

PRACE ORYGINALNE • ORIGINAL PAPERS

Ocena częstości podejmowania zachowań zdrowotnych w grupie pacjentów chorych przewlekle

The frequency assessment of undertaking certain health behaviors in the group of chronically ill patients

DONATA KURPAS^{1, 2, A, C-G}, JOANNA KUSZ^{3, A-F}, TOMASZ JEDYNAK^{4, C, D}, BOŻENA MROCZEK^{5, C-F}

¹ Katedra i Zakład Medycyny Rodzinnej Akademii Medycznej we Wrocławiu

Kierownik: prof. dr hab. med. Andrzej Steciwko

² Państwowa Medyczna Wyższa Szkoła Zawodowa w Opolu

Rektor: dr hab. n. med. Roman Kurzbauer

³ Wydział Nauk o Zdrowiu Akademii Medycznej we Wrocławiu

Dziekan: prof. dr hab. med. Bernard Panaszek

⁴ Wydział Nauk Społecznych Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego

Dziekan: prof. dr hab. Andrzej Sękowski

Koło Naukowo-Badawcze Psychologii Klinicznej Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego

Opiekun Koła: dr Konrad Janowski

⁵ Zakład Zdrowia Publicznego Wydziału Nauk o Zdrowiu Pomorskiego Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie

Kierownik: dr hab. n. med. Beata Karakiewicz, prof. nadzw. PUM

A – przygotowanie projektu badania, B – zbieranie danych, C – analiza statystyczna, D – interpretacja danych, E – przygotowanie maszynopisu, F – opracowanie piśmiennictwa, G – pozyskanie funduszy

Streszczenie **Wstęp.** Na wystąpienie choroby duży wpływ mają zachowania związane ze zdrowiem: korzystne lub szkodliwe.

Cel pracy. Ocena podejmowanych zachowań zdrowotnych oraz różnic w ich zakresie między pacjentami z chorobami układu nerwowego, krążenia oraz cukrzycą.

Materiał i metody. Celem badania było określenie zachowań korzystnych dla zdrowia, takich jak: pozytywne nastawienie psychiczne, prawidłowe nawyki żywieniowe, zachowania profilaktyczne i praktyki zdrowotne. Zastosowano Inwentarz ZZ wśród 150 pacjentów z NZOZ Vito-Med w Gliwicach oraz NZOZ w Knurowie. W tej grupie było po 50 osób z chorobami układu krążenia, nerwowego i cukrzycą.

Wyniki. Analiza z uwzględnieniem podgrup zachowań zdrowotnych wyłoniła chorych na cukrzycę, jako badanych podejmujących najwięcej działań prozdrowotnych. Uzyskali oni największą liczbę punktów z zakresu: prawidłowych nawyków żywieniowych (PNŻ – 21,26), zachowań profilaktycznych (ZP – 22,74), pozytywnego nastawienia psychicznego (PNP – 23,44) i praktyk zdrowotnych (PZ – 22,74).

Wnioski. Osoby z cukrzycą są grupą najbardziej świadomą swojego wpływu na zdrowie i najczęściej podejmującą zachowania dla niego korzystne.

Słowa kluczowe: zachowania zdrowotne, choroby układu krążenia, choroby układu nerwowego, cukrzyca.

Summary **Background.** Favourable or harmful health behaviours have the influence on the occurrence of disease.

Objectives. Assessment of health behaviors undertaken and differences in their range between patients with diseases of the nervous and cardiovascular systems and diabetes.

Material and methods. The research aimed at the determination of some beneficial health behaviours such as positive psychological attitude, correct dietary habits, prophylaxis as well as health practice. 150 people from NZOZ Vito-Med in Gliwice and from NZOZ in Knurów were examined with Inventory of health behaviors (IZZ). The group counted 50 patients suffering from diabetes, cardiovascular and neurological diseases.

Results. The examined patients with diabetes had the highest level of health behaviors (6, 7). The diabetics achieved equally the highest level of correct dietary habits (21.26), prophylaxis (22.74), positive psychological attitude (23.44) and health practice (22.74).

Conclusions. The research revealed that the patients with diabetes are greatly aware of their influence on health. That is why they undertake the beneficial health behaviours more often.

Key words: health behaviors, cardiovascular diseases, diabetes, neurological diseases.

