

Л.С.Булкина, А.С.Белевский

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ ДЛЯ БОЛЬНЫХ БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМОЙ: МИРОВОЙ ОПЫТ

Кафедра госпитальной терапии педиатрического факультета РГМУ

В последнее время в мировой пульмонологической практике особое внимание уделяется вопросу ведения больных бронхиальной астмой. Это обусловлено тем, что бронхиальная астма является серьезной социальной проблемой, несмотря на явные успехи в научных и практических вопросах, связанных с данной патологией. Как правило, человек заболевает астмой в молодом возрасте и всю жизнь так же, как больному сахарным диабетом, ему приходится соблюдать определенные ограничения, постоянно принимать лекарства, часто обращаться за помощью к врачу. Таким образом, становление больного астмой как личности происходит в патологических, значительно отличающихся от нормальных, условиях. Это ведет к психопатизированию личности, сложностям при выборе работы, конфликтам в семье и т.д. Отсутствие знаний о своей болезни, навыков самоконтроля, неумение правильно пользоваться лекарствами, неосведомленность о факторах, влияющих на собственное здоровье, — серьезные причины, ухудшающие течение заболевания [1,2,23,24]. В связи с этим, в мировой практике большое значение придается специальным образовательным программам [1,7,8,11—13,20,21]. Их разрабатывают различные организации, например, Национальная компания по астме в Великобритании, Фонд астмы в Новой Зеландии, Американская легочная ассоциация и Фонд астмы и аллергии в США и др. [1—9,11—40]. В настоящее время создан Международный совет по астме со штаб-квартирой в Канаде, членом которого является и Россия [22].

Методы обучения больных можно разделить на три основные группы.

1. *Занятия с больными.* Эти занятия могут проводиться в различных формах. Примерами служат занятия в астма-школах, астма-клубах, группах самоподдержки больных, организуемых по территориальному принципу. Интересен опыт Фонда астмы и аллергии в Германии: с помощью этого Фонда стимулируется создание групп самоподдержки, которые самостоятельно организуют занятия с пациентами, входящими в состав этих групп, причем преподавателей предоставляет Фонд астмы и аллергии после того, как группа заявляет о своем желании заниматься самообразованием. Фонд имеет целую сеть преподавателей по всей стране, которые прошли специальное обучение и получают от Фонда оплату своего труда во время проведения занятий в группах самоподдержки [10]. В Новой Зеландии отдается предпочтение астма-школам, где на протяжении относительно короткого периода, например месяца, больные приходят на занятия, где им читают лекции, посвященные бронхиальной астме. В США — это астма-клубы, где, помимо образовательных программ, проводится и клубная работа. Образовательные программы создаются как для взрослых (причем отдельно выделяется аспект "Беременность и астма"), так и для детей и, что особенно важно, для родителей, чьи дети страдают бронхиальной астмой, а также для учителей, в классах которых учатся дети-астматики [9,26,32].

Большое значение в образовании пациентов придается телефонной помощи для больных бронхиальной астмой, по которым всегда можно получить необходимую информацию о болезни, посоветоваться по поводу конкретной ситуации, узнать о новых лекарствах и т.д. Интересно, что при непосредственном обучении больных за рубежом основными "учителями" являются медицинские сестры. Считается, что медицинская сестра может войти в более тесный контакт с пациентом, рассказать о болезни на более доступном уровне, и поэтому информация будет усвоена пациентом лучше. В Великобритании существует даже специальный Астма-тренинг центр, который обучает медицинских сестер, как вести занятия с пациентами [40].

2. *Печатная продукция* — неотъемлемая часть обучающих программ для больных бронхиальной астмой. В мире выпускается огромное количество брошюр, буклетов, книг для больных бронхиальной астмой. Национальная компания по астме в Великобритании выпускает специальную серию буклетов, посвященных раз-

личным вопросам ведения этой патологии. Вот некоторые темы этих изданий: "Что такое бронхиальная астма", "Излечима ли бронхиальная астма?", "Гормоны в лечении бронхиальной астмы", "Астма и беременность", "Ингаляторы в лечении бронхиальной астмы", "Физическая нагрузка и бронхиальная астма", "Может ли мой ребенок "перерасти" бронхиальную астму?", "Астма в школе", "Как купировать приступ бронхиальной астмы", "Что такое пикфлоуметрия" и т.д. [4—8,14,16,17,19,25,27—30,33—34,36—40]. Как видно из этого перечня, темы затрагивают почти все насущные проблемы, стоящие перед астматиком. Существуют специальные журналы и книги, особенно распространенные в США, которые в популярной, но не примитивной форме излагают основные вопросы, связанные с лечением бронхиальной астмы [18,23,26,35]. Еще один вид печатной продукции — газеты для больных бронхиальной астмой. Наиболее известной среди них является "Астма-ньос" — газета, выпускаемая Национальной компанией по астме Великобритании [3,31]. Газета выходит четыре раза в год на восьми полосах. В ней читатель может найти информацию о новых научных достижениях в области астмы, узнать об известных людях, больных бронхиальной астмой, но, несмотря на это, достигших высокого служебного положения. В газете печатаются фотографии знаменитых спортсменов, которые побеждают в различных соревнованиях, несмотря на то, что долгие годы болеют астмой. "Астма-ньос" также рассказывает о новых медикаментах и ценах на них, дает практические советы, полезные каждому астматику, отвечает на письма. В ней можно прочесть о жизни групп самоподдержки, астма-клубов, рассказывается о проведении различных конкурсов среди больных астмой. Читатель также получает информацию о том, куда надо обратиться, если он хочет стать членом одной из организаций для астматиков, как сделать пожертвование и какие формы благотворительной помощи можно оказать. На первой полосе публикуются фотографии известных ученых, государственных деятелей, членов королевской семьи — например, пресс-секретарь Маргарет Тэтчер с ингалятором в руке или патрон всех астматиков Великобритании герцогиня Глостерская. Таким образом, газета, наряду с образованием больных, несет на себе также важные функции психологической поддержки и развития коммуникации как больных бронхиальной астмой между собой, так и астматиков и врачей. Такие же газеты, только более красочные и адаптированные к возрасту существуют для детей и подростков.

