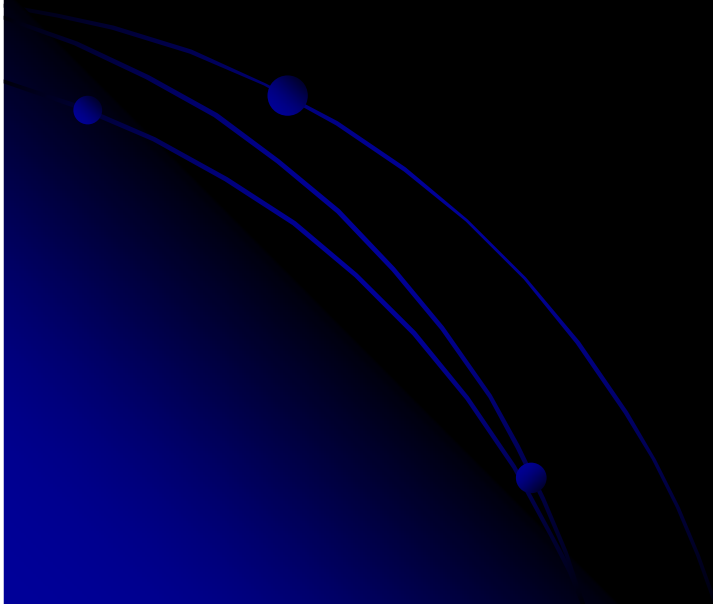


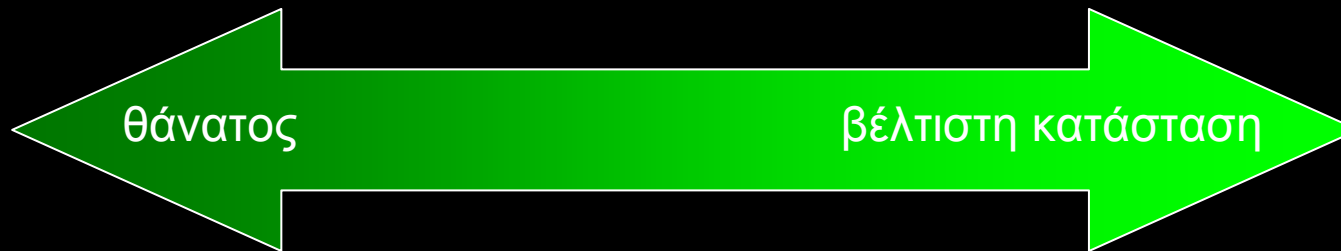
ΑΚΤΙΝΟΛΟΓΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