Wstęp

Zachowania związane ze zdrowiem to konkretne działania człowieka podejmowane przez niego w związku z własnym stanem psychofizycznym. Czynności takie dzieli się na sprzyjające zdrowiu, czyli prozdrowotne, oraz szkodliwe dla zdrowia – antyzdrowotne. W skład tych pierwszych wchodzi: właściwe nawyki żywieniowe, zachowania profilaktyczne, praktyki zdrowotne, takie jak np.: podejmowanie aktywności fizycznej, oraz pozytywne nastawienie psychiczne. O działaniach szkodliwych dla zdrowia świadczyć może palenie tytoniu czy nadużywanie alkoholu [1].

Cel pracy

Celem pracy była ocena podejmowanych zachowań zdrowotnych oraz różnic w ich zakresie między pacjentami z chorobami układu nerwowego, krążenia oraz cukrzycą.

Materiał i metody

Badaniem zostało objętych 150 pacjentów chorych przewlekle (ze schorzeniami układu krążenia, nerwowego oraz cukrzycą). Narzędzie badawcze stanowił IZZ (Inwentarz Zachowań Zdrowotnych) służący do określenia ogólnej częstości podejmowania działań sprzyjających zdrowiu oraz wystę-

powania poszczególnych zachowań zdrowotnych zaliczanych do czterech kategorii, tj: prawidłowych nawyków żywieniowych, zachowań profilaktycznych, praktyk zdrowotnych oraz pozytywnego nastawienia psychicznego. W ostatecznej wersji kwestionariusz zawiera 24 stwierdzenia oraz podpunkt dwudziesty piąty, w miejscu którego pacjent mógł dopisać podejmowane przez siebie zachowanie na rzecz zdrowia nieuwzględnione w arkuszu.

Wyniki

Inwentarz Zachowań Zdrowotnych zastosowany w celu określenia występowania zachowań dotyczących zdrowia wykazał zarówno różnice, jak i podobieństwa między poszczególnymi grupami. Najmniej zachowań prozdrowotnych przejawia w bardzo zbliżonym stopniu grupa pacjentów z chorobami układu krążenia oraz układu nerwowego, pomimo że ich wynik w przeliczeniu na normy stenowe jest przeciętny. W przypadku diabetyków wynik jest nieco wyższy (tab. 1). Zastosowane narzędzie pozwoliło również na ocenę udziału podstawowych składowych zaliczanych do zachowań prozdrowotnych: prawidłowe nawyki żywieniowe, zachowania profilaktyczne, pozytywne nastawienie psychiczne oraz praktyki zdrowotne (tab. 2). Najniższy wskaźnik we wszystkich czterech kategoriach uzyskiwany był w grupie osób z chorobami układu krążenia. Najwyższe wyniki w zakresie poszczególnych zachowań dotyczące

Tabela 1. Średnie wartości zachowań zdrowotnych dla poszczególnych grup badanych w przeliczeniu na normy stenowe

	Pacjenci z cukrzycą	Pacjenci z chorobami układu krążenia	Pacjenci z chorobami układu nerwowego
Sten (normalizacja dla kobiet)	6	5	5
Sten (normalizacja dla mężczyzn)	7	6	6

Tabela 2. Średnie wartości zachowań zdrowotnych dla poszczególnych grup badanych

	Pacjenci z cukrzycą		Pacjenci z chorobami układu krążenia		Pacjenci z chorobami układu nerwowego	
	Średnia	Odchylenie standardowe	Średnia	Odchylenie standardowe	Średnia	Odchylenie standardowe
Wynik całkowity	90,18		81,12		87,12	
PNŻ	21,26	4,90	18,84	5,61	18,34	5,34
ZP	22,74	4,96	20,56	5,30	20,88	4,97
PNP	23,44	4,65	21,40	5,08	21,82	3,98
PZ	22,74	4,67	20,32	5,70	20,34	4,61

PNŻ – prawidłowe nawyki żywieniowe, ZP – zachowania profilaktyczne, PNP – pozytywne nastawienie psychiczne, PZ – praktyki zdrowotne.

prawidłowych nawyków żywieniowych, zachowań profilaktycznych, pozytywnego nastawienia psychicznego i praktyk zdrowotnych osiągnęli diabetycy.

