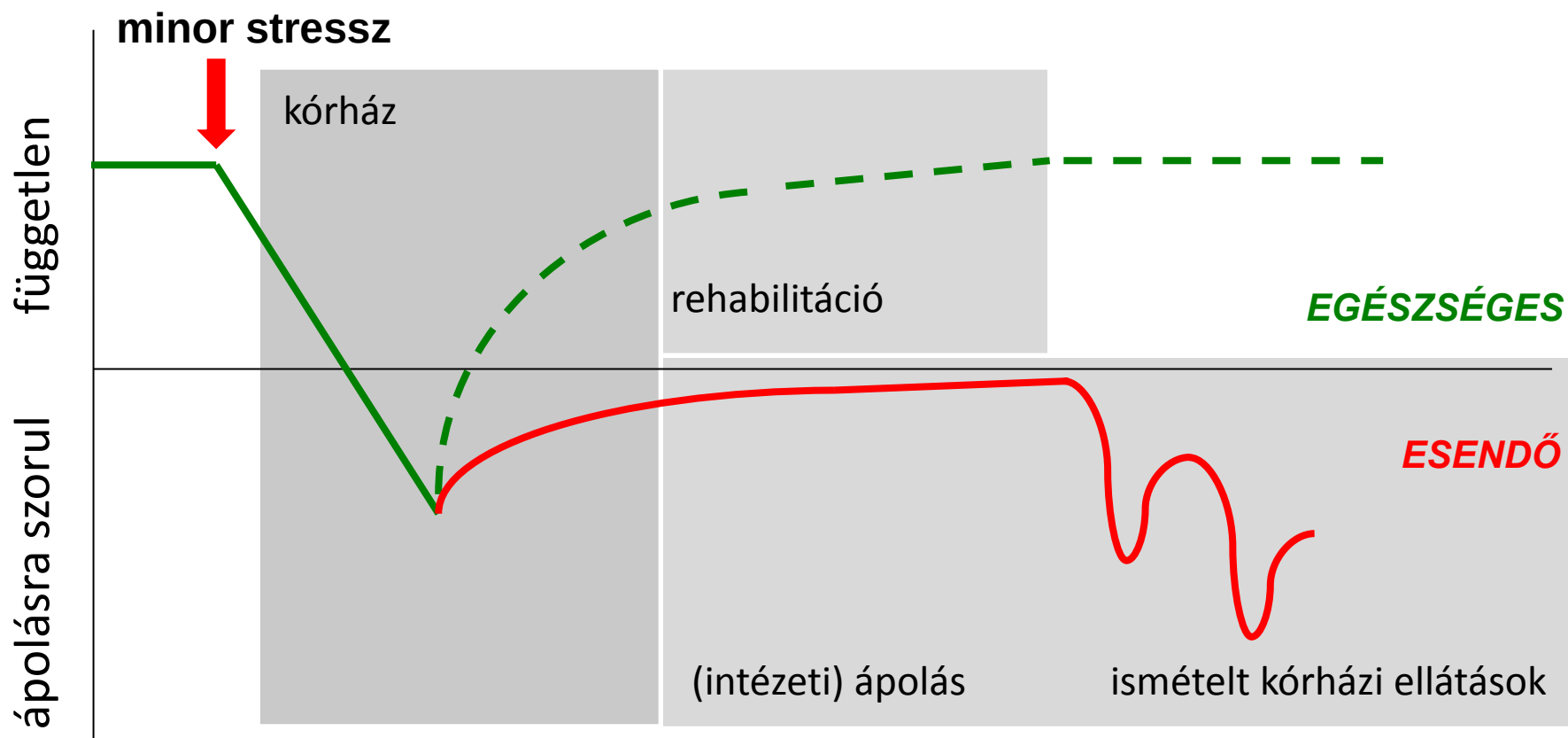


Esendők-e a magyar járóbetegek?



