

Instrukcja wspierania opiekuna osoby zależnej
w zakresie profilaktyki zdrowotno-rehabilitacyjnej

**Wykaz zalecanych badań diagnostycznych
dla opiekunów zależnych seniorów**

w ramach testowania innowacyjnego projektu
„Pakiet opieki wytchnieniowej”

2018

Projekt realizowany jest w ramach projektu grantowego „Generator Innowacji. Sieci Wsparcia” finansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020. Partnerem projektu jest Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności w ramach Programu „Uniwersytetu Trzeciego Wieku – Seniorzy w akcji”

Instrukcja wspierania opiekuna osoby zależnej w podejmowaniu działań profilaktyczno-leczniczych

Opracujcie pakiet badań diagnostycznych dla opiekunów osób zależnych układając badania w dwie grupy. Pierwsza grupa badań informuje o ogólnej kondycji organizmu osoby badanej, a w przypadku istnienia patologii wskazuje osłabiony/chory organ lub układ i identyfikuje nasilenie procesu chorobowego. Druga grupa obejmuje badania szczególnie istotne dla osób stale sprawujących opiekę i związanych z tym obciążeniem organizmu. Zważcie na fakt, iż opiekunowie zależnych seniorów są grupą osób, które ze względu na charakter wykonywanej pracy i styl życia – wymuszony koniecznością stałego świadczenia opieki – narażone są na występowanie pewnych schorzeń. Zdiagnozowanie choroby w początkowym etapie pozwala na podjęcie leczenia, co jest o wiele łatwiejsze w trakcie uczestnictwa opiekuna w zajęciach grupy wsparcia, która to grupa, wspiera i motywuje uczestnika do podjęcia leczenia i troski o swoje zdrowie.

Wynegocjujcie korzystną cenę pakietu badań diagnostycznych i zorganizujcie je miejscu i czasie dogodnym dla opiekuna. Rozważcie możliwość pobrania materiału do badań przed rozpoczęciem spotkania grupy wsparcia. Na następnym spotkaniu grupy przezażcie – w zaklejonnych kopertach – wyniki badań.

Wykaz badań diagnostycznych dla opiekunów osób zależnych

Pakiet badań, obejmuje określenie obrazu krwi i podstawowych parametrów biochemicznych, pozwalających na dokonanie ogólnej oceny stanu organizmu osób w wieku dojrzałym. Dzięki poniżej przedstawionym badaniom można ocenić funkcjonowanie głównych narządów, określić ryzyko wystąpienia chorób układu krążenia, anemii, cukrzycy. Badania wykrywają także zaburzenia w funkcjonowaniu tarczycy, pomagają zdiagnozować przyczyny ogólnego osłabienia i złego samopoczucia.

- Morfologia krwi z rozmazem

Badanie morfologii jest często wykonywane w ramach ogólnej oceny stanu zdrowia.

Jest wykorzystywane:

- jako test przesiewowy do wykrywania wielu zaburzeń i chorób,

- pomaga w rozpoznawaniu m.in.: niedokrwistości, zakażeń, stanów zapalnych, zaburzeń krzepnięcia, białaczek,
- w monitorowaniu postępu choroby i/lub skuteczności leczenia rozpoznanej choroby,
- w monitorowaniu leczenia o znanym wpływie na komórki krwi, np. radioterapii i chemioterapii.

- Kreatynina wraz z obliczeniem wskaźnika eGFR

Badanie wykonywane jest:

- w ramach rozszerzonego lub podstawowego zestawu badań laboratoryjnych w przypadku podejrzenia nieprawidłowej funkcji nerek,
- jeżeli pacjent cierpi na ostrą lub przewlekłą chorobę, która może wpływać na pracę nerek i/lub może pogorszyć się z powodu dysfunkcji nerek,
- okresowo w celu monitorowania leczenia chorób nerek lub oceny czynności nerek podczas przyjmowania leków.

GFR - wielkość przesączenia kłębuszkowego (glomerular filtration rate – GFR) jest równa objętości osocza przesączonego przez kłębuszki w jednostce czasu.

- Mocznik

Mocznik jest wytwarzany głównie w wątrobie. Stężenie mocznika w surowicy pozwala określić, czy nerki spełniają swoją funkcję wydalniczą (podejrzenie niewydolności nerek). By badanie było jednoznaczne i wiarygodne, należy łączyć je z pomiarem kreatyniny.

- Glukoza

Stężenie glukozy we krwi oznacza się, aby sprawdzić, czy mieści się ono w zakresie wartości prawidłowych. Oznaczenie to ma zastosowanie w badaniach przesiewowych w kierunku cukrzycy i stanu przed cukrzycowego, w monitorowaniu wysokiego (hiperglikemia) i niskiego (hipoglikemia) stężenia glukozy we krwi.

- Lipidogram (Cholesterol całkowity, Cholesterol HDL, Cholesterol LDL, Triglicerydy)

Profil lipidowy to grupa oznaczeń zlecanych w celu oceny ryzyka wystąpienia choroby wieńcowej. Oznaczenia wchodzące w skład profilu lipidowego są wiarygodnymi wskaźnikami prawdopodobieństwa wystąpienia ataku serca lub udaru spowodowanego zablokowaniem naczyń krwionośnych (stwardnieniem tętnic). W skład profilu lipidowego wchodzi następujące oznaczenia:

- cholesterol całkowity,
- cholesterol HDL - zwanego często "dobrym",
- Cholesterol LDL - często zwanego "złym",
- Triglicerydy.

