerin yoğun ilgi alanına girmiştir.

Sağlık davranışları ve uygulamaları yaşamın erken döneminde yerleştiği için, çocukluk çağı bireylerin olumlu sağlık davranışları geliştirmeleri açısından çok önemlidir.

Ergenlerin sağlığı geliştiren davranışları benimsemesi ve uygulaması, uygun bilgiyi öğrenmesine ve kullanmasına bağlıdır. Çocuklara ve ergenlere gerekli bilginin verilmesi, karar verme, başa çıkma ve topluma katılım becerilerinin öğretilerek güçlendirilmesi hemşirenin önemli rollerindedir.

Yazışma Adresi/Address for Correspondence: Dr. Saadet Pehlivan,

İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, 34300, Fatih, İstanbul, Türkiye E-posta: saadetctf@yahoo.com

Türk Pediatri Arşivi Dergisi, Galenos Yayınevi tarafından basılmıştır. / Turkish Archives of Pediatrics, Published by Galenos Publishing.

Adolesan polikliniğinde hemşirelik uygulamaları

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı Adolesan Bilim Dalı'na bağlı olan Adolesan Polikliniği'ne gelen hastalara 1.07.2004/1.12.2009 tarihleri arasında haftada bir gün Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği eğitim hemşiresi tarafından genel sağlık eğitimi ve danışmanlık hizmeti verilmekte idi. 2009 Ekim ayından itibaren ergen sağlığı hemşirelik hizmetlerinde süreklilik kazandıracak adım atıldı ve bir hemşire görevlendirildi.

Adolesan polikliniği, çocuk hastalıkları polikliniği içinde yer almaktadır. Bekleme alanında duvar panoları bulunmaktadır. Panolarda ergenlik dönemine özgü sorunlar hakkında bilgilendirmeye yönelik yazılar yer almaktadır.

Ergene sunulan hemşirelik hizmetleri, ya yalnız ya da ergen ebeveyni ile birlikte iken, hekim muayenesi öncesi, 'Adolesan hemşire odası'nda gerçekleştirilmektedir. Görüşme sırasında standart bir form kullanılmaktadır. Görüşmenin

başlangıcında, tanışma, görüşmenin amacı ve içeriği anlatılmaktadır (1,2). Hemşirelik hizmetlerine ergenin boy, ağırlık, ateşinin ölçülmesi ve beden kitle indeksi (gerekli görüldüğünde) hesaplanması ile başlanmaktadır. Ardından, ergenle kişisel hijyen, beslenme, fiziksel-cinsel gelişim, psiko-sosyal gelişim alanlarında görüşme yapılmaktadır (2).

Ergen sağlık danışmanlığı hizmetlerinde amaç: Ergenin sağlık davranışlarında, sağlığı destekleyici ve geliştirici değişim yaratmaktır.

Veri toplama-hemşirelik tanılması-planlama

1- Ergenin taranması hedeflenen alana özgü bilgi düzeyi değerlendirilmek üzere birkaç kısa soru sorulmaktadır. Verilen yanıtlara göre görüşme yapılandırılmakta, konu hakkındaki bilgilerinin daha fazla açıklamasına fırsat verilmektedir (1,3).

2- Ergene sorulan sorulara alınan yanıtlardan, ergenin o alana özgü bilgi eksikliği olup olmadığı tespit edilmektedir (1,3).

Tablo 1. Adolesan polikliniği hemşiresi sağlık danışmanlığı hizmetleri							
Sağlık Danışmanlığı Hizmetleri							
Kişisel Hijyen		Beslenme		Büyüme ve cinsel gelişim		Psikososyal sorunlar	
El yıkama		Kahvaltı etme alışkanlığı	Düzenli kahvaltı	Fiziksel değişiklikler		Ebeveynleri ile ilişkileri	
			Süt içimi	Cinsel değişiklikler		Arkadaş ilişkileri	
Ağız ve diş bakımı	Düzenli diş fırçalama	Öğün atlama		Meme muayenesi		Egzersiz	
	Diş Hekimi muayenesi	Fastfood ve gazlı içecek tüketimi		Testis muayenesi		TV izleme	
Kişisel bakım ve banyo	Yüz temizliği	Diyet yapma		Menstrual siklus ile ilgili sorunlar	Düzen	Boş zaman etkinlikleri	
	Saç temizliği				Süre	Bilgisayar kullanımı	
	Beden Temizliği	Beden algısı			Ağrı	Kitap okuma	
	Makyaj						

3- Görüşme sırasında ergenin o alana özgü endişe ve kaygılarını açıklamasına fırsat verilmektedir (1,3).

4- Ergenin o alana özgü bir sorunu olup olmadığı saptanmaya çalışılmaktadır (1,3).

5- Ergenin eğer varsa o alana özgü, sorununun çözümü için gerekli yönlendirme yapılmaktadır. Sonraki gelişlerinde saptanan soruna yönelik tamamlayıcı girişimlerde bulunmaktadır (1,3).

Uygulama

Ergen hemşiresi tarafından sağlık danışmanlığı hizmeti 4 ana alanda ve alt başlıkta sunulmaktadır.

