Lj. Lulić Karapetrić, Lj. Kondić, i suradnici

PROGRAM ZA LIJEČNIKE, ZDRAVA PREHRANA I TJELESNA AKTIVNOST U PREVENCIJI KARDIOVASKULARNIH BOLESTI
EDUKACIJA EDUKATORA

Cilj programa:

edukacija i osnaživanje liječnika za preventivan način rada, poticanje konstruktivnih obrazaca ponašanja i zdravih stilova života aktivno sudjelovanje i poboljšanje međusobne suradnje

Ključne riječi: program za obiteljskog doktora, preventivan rad, važnost kvalitetne komunikacije i suradnje

Kardiovaskularne bolesti su i dalje vodeći uzrok smrti u svijetu.
Hrvatska ima 49 % ukupnog mortaliteta
Bolesnici s faktorim rizika, oboljeli od kardiovaskularnih bolesti
trajna skrb - LOM
preventivan rad + liječenje = LOM
LOM veliki broje posjeta, administrativni rad, diktat tržišnih odnosa.

kronična frustracija:
pad kvalitete rada slabi zdravlje liječnika?

!?! ishod liječenja pacijenata !?!

Liječnici
dragovoljno uključeni, iz cijele Hrvatske
grupe od 15-20 liječnika
dvodnevne i trodnevne vikend radionice
ukupno osam u godini

Program
- proljetni i jesenji modul
- tematska predavanja u vezi sa kardiovaskularnim bolestima
- popunjavanje upitnika i skala kvalitete življenja
- edukativna grupna psihoterapija
- tjelovježba i zdrava prehrana
- program smo započeli pilot grupom liječnika u veljači 2013g
- 5 vikend radionica: 3 u Zagrebu, 1 na otoku Mljetu i 1 u Metkoviću
- intenzivni rad + interaktivno učenje = po završetku radionica odlazimo u naše obitelji i na svoja radna mjesta s novim elanom, pozitivnom energijom, osnaženi za nastavak odgovornog posla, s novim idejama koje već primjenjujemo u praksi.

Na početku projekta mjerili smo:
- razinu anksioznosti,
- izloženost stresu,
- reakcije na stres,
- kvalitetu življenja

Kontrolna praćenja i mjerenja nakon 6 mjeseci:
- bolje rješavanje stresnih situacija
- znatno osnaživanje osobnosti
- bolju kvalitetu življenja
- uspješno sprovođenje navedenog preventivnog programa s osobama koje imaju rizične faktore za razvoj kardiovaskularnih bolesti

Zbog pozitivnih učinaka našu edukaciju i druženja nastavljamo i nakon predviđenih 8 radionica s temom kardiovaskularnih bolesti. 4 susreta godišnje za praćenje i evaluaciju onoga što Činimo za sebe i za svoje pacijente i ostale građane