

ŚWIATOWY DZIEŃ POChP

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

◆ 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 **między 40 a 65 rokiem życia** powinien sprawdzić, czy jego płuca zachowują zdrowie, czy też starzej się przedwcześnie. Najlepszym sposobem na sprawdzenie rezerw 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?

- **poradnictwo antytytoniowe** – osoby **powyżej 18 roku życia** palące papierosy
- **diagnostyka i profilaktyka przewlekłej obturacyjnej choroby płuc** – osoby **między 40 a 65 rokiem życia** (pod uwagę bierze się rok urodzenia), które nie miały wykonywanych badań spirometrycznych w ramach tego programu w ciągu **ostatnich 36 miesięcy** i u których wcześniej nie zdiagnozowano, 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 podstawowej opieki zdrowotnej lub specjalisty, który wyda odpowiednie skierowanie.

GDZIE WYKONAĆ BADANIA W RAMACH PROGRAMU? w zakładach, 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.

Poradnictwo antytytoniowe obejmuje:

- 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 i motywacji do zaprzestania palenia), a także przeprowadzenie zmodyfikowanego testu oceny wielkości uzależnienia od tytoniu
- wykonanie badań lekarskich i diagnostycznych, takich jak pomiar masy ciała, wzrostu, ciśnienia tętniczego krwi
- badanie fizykalne

- edukację antytytoniową, dotyczącą skutków zdrowotnych palenia tytoniu (również biernego), a w przypadku kobiet – wskazanie palenia tytoniu jako czynnika ryzyka zachorowania na raka szyjki macicy oraz zagrożenia dla przebiegu ciąży oraz rozwoju płodu
- 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 i uświadomienie zagrożenia chorobami odtytoniowymi
- prowadzenie terapii odwykowej zgodnie z ustalonym schematem postępowania

Diagnostyka i profilaktyka POChP obejmuje:

- 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 i motywacji do zaprzestania palenia), a także przeprowadzenie zmodyfikowanego testu oceny wielkości uzależnienia od tytoniu
- wykonanie badań lekarskich i diagnostycznych, takich jak pomiar masy ciała, wzrostu, ciśnienia tętniczego krwi
- badanie fizykalne
- badanie spirometryczne u osób w wieku między 40 a 65 rokiem życia (przy określaniu wieku należy wziąć pod uwagę rok urodzenia)
- edukację antytytoniową, dotyczącą skutków zdrowotnych palenia tytoniu (również biernego), a w przypadku kobiet – wskazanie palenia tytoniu jako czynnika ryzyka zachorowania na raka szyjki macicy oraz zagrożenia dla przebiegu ciąży oraz rozwoju płodu
- 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 i uświadomienie zagrożenia chorobami odtytoniowymi
- prowadzenie terapii odwykowej zgodnie z ustalonym schematem postępowania

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** 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:

- 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 wywiadu dotyczącego chorób współistniejących
- przeprowadzenie testów oceniających poziom uzależnienia od tytoniu, motywacji do zaprzestania palenia, depresji oraz wywiadu dotyczącego 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 między 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
- edukację antytytoniową
- ustalenie wskazań i przeciwwskazań do terapii grupowej oraz farmakoterapii
- zaplanowanie schematu leczenia i jego realizacja

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!**
- **pacjent na każdym z etapów leczenia powinien uzyskać od lekarza informacje na temat możliwości skorzystania z porady telefonicznej w wysokospecjalistycznej Poradni Pomocy Palącym oraz uzyskania wsparcia przez specjalistów tej Poradni.**

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. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 6 listopada 2013r. dotyczące świadczeń gwarantowanych w zakresie programów zdrowotnych oraz warunki ich realizacji
3. Zarządzenie nr 67/2016/DSOZ Prezesa Narodowego Funduszu Zdrowia z dnia 30 czerwca 2016 roku w sprawie zawierania i realizacji umów w rodzaju programy zdrowotne – w zakresach: 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 18 LISTOPADA 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

Biurowisko 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