Kálmán Sára, Pákáski Magdolna,
Papp Edina, Kálmán János

Egy régi - új ismerős



Esendőség szindróma

(Kahlon, 2015)

(Woods, 2005)

◀ fokozott egészségügyi rizikó

1 éven belüli halálozás	2.9-13.7x
intézeti elhelyezés	3.4-19.3x
társbetegségek halálozása	1.5-4.5x
bennfekvés ideje	150%
rokkantság	1.7x
elesés	1.5-2.5x
depresszió	1.8-4.3x
szorongásos zavarok	4.4x
mentális hanyatlás	



A minőségi életévek elvesztésére.

Esendőség szindróma

- ◀ fokozott egészségügyi rizikó
- ◀ enyhe → mérsékelt → súlyos
- ◀ egyszerű szűrőtesztek → szakellátás

◀ megelőzhető, visszafordítható, mérsékelhető

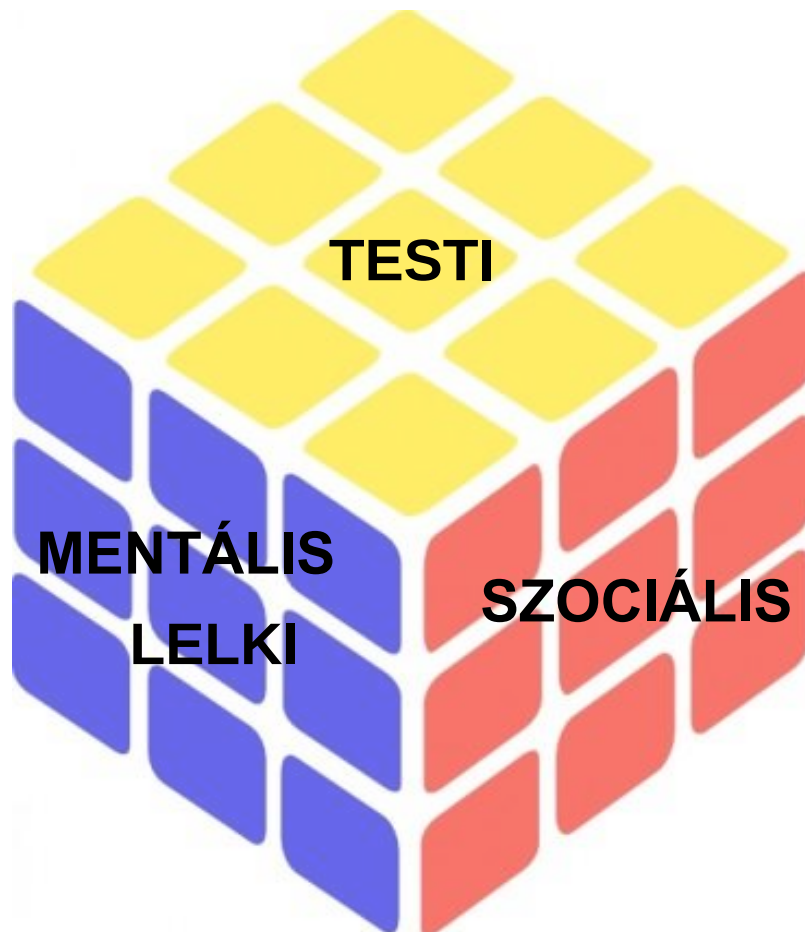
◀ nem életkorhoz kötött: krónikus betegek !!!



Multi-dimenziós szindróma

- meglassultság
- csökkent aktivitás
- gyengeség

- memóriazavar
- rossz hangulat
- szubjektív egészség romlás
- félelem eleséstől



- testsúlycsökkenés
- társbetegségek
- >4 gyógyszer

- elszigetelődés
- anyagi gondok
- segítő hiánya
- veszteségek

**Csak stressz hatására derül ki,
de akkor **KRÍZIST** okoz!**

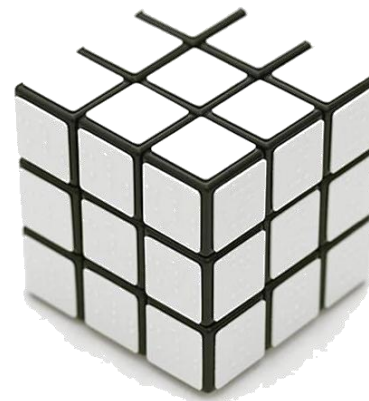
Szűrni kell!