Dyskusja

Ważnym elementem powrotu do zdrowia lub utrzymania go w dobrym stanie jest podejmowanie odpowiednich działań. Mogą one przynosić korzyści, jeżeli są to zachowania prozdrowotne, lub straty, jeśli mają charakter antyzdrowotny. Zakres działań pozytywnie wpływających na stan zdrowia jest złożony. Z. Juczyński wyróżnia cztery składowe zachowań zdrowotnych: prawidłowe nawyki żywieniowe, pozytywne nastawienie psychiczne, zachowania profilaktyczne oraz praktyki zdrowotne. Badania prowadzone za pomocą tego narzędzia potwierdzają zasadność wprowadzonego rozróżnienia. Poszczególne podgrupy badanych odznaczają się różnorodnością w obrębie podejmowanych zachowań związanych ze zdrowiem. Ich rozróżnienie przynosi zatem konkretne korzyści poznawcze dotyczące skuteczności prowadzonej edukacji zdrowotnej i zapotrzebowania na nią [2]. Wyniki badania własnego są zbieżne z opisanymi w literaturze badaniami Ślusarskiej i Nowickiego [3] na grupie osób pracujących zgłaszających się na okresowe badania profilaktyczne do Wojewódzkiego Ośrodka Medycyny Pracy w Lublinie. W przypadku obydwu otrzymujemy wartości rzędu 5, 6 stenu, a szczegółowa ocena podgrup zachowań zdrowotnych potwierdza duży udział pozytywnego nastawienia psychiczne-

go. Najwyższy wskaźnik sumy zachowań dotyczący zdrowia i ich poszczególnych składowych według badań Kurowskiej i Białasika [4] przypada osobom z cukrzycą oraz mężczyznom po przebytych zawałach serca. Być może fakt ten wynika z rosnącej świadomości pacjentów chorych przewlekle, ponieważ ich wyniki są znacznie lepsze niż osób zdrowych w tym samym przedziale wiekowym. Choroba wieńcowa i cukrzyca należą do zaburzeń w wysokim stopniu uwarunkowanych sposobem odżywiania się oraz modyfikowanych i leczonych przy współudziale samych pacjentów. Wiąże się to z koniecznością dobrego przygotowania edukacyjnego chorych do samoopieki. Potwierdzają to badania prowadzone przez Kurowską i Figiel [5], gdzie udokumentowany został wzrost wskaźnika praktyk zdrowotnych wraz z wydłużaniem się czasu trwania choroby. Wnioskować można, iż pacjenci dłużej chorujący na cukrzycę, którzy są stale edukowani przez personel medyczny, posiadają większą wiedzę dotyczącą konieczności aktywnego udziału w procesie leczenia.

Wnioski

Edukacja zdrowotna w zakresie zachowań prozdrowotnych niesie ze sobą wymierne efekty, o czym możemy się przekonać porównując wskaźniki uzyskane przez osoby chorujące na cukrzycę z przedstawicielami dwóch pozostałych grup. Konieczna jest intensyfikacja procesu edukacji pacjentów z chorobami układu krążenia oraz nerwowego.

Piśmiennictwo

1. Heszen I, Sęk H. *Psychologia zdrowia*. Warszawa: PWN; 2007.
2. Juczyński Z. *Narzędzia pomiaru w promocji zdrowia*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego; 2009.
3. Ślusarska B, Nowicki G. Zachowania zdrowotne w profilaktyce chorób układu krążenia wśród osób pracujących. *Probl Hig Epidemiol* 2010; 9(1): 34–40.
4. Kurowska K, Białasik B. Zachowania zdrowotne a radzenie sobie w chorobie u pacjentów Szpitalnego Oddziału Ratunkowego (SOR). *Now Lek* 2009; 78(2):113–122.
5. Kurowska K, Figiel O. Poczucie koherencji a zachowania zdrowotne u osób z rozpoznaną cukrzycą typu 2. *Now Lek* 2009; 78(3–4): 197–205.

Adres do korespondencji:
Dr n. med. Donata Kurpas
Katedra i Zakład Medycyny Rodzinnej AM
ul. Syrokomli 1
51-141 Wrocław
Tel./fax: 71 325-43-41
E-mail: dkurpas@hotmail.com

Praca wpłynęła do Redakcji: 31.01.2012 r.
Po recenzji: 20.02.2012 r.
Zaakceptowano do druku: 15.03.2012 r.