Bu başlıklar Tablo 1'de verilmiştir.

1. Ergenin kişisel hijyen (el yıkama, diş fırçalama, kişisel bakım, banyo, vs) davranışları sorgulanarak ve/veya gözlemlenerek yetersizlikleri varsa tespit edilmekte ve düzeltici/tamamlayıcı girişimlerde bulunmaktadır (2,3).

2. Tüm ergenler kahvaltı etme, öğün atlama, fast food ve gazlı içecek tüketimleri ve diyet yapma davranışları ve bedenalgıları açısından değerlendirilmekte ve gerekli danışmanlık hizmetleri sunulmaktadır (2,3).

3. Tüm ergenler, normal fiziksel, psikososyal ve cinsel gelişmeleri konularındaki bilgilendirilirken, kendi kendine meme muayenesi ve testis muayenesi öğretilmekte ve belli aralarla kontrol edilmesi konusunda danışmanlık sunulmaktadır (2,3).

4. Tüm ergenlerin ebeveynleri ve arkadaşlarıyla ilişkileri değerlendirilmekte, sorun saptanırsa gerekli yönlendirmelerde bulunmaktadır (2,3).

Tüm ergenlere egzersizin yararları anlatılmakta ve düzenli olarak yapmaları için teşvik edilmektedirler (2,3). Televizyon izleme-bilgisayar kullanımı ve kitap okuma gibi etkinlikleri açısından değerlendirilmektedirler.

Adolesan polikliniği hemşirelik hizmetlerinin değerlendirilmesi

2010 Mayıs-Eylül ayları arasında adolesan polikliniğine başvuran hastaların 302'sine hemşirelik hizmeti verildi.

Üç yüz iki kişinin 153'ünde kişisel bakımla ilgili sorun yaşandığı gözlemlendi. Bunların %0,3'ünün (n=1) el yıkama, %44,4'ünün (n=134) diş fırçalama, %1'inin (n=3) banyo yapma ve %5'inin (n=15) hem el yıkama hem de diş fırçalamada yetersiz olduğu saptandı.

Üç yüz iki kişinin 113'ünde beslenme ile ilgili sorun saptandı. Bunların %10,3'ünün (n=31) kahvaltı etmediği, %5,3'ünün (n=16) süt içmediği, %3,3'ünün (n=10) öğün atladığı, %8,6'sının (n=26) fast food ve kolalı-gazlı içecekler tükettiği, %9,9'unun (n=30) hem kahvaltı etmediği hem de fastfood tükettiği saptandı. 302 kişinin 7'sinin (%2,3) beden algısı bozuktu.

Üç yüz iki kişinin 42'sinde cinsel gelişme ile ilgili sorun saptandı. Bunların %11,9'unda (n=36) adet düzensizliği ve %2'inde (n=6) adet dönemi perine bakımı sorunu vardı.

Üç yüz iki kişinin 16'sının (%5,3) son 6 ayda ağırlık değişimi yaşadığı (kilo artışı ya da kilo kaybı) ve 302 kişiden 10'unun (%3,3) yeterli egzersiz yapmadığı saptandı.

Üç yüz iki kişinin 5'inin (%1,7) arkadaşlık ilişkilerinde sorun yaşadığı saptandı.

Üç yüz iki kişinin 17'sinin (%5,6) Televizyon-bilgisayar kullanımı süresi günde 2-3 saatten fazla bulundu.

Yukarıdaki kısa dönem sonuçları ergenlerimizin sorgulanan 4 alanda değişik oranlarda olmak üzere sorunlar yaşandığını göstermektedir.

Sonuç

Ergen dostu sağlık hizmetlerinin bir parçası olarak gençlerin ihtiyaçlarına duyarlı olan sağlık personelinin alınan sağlığı destekleme hizmetleri, ergenlerin sağlığını geliştirmek anlamına gelecektir (1,4).

Problemlerinin çözümünde, risklerinin belirlenmesinde ve ihtiyaçlarının karşılanmasında desteklenen ergenler kendi geleceklerini kurmada daha bilinçli ve başarılı olacaklardır.

Kaynaklar

1. Ercan O. Adolesana yaklaşım. içinde: İ.Ü.Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli tıp eğitimi etkinlikleri Adolesan sağlığı, sempozyum dizisi No:43 İstanbul: Kaya Basım, 2005; 23: 25.
2. TC Sağlık Bakanlığı. Ergen sağlığı-gelişimi bilgilendirme ve danışmanlık el rehberi. Ankara: TC Sağlık Bakanlığı, 2003; 1-27.
3. Alikeşifoğlu M. Adolesana verilmesi gereken koruyucu sağlık hizmetleri. içinde: İ.Ü.Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli tıp eğitimi etkinlikleri Adolesan sağlığı sempozyum dizisi No:43 İstanbul: Kaya Basım, 2005; 33.
4. Gümüştöre Ş. İstanbul'da bir gençlik merkezi deneyimi. içinde: İ.Ü.Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli tıp eğitimi etkinlikleri Adolesan sağlığı II.sempozyum dizisi No:63 İstanbul: Aksu Basım Yayın, 2008; 32.