1. KI – bárki

orvos / ápoló / gondozó / szociális munkás / ...

2. HOGYAN

- kérdőív
 - személyes
 - telefonos
 - önkitöltős (internetes)
- elektronikus kalkulátor
- a szakember megítélése



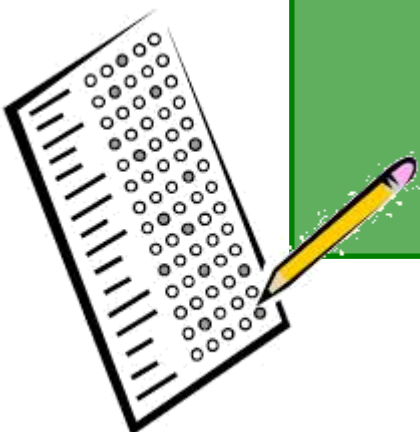
Esendőség Magyarországon?

- Cél:**
1. Mekkora az esendőség szindróma előfordulása a magyar időskorú lakosság körében?
 2. Időskorúak nappali ellátásában résztvevők oktatása, bevonása a szűrésbe
 3. Öt különböző szűrőeszköz összehasonlítása
(Edmonton, Gröningen, Tilburg, Gerontopole, FRAIL skála)



Tájékoztató vizsgálat:

- ✓ 92 fő otthonában élő, 65 év feletti szegedi lakos
- ✓ 31 ffi és 61 nő
- ✓ életkor átlag 74.04 ± 15 év