3. *Видеопродукция* — менее распространенный, но тем не менее также важный вид образования больных. Как правило, обучение проводится на простой основе, не требующей специального оборудования, чтобы пациенту не приходилось прилагать каких-либо усилий для своего образования. Видеокассета — это уже техническое обучение, поэтому этот вид обучения не очень распространен. Однако в последние годы образовательные фильмы начинают распространяться все больше и больше.

Это игровые фильмы, мультипликация, научно-популярные ролики, рассчитанные на различный возраст и уровень интеллекта.

Помимо общих знаний, больной бронхиальной астмой должен получать и конкретные сведения о своей болезни. Для этого, в первую очередь, существует перечень вопросов, ответы на которые должен найти больной астмой после первого визита к врачу [12,24]. Эти вопросы следующие:

1. Как правильно использовать лекарства.
2. Как распознать обострение болезни, в том числе используя пикфлоуметрию.
3. Как купировать приступ астмы.
4. Когда обращаться за врачебной помощью и когда вызывать "Скорую помощь".

В обучающие программы также входит обеспечение каждого больного бронхиальной астмой приспособлениями, которые помогут ему контролировать самого себя, лучше разобраться в своей

болезни, и, в конечном итоге, улучшить качество своей жизни. К ним относятся:

1. Инструкция для ежедневного использования или, как ее еще называют, план действий, в котором указывается набор медикаментов для обычного использования, лекарства, которые необходимо применить при ухудшении, тесты, по которым ухудшение состояния можно распознать, телефоны, по которым следует обращаться за медицинским советом и срочной помощью. Иногда такие инструкции выполнены в трех цветах — зеленом, желтом и красном, где каждый цвет соответствует уровню состояния больного. Зеленый — все в порядке, желтый — необходима интенсификация лечения, красный — необходимо обратиться за срочной медицинской помощью. Это делается для того, чтобы действия больного достигли автоматизма в тех или иных ситуациях. Определенный цвет, соответствующий цвету различных огней светофора, помогает быстро, не задумываясь принимать решения [9,12,24].

2. Пикфлоуметр — прибор, определяющий максимальную скорость воздушного потока на выдохе. Каждый больной бронхиальной астмой должен иметь такой прибор так же, как больной артериальной гипертензией — тонометр, или больной сахарным диабетом — определитель уровня сахара крови. Прилагаемый суточный или недельный дневник помогает выявлять закономерности в изменении бронхиальной проходимости от часа к часу, дня ко дню и перейти на превентивный прием лекарств [30]. Кроме того, пикфлоуметрия имеет большое значение в определении ухудшения состояния больного. В планах действий, о которых сказано выше, как правило, указываются нормальные или привычные для больного значения максимальной скорости выдоха, а также те величины, при которых надо начинать те или иные действия.

3. Спейсер — прибор, представляющий собой емкость, через которую производится ингаляция дозированных аэрозолей. Он позволяет увеличить количество доставляемого лекарства в бронхиальное дерево, а также избежать или уменьшить побочные явления от применяемых препаратов.

Образование больных неразрывно связано с образованием специалистов. Понятно, что чем выше квалификация врача, тем успешнее лечение. Однако нельзя забывать, что важной частью квалификации врача и среднего медицинского персонала является умение обучать больных. Определенные навыки и знания, самые необходимые в повседневной жизни, доктор должен давать в своем кабинете, ведя прием больного. Минимальный перечень вопросов уже был упомянут выше. "Фундаментальные" же знания больной получает в астма-школах, астма-клубах и т.д.

В нашей стране образование больных бронхиальной астмой находится в зачаточном состоянии. Наиболее успешно функционируют астма-школы в Санкт-Петербурге, которая существует уже много лет на базе кафедры пульмонологии ЛенГИДУВ, а также семь астма-клубов, созданных в Москве [1,2]. Имеются сведения о создании образовательных структур в Ярославле, Саратове, Рязани, Екатеринбурге. Однако для достижения значимого эффекта нужны скоординированные усилия по созданию унифицированных тем, мощных образовательных структур, издания печатной продукции. На повестке дня — создание телевизионной астма-школы, организация телефона помощи.