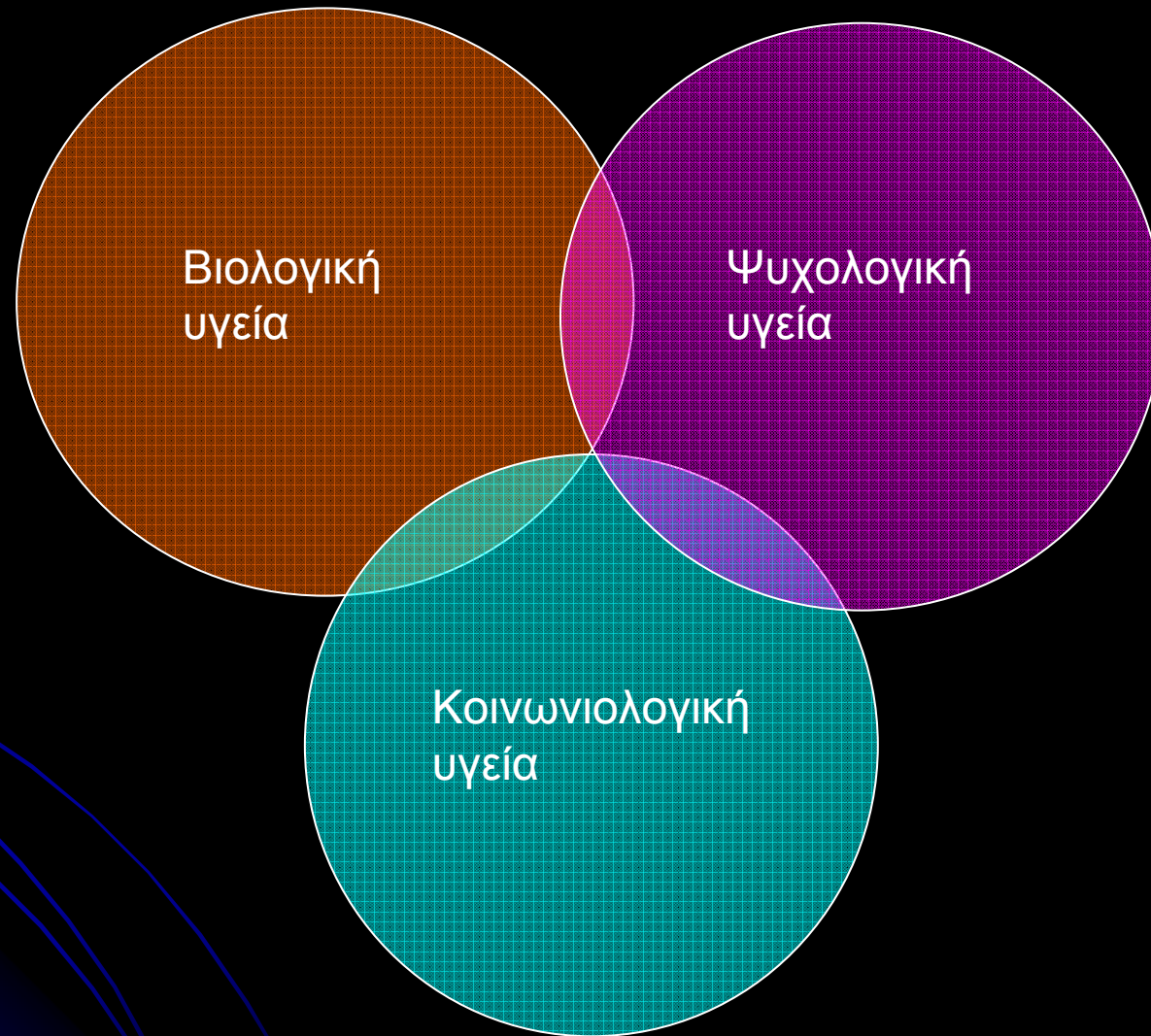


ΥΓΕΙΑ

- Υπάρχουν πολλοί ορισμοί της υγείας
- Ένα συνεχές φάσμα



- Π.Ο.Υ.: η κατάσταση απόλυτης φυσικής, πνευματικής και κοινωνικής ευεξίας και όχι μόνο η έλλειψη ασθένειας ή αναπηρίας (1947)
- Κοινωνιολογικοί ορισμοί της υγείας: κατάσταση που επιτρέπει την αναζήτηση και απόλαυση κοινωνικά επιθυμητών αξιών.
- Ολιστική υγεία: σώμα, νους και πνεύμα αλληλοσυσχετιζόμενα μέρη της ύπαρξης



- Ο τεχνολόγος για να έχει επαγγελματική ικανοποίηση πρέπει να καλύψει ανάγκες όπως:
 - Βοήθεια των άλλων
 - Συνεργασία
 - Κριτική σκέψη
 - Θετική συνδρομή
 - Δημιουργικότητα
 - Αποτελεσματικότητα
- Η κάλυψη αυτών των αναγκών αυξάνει την πεποίθηση στην κλινική πράξη και ερμηνεύεται ως επαγγελματική επάρκεια από τον ασθενή
- Παρόμοιες είναι οι ανάγκες όλων των ανθρώπων και των ασθενών

Ιεράρχηση αναγκών (Maslow)



Ανάγκες ασθενών

- Ο ασθενής είναι ζωντανό κύτταρο μιας οικογένειας
- Η αντίδραση στην αρρώστια επηρεάζεται από:
 - Ηλικία,
 - χαρακτήρα
 - Φύση της ασθένειας
 - Επαγγελματικές κά. εκκερμότητες
- Η αντίδραση της οικογένειας που συμπάσχει μεταφέρεται στον ασθενή

Ανάγκες ασθενών

- Η εισαγωγή στο νοσοκομείο είναι τραυματική εμπειρία
 - Ξένο περιβάλλον