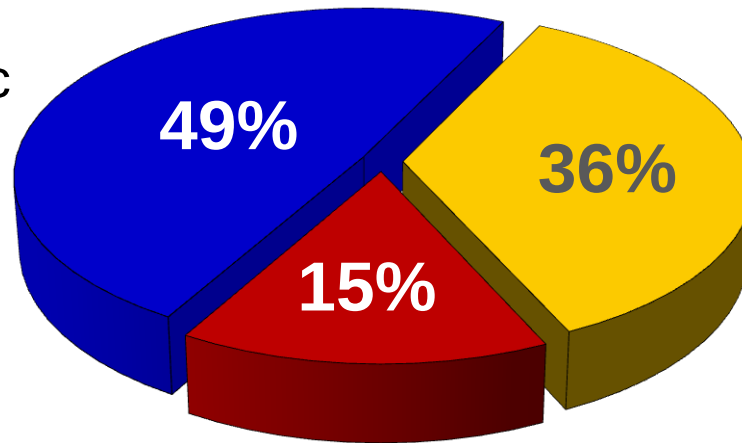


Eredmények - járássebesség, izomerő

feláll – 3m – megfordul – 3m - leül



normál
< 11 sec



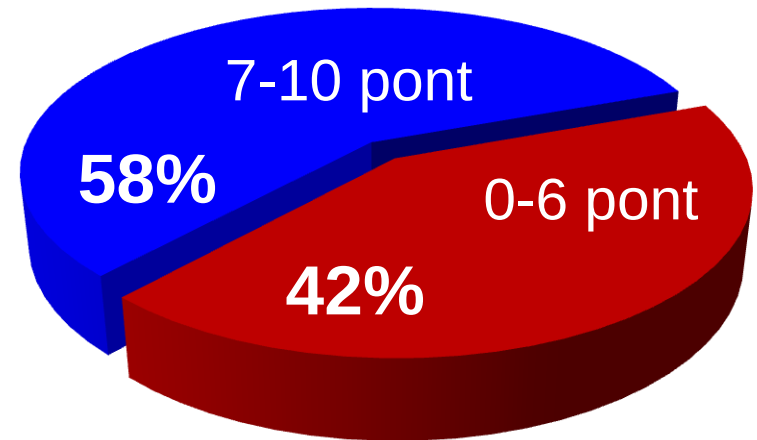
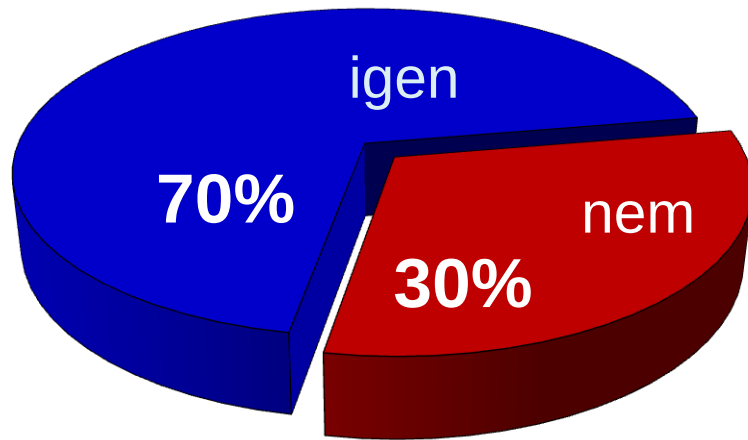
enyhén csökkent
11-20 sec

jelentősen csökkent
> 20 sec



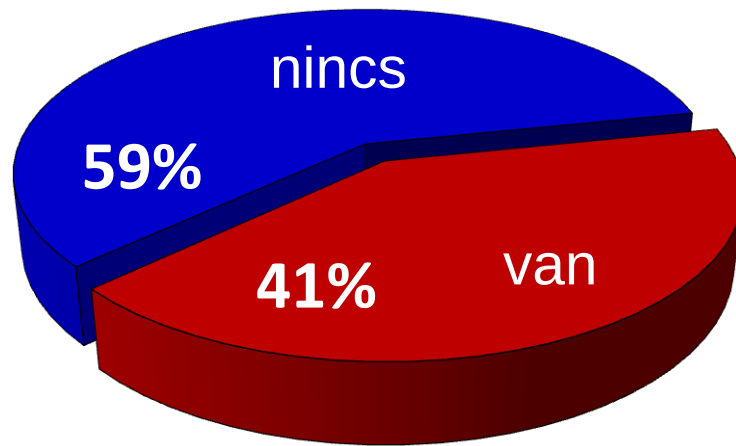
Eredmények - szubjektív egészség

Egészségesnek érzi magát?

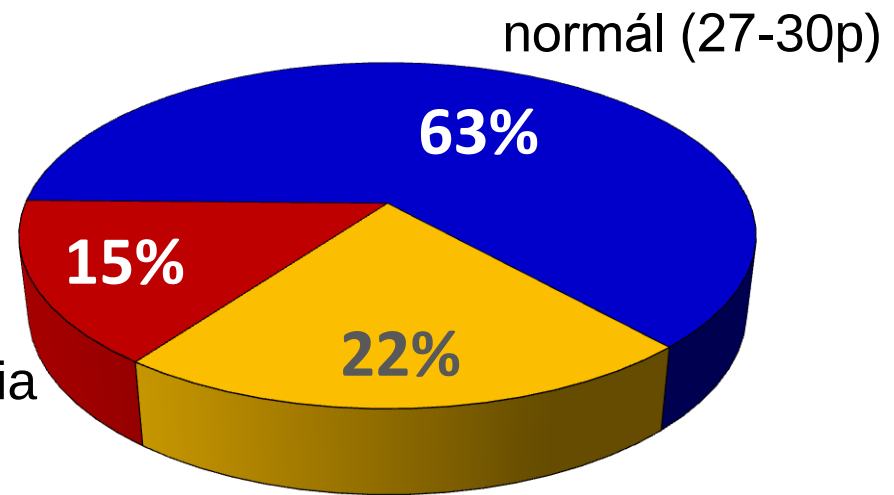


Eredmények – (vélt) kognitív funkció

memória panasz



Mini-Mentál Teszt pontszám



enyhe-mérsékelt demencia
(18-23p)

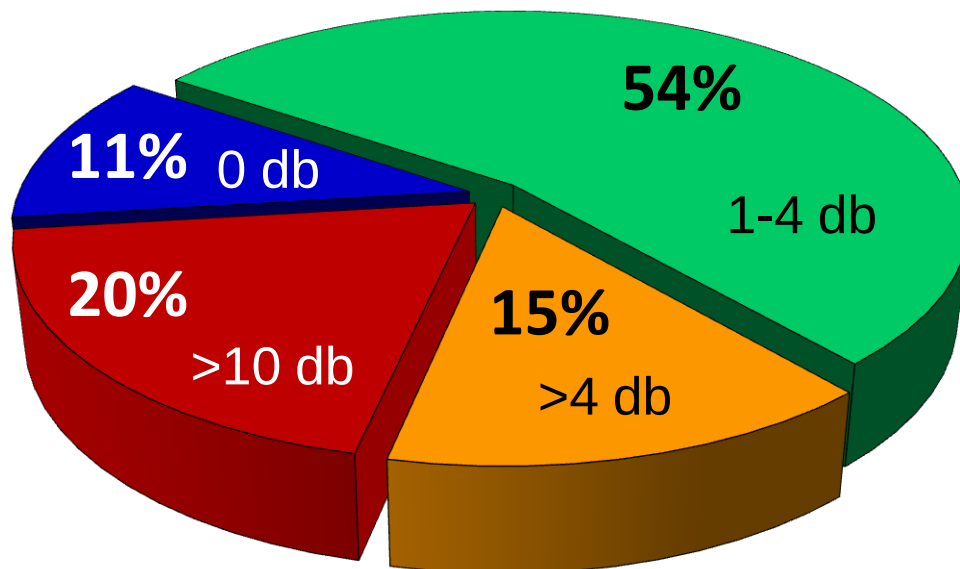
enyhe kognitív zavar
(24-26p)



Eredmények – Polifarmácia



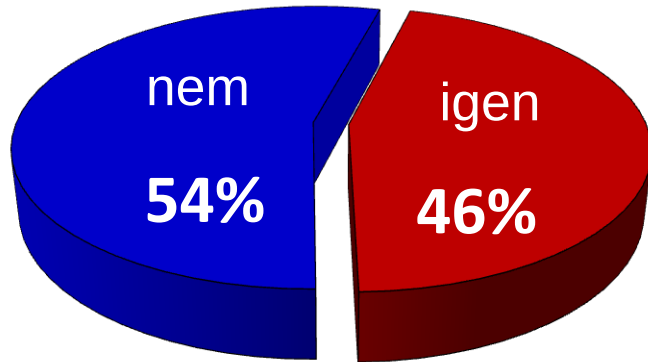
Rendszeresen szedett gyógyszerek száma



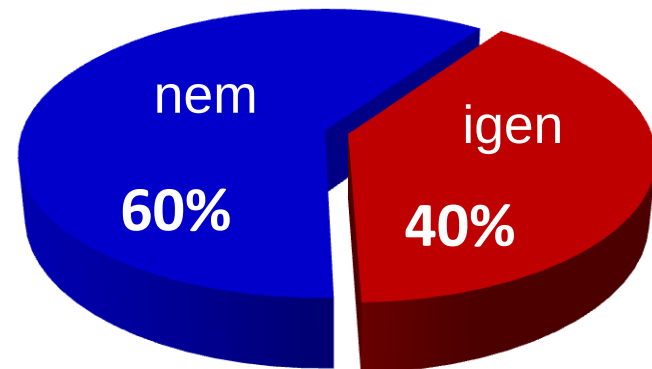
#1 terápiás javaslat: a polifarmácia csökkentése

Eredmények – pszichoszociális jóllét

Egyedül él?

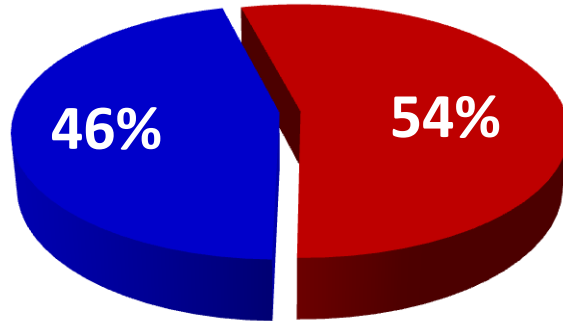


Gyakran lehangolt?

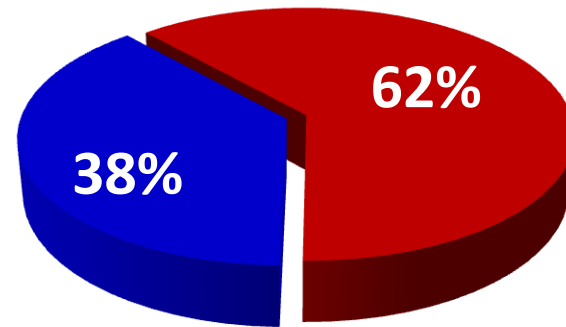


Eredmények – Esendőség

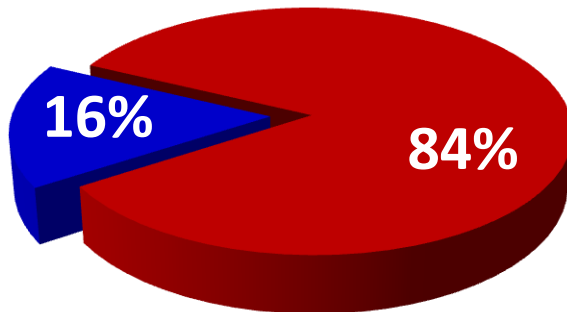
Tilburg



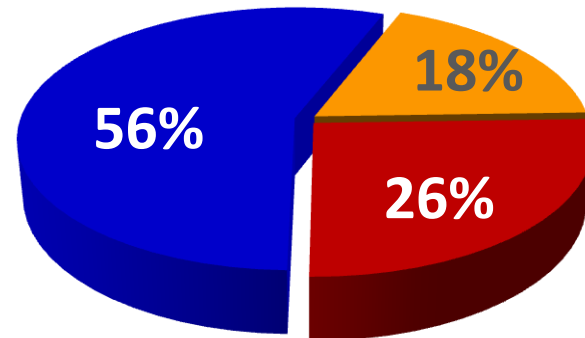
Gröningen



Gerontopole



Edmonton



 egészséges

 sérülékeny

 esendő



Esendőség Magyarországon!

Következtetések:

1. A szűrt 65 év felettek **30-60%-a** esendő,
→ megfelel a nemzetközi adatoknak
2. A szűrőeszközök érzékenysége jelentősen **különbözhet**,
→ további megfontolásokra adhat oka
3. Az esendőség foka igen jól korrelál a **gyógyszerek számával**
→ megfelel a klinikai megfigyeléseknek

További céljaink:

- szűrés **kiterjesztése** Csongrád megyére
- **prevenciós** stratégiák oktatása

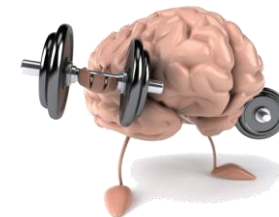
ÚGY MINT...

Egyéni gondozási terv

1. Van-e befolyásolható kiváltó tényező?

2. alkalmazkodás, tartalékok fejlesztése

- testmozgás
- kalória, fehérje, D-vitamin pótlás
- elesés prevenció
- szellemi frissesség
- pszichoszociális támogatás
- észszerű gyógyszerelés



Köszönöm a megtisztelő figyelmet!



Egy lépés az egészségünkért

- Csongrád megye komplex egészségfejlesztési programja



MAGYARORSZÁG MEGÚJUL



SZÉCHENYI TERV



A projektek az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap társfinanszírozásával valósulnak meg.