


## Hasta eğitimi

Fulden SARI

Bingöl Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi Fizyoterapi ve Rehabilitasyon  
Bölümü, Bingöl, Türkiye

 0000-0002-5628-698X

Romatolojik hastalıklarda hasta eğitimi, hastalık yönetiminin ayrılmaz bir parçasıdır. Hasta eğitim programlarının amacı sadece hastanın hastalığı hakkında bilgi vermek değil, aynı zamanda günlük yaşam aktivitelerine katılımını kolaylaştırmak, yorgunluk ve ağrıyı azaltmak, çalışma ortamını hastaya uygun düzenlemektir. Önceki sistematik incelemelerden elde edilen kanıtlara göre; farklı hasta eğitim programlarının hastalarda ağrı, sakatlık ve depresyon üzerinde kısa süreli önemli etkileri olduğu gösterilmiştir, ancak uzun süreli sonuçlarla ilgili çok az çalışma bulunmaktadır. Avrupa Romatizma Birliği'nin (EULAR) hasta eğitimi ile ilgili yayınladığı son kılavuzunda, hastalar ve sağlık uzmanları arasındaki iletişimin ve ortak karar vermenin hasta eğitimi için önemli olduğunu belirtti. Ayrıca, EULAR kılavuzunda kanıta ve uzman görüşüne dayalı sekiz öneri geliştirilmiştir. Bu tavsiyeler genel olarak hasta eğitiminin bireysel olarak planlanması, hastanın şikayetlerine göre ve hasta odaklı olması gerektiğini vurgulamaktadır. Çevrimiçi hasta eğitim programları ile ilgili sınırlı sayıda çalışma olmasına rağmen, bu çalışmalar sağlık durumu ve fiziksel aktivite düzeyi ile ilgili olumlu sonuçlar göstermektedir. Hızla büyüyen dijital çağda, yüz yüze programların yerini daha yaygın olarak çevrimiçi programların alması beklenebilir. Son yıllarda; birçok kişi sağlıkla ilgili bilgiler için çevrimiçi aramalara başvurmaktadır. Yapılan bir çalışma, İnternet'in en çok kullanılan kaynak olduğunu ve hastaların en sık araştırdıkları konuların ikisini gösterdi; birincisi, hastalığın nasıl anlaşılacağı ve ikincisi, semptomların nasıl yönetileceğiydi. Kanıta dayalı web siteleri, tedavi eğitiminde kullanılabilecek bir araç olarak tanıtılmalı ve tasarlanmalıdır. Kronik hastalığı olan hastaların semptomlarla baş etmesi zordur, bu nedenle; web siteleri semptom yönetimi için bilişsel-davranışsal faktörleri değiştirmeye, hastaların sağlık durumlarını ve yaşam kalitelerini iyileştirmeye yardımcı olabilir. Romatolojik hastalıklarda hasta eğitiminin önemi bilinmesine rağmen az sayıda çalışma vardır ve literatürde hasta eğitimi, egzersiz ve ikisinin birlikte incelendiği çalışmaları karşılaştıran çalışmalar azdır. Bu nedenler araştırma sonuçlarının klinik önerilere dönüştürülmesine engel olur. Romatolojik tanısı olan bireylerde rehabilitasyon programlarında hasta eğitimi ve egzersizi birlikte inceleyen çalışmalara ihtiyaç vardır.

**Anahtar kelimeler:** Kronik hastalık, eğitim, egzersiz

### İletişim/Correspondence

Fulden SARI


Bingöl Üniversitesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi,  
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Bingöl, Türkiye

**E-posta:** [fuldensari@hotmail.com](mailto:fuldensari@hotmail.com)

## Patient education

Fulden SARI

Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Faculty of Physical Therapy and Rehabilitation, Bingol University, Bingol, Turkey

 0000-0002-5628-698X

Patient education in rheumatologic diseases is an integral part of recommendations for disease management. The objective of patient education programs is to not only give information about the patient's disease but also to facilitate participation in activities of daily living, decrease fatigue and pain, and modify work environments. Based on evidence from previous systematic reviews; different patient education programs have been demonstrated to have significant short-term effects on pain, disability, and depression in patients, but few studies have focused on long-term outcomes. The latest extended report about patient education from the European League Against Rheumatism (EULAR) stated that communication and shared decision-making between patients and their healthcare professionals are significant for effective patient education. Moreover, eight evidence-based and expert-opinion-based recommendations were developed for patients in the EULAR guideline. These recommendations generally emphasize that patient education should be individually tailored, needs-based, and patient-oriented. Although there were only a few studies on online patient education programs, these studies indicated promising findings on health status and physical activity level. In a rapidly growing digital era, it may be expected that face-to-face programs will be more commonly replaced by online programs. In recent years, many people have searched online for health-related information. A study demonstrated that the Internet was the most frequently used resource, and patients investigated two of the most frequent subjects: how to understand the meaning of disease and how to manage the symptoms. Evidence-based websites that are functional and practical should be promoted and designed as therapeutic instruments. Patients with chronic diseases find it challenging to cope with symptoms, in this regard, websites can assist in changing the cognitive-behavioral factors of symptom management strategies, improving patients' health conditions and quality of life. In spite of the importance of patient education in rheumatologic diseases, there are few studies, and comparing education, exercise, and combination studies is thin in the literature. These reasons have been an obstacle to translating research results into clinical recommendations. Future studies are needed to find ways of integrating patient education and exercise into the rehabilitation programs of patients with rheumatologic disease.

**Keywords:** Chronic disease, education, exercise