-Transaminazy (AST, ALT)

Badanie AST służy najczęściej do wykrywania uszkodzenia wątroby. Badanie łączy się zwykle z oznaczaniem ALT i innych wskaźników funkcji wątroby w celu wykrywania i diagnostyki różnicowej chorób wątroby. AST i ALT są uważane za dwa najważniejsze wskaźniki uszkodzenia wątroby, ale ALT jest bardziej swoisty.

- Profil tarczycowy podstawowy (TSH, fT3, fT4)

Oznaczenie stężenia hormonu tyreotropowego (tyreotropina, TSH):

TSH w surowicy jest czułym wskaźnikiem odzwierciedlającym aktualny stan metaboliczny tarczycy. U osób z prawidłową czynnością przysadki mózgowej, wolnych od chorób neuropsychiatrycznych, podwyższenie stężenia TSH oznacza niedobór obwodowych hormonów tarczycy, natomiast obniżenie stężenia TSH świadczy o ich nadmiarze.

Wolne hormony tarczycy (fT3, fT4):

Hormony tarczycy są biologicznie dostępne jedynie w postaci wolnej i tylko w tej postaci wykazują działanie. Zaletą oznaczenia wolnej frakcji hormonów jest niezależność jej parametrów od czynników wpływających na łączenie się z białkami.

Oznaczenie TSH jest często pierwszym testem z wyboru wykonywanym w celu oceny czynności tarczycy i/lub objawów nadczynności lub niedoczynności tarczycy.

Ponieważ jednak TSH interferuje z innymi czynnikami, w przypadkach wątpliwych należy oznaczyć fT3, fT4.

Zaburzenia czynności tarczycy towarzyszą różnym stanom chorobowym.

Objawy nadczynności tarczycy: tachykardia, osłabienie, nadmierna potliwość, nietolerancja ciepła, spadek masy ciała mimo wzmożonego apetytu, wzmożona pobudliwość nerwowa, bezsenność, biegunki.

Objawy niedoczynności tarczycy: senność, osłabienie, nadwrażliwość na zimno, wzrost masy ciała, sucha, łuszcząca się skóra, zaparcia, bradykardia, zmatowienie i obniżenie głosu, obrzęki twarzy i dłoni.

- Jonogram (Elektrolity) - Na, K, Cl

Badanie elektrolitów może być zlecone, jako część rutynowej oceny stanu zdrowia albo u pacjentów z objawami, takimi jak obrzęki, nudności, osłabienie, splątanie lub zaburzenia rytmu serca. Panel elektrolitów często zleca się w ocenie leczenia pacjentów z ostrymi lub przewlekłymi chorobami. Regularnie badanie wykonuje się u pacjentów, u których choroba bądź przyjmowane leki mogą powodować zaburzenia równowagi elektrolitowej. Panele elektrolitów są powszechnie wykorzystywane w ocenie leczenia takich chorób, jak nadciśnienie, niewydolność serca, choroby nerek lub wątroby.

- Kwas moczowy

Kwas moczowy jest końcowym produktem katabolizmu puryn, w około 80% wydalany przez nerki. Następstwami klinicznymi podwyższonego stężenia kwasu moczowego jest przekroczenie możliwości rozpuszczenia końcowego produktu moczanu sodowego we krwi i odkładanie go w stawach (dna moczanowa – moczanowe zapalenie stawów) i/lub nerkach (kamica nerkowa, nefropatia moczanowa).

- Amylaza (Diastaza)

Wskazania do wykonania:

- ostre i przewlekłe zapalenie trzustki, guzy trzustki,
- zajęcie trzustki w przebiegu chorób jamy brzusznej,

- zapalenie ślinianki przyusznej.

- Witamina D (25 Hydroksywitamina D)

Badanie wykonuje się w przypadku stwierdzonego nieprawidłowego stężenia: wapnia, fosforu i/lub parathormonu oraz w razie objawów choroby lub występowania łamliwości kości, gdy lekarz podejrzewa niedobór witaminy D, gdy pacjent rozpoczyna terapię w związku ze zdiagnozowaniem osteoporozy, do monitorowania niedoboru witaminy D.

Stężenie witaminy D oznacza się, aby ustalić, czy osłabienie i zniekształcenie kości lub nieprawidłowy metabolizm wapnia (nieprawidłowe wyniki oznaczeń wapnia, fosforu lub PTH) jest spowodowany niedoborem lub nadmiarem tej witaminy. Witamina D jest rozpuszczalna w tłuszczach i wchłaniana w jelitach tak jak one, dlatego czasem oznacza się jej stężenie dla oceny przebiegu chorób, które zaburzają wchłanianie tłuszczów, np. mukowiscydozy lub choroby Leśniowskiego-Crohna oraz u pacjentów u których wykonano zabieg chirurgiczny na żołądku i mogą powodować niewystarczające wchłanianie witaminy D. Stężenie witaminy D oznacza się też, aby ocenić skuteczność suplementacji witaminy D, wapnia, fosforu i/lub magnezu.

Opracowano na podstawie:

Diagnostyka laboratoryjna, Redakcja Birgid Neumeister, Ingo Besenthal, Hartmut Liebich, Urban and Partner, Wrocław 2003

Diagnostyka laboratoryjna z elementami biochemii klinicznej, Redakcja Aldona Dembińska-Kieć, Jerzy W. Naskalski, Urban and Partner, Wrocław 2002

www.labtestsonline.pl/



POLSKO-AMERYKAŃSKA
FUNDACJA WOLNOŚCI



POLISH-AMERICAN
FREEDOM FOUNDATION



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

