POChP z pozycji osoby bliskiej choremu

dr n. med. Joanna Mazurek

PODZIEL SIĘ



Rozpoznanie choroby przewlekłej jest dużym stresem nie tylko dla chorego. Dla osób bliskich oswojenie się z nową sytuacją bywa też nie lada wyzwaniem. Ideałem jest, jeżeli pacjent w chwili rozpoznania POChP ma wokół siebie krąg oddanych osób, które będą dla niego istotnym wsparciem. Ale należy pamiętać, że POChP dotyczy głównie osób starszych, gdzie zwykle samodzielne już dzieci mieszkają w innym miejscu, czasem w dużym oddaleniu, a nawet poza granicami kraju.

Dystans i brak możliwości osobistego kontaktu z osobą bliską, która choruje na POChP stanowi dodatkowy problem. Jako, że niniejsza treść powstaje w specyficznym okresie, to jest w samym epicentrum pandemii COVID-19, spróbujemy również odnieść się do tak specyficznej sytuacji.

Niewątpliwie w pierwszych tygodniach od rozpoznania chory wymaga szczególnego wsparcia. Warto zapytać wówczas lekarza na jakim etapie została wykryta choroba i jaki jest stopień jej zaawansowania. Trzeba dokładnie ocenić sytuację czy chory może nadal mieszkać sam, czy potrzebuje czasowej lub stałej pomocy. Od tego może zależeć przebieg choroby.

Wśród ogólnych obszarów, które dotyczą osób bliskich choremu na POChP, należy wymienić:

- Pozytywne motywowanie chorego do zerwania z nałogiem palenia
- Zachęcanie do aktywności fizycznej, dostosowanej do możliwości chorego
- W razie potrzeby mobilizowanie do zmiany stylu życia i pomoc w realizacji wyznaczonych celów (zwiększenia aktywności życiowej oraz zmiany przyzwyczajeń dietetycznych – np. zabieranie na spacery, pomoc w przygotowaniu zdrowych posiłków)
- Włączenie się w proces edukacji dotyczącej choroby (wspomaganie w poszukiwaniu informacji na temat choroby i sposobów jej leczenia – zdobywanie wiedzy z wiarygodnych źródeł)
- Towarzyszenie choremu i zapewnienie niezbędnej pomocy (w okresie pandemii wyręczenie w załatwieniu koniecznych spraw, które wymagają przebywania miejscach publicznych – np. wizyty w urzędach, zrobienie zakupów – zmniejszy to ryzyko kontaktu z osobami zakażonymi wirusem SARS-CoV2)
- Unikanie kontaktu z chorym na POChP jeśli w danej chwili mamy objawy przeziębienia – niegroźny dla nas wirus czy bakteria wywołująca jedynie ból gardła, czy inne błahe objawy – może być przyczyną ciężkiego zaostrzenia tej choroby u bliskiej nam osoby
- Wskazane jest również, aby osoby opiekujące się chorym na przewlekłą, ciężką chorobę (nie tylko układu oddechowego, w miarę możliwości zaszczepiły się przeciwko-grypie; np. takie zalecenie słyszą często osoby mieszkające wspólnie chorym mającym problem z niedoborami odporności)

Jeśli bliska osoba chora na POChP mieszka daleko, a my nie jesteśmy w stanie przenieść się bliżej, pomyślmy jak zorganizować i zapewnić jej pomoc oraz wsparcie przy pomocy obcych osób. Ważny jest też częsty kontakt z bliską osobą. W dzisiejszych czasach dostępnych jest wiele możliwości – kontakt telefoniczny, jak również możliwości kontaktu wzrokowego poprzez łącza multimedialne.

Jeśli osoba chora nie umie ich samodzielnie obsługiwać, na pewno w okolicy znajdzie się usłużny młody człowiek, który z zachowaniem pełnych środków bezpieczeństwa pomoże w nawiązaniu takiego kontaktu. Może być to pożyteczne doświadczenie również dla tej młodej osoby w zdobywaniu wrażliwości na potrzeby innych ludzi, co w dobie pandemii wydaje się wyjątkowo ważne.

Piśmiennictwo:

http://gerontologia.org.pl/wp-content/uploads/pliki/ol/polsenior.pdf

https://neurologia-praktyczna.pl/a3771/Starzenie-sie-i-starosc.html

Bożek A, Rogala B, Bednarski P. Asthma, COPD and comorbidities in elderly people. J Asthma. 2016;53(9):943-947.

https://pulsmedycyny.pl/przewlekle-choroby-pluc-w-czasie-pandemii-sars-cov-2-kluczowa-jest-dobra-kontrola-chorob-podstawowych-987814

PODZIEL SIĘ

Materiał wewnętrzny Chiesi

Ostatnia aktualizacja strony 17 lipca 2025

Właściciel serwisu