Клиника академика А.Г.Чучалина занимается координацией создания образовательных программ от имени Международного Совета по астме. Всех, кто занимается или хочет заниматься образованием больных бронхиальной астмой, мы просим написать нам о том, что бы вы хотели сделать, или поделиться уже накопленным опытом, а также какие формы сотрудничества вам были бы необходимы. Наш адрес — 105007, Москва, 11-я Парковая улица, 32/61, НИИ пульмонологии, Легочный фонд, Белевскому А.С.

ЛИТЕРАТУРА

1. Коровина О.В., Собченко С.А. Принципы организации индивидуального лечения больных бронхиальной астмой // Тер. арх.— 1991.— № 12.— С.117—120.
2. Собченко С.А., Коровина О.В. Опыт работы "Школы для больных бронхиальной астмой" // Пульмонология.— 1991.— № 3.— С.14—19.
3. Advance Asthma and Allergy Foundation of America.— 1992.— Vol.10, № 8.
4. Asthma News.— London: National Asthma Campaign, 1992.— Issue 29, Jan.
5. Asthma News.— London: National Asthma, 1992: Issue 30, April.
6. Asthma and Allergy.— London: National Asthma Campaign, 1992.
7. Asthma — Not All in the Mind.— London: National Asthma Campaign, 1992.
8. Asthma and Pregnancy.— London: National Asthma Campaign, 1992.
9. Asthma at School.— London: National Asthma Campaign, 1992.
10. Asthma at Work.— London: National Asthma Campaign, 1992.
11. Asthma in the Workplace.— London: National Asthma Campaign, 1992.
12. Bolton M.B., Tilley B.C., Kuder J., Reeves T., Schultz L.R. The cost and effectiveness of an education programme for adults who have asthma // J. Gen. Intern. Med.— 1991.— Vol.6, № 5.— P.401—407.
13. Breathing and Relaxation in Asthma.— London: National Asthma Campaign, 1992.
14. Bronchodilator Treatment for Asthma.— London: National Asthma Campaign, 1992.
15. Bulletin of International Asthma Council.— 1992.— Vol.2.
16. Childhood Asthma (A Matter of Control).— Kansas, 1992.
17. Chronic Asthma.— London: National Asthma Campaign, 1992.
18. Cochrane G.M. Therapeutic compliance in asthma: its magnitude and implications // Eur. Respir. J.— 1992.— Vol.5.— P.122—124.
19. Distance Learning Package.— Warwickshire: Asthma Training Centre, 1990.
20. Exercise and Asthma.— London: National Asthma Campaign, 1992.
21. Evans D., Mellins R.B. Educational programs for children with asthma // Paediatrician.— 1991.— Vol.18, № 4.— P.317—323.
22. Food Allergy.— London: National Asthma Campaign, 1992.
23. Hiller J. Coping with Asthma (A Guide for Parents).— Nottingham, 1991.
24. How is Asthma Treated? — London: National Asthma Campaign, 1992.
25. How to Cope with an Asthma Attack.— London: National Asthma Campaign, 1992.
26. Huhhauser Y., Richter B., Kraut D., Weske G., Worth H., Berger M. Evaluation of a structured treatment and teaching programme on asthma // J. Intern. Med.— 1991.— Vol.230, № 2.— P.157—164.
27. Huss K., Squire E.N., Carpenter G.B., Smith L.J., Huss R.W., Salata K., Salerno H., Agostinelli D., Hershey J. Effective education of adults with asthma who are allergic to dust mites // J. Allergy Clin. Immunol.— 1992.— Vol.89.— P.836—843.
28. Is Asthma Preventable? — London: National Asthma Campaign, 1992.
29. Inhalers and Things.— London: National Asthma Campaign, 1992.
30. Nebulisers.— London: National Asthma Campaign, 1992.
31. Peak Flow Measurement.— London: National Asthma Campaign, 1992.
32. Schools Asthma Teaching Pack.— Warwickshire: Asthma Training Centre, 1990.
33. Steroid Treatment for Asthma.— London: National Asthma Campaign, 1992.
34. Strategic plan 1992—1996 (A Summary).— London: National Asthma Campaign, 1992.
35. A Support Groups — Partnerships for Health.— Washington: Asthma and Allergy Foundation of America, 1991.
36. The Asthmatic on Holiday.— London: National Asthma Campaign, 1992.
37. Weinstein A.M. Asthma.— New York, 1990.
38. What is Asthma?— London: National Asthma Campaign, 1992.
39. Will my Child Grow Out of Asthma? — London: National Asthma Campaign, 1992.
40. Worth H. Educational programmes in asthmatics // Eur. Respir. J.— 1992.— Vol.5, № 1.— P.138—140.

Поступила 07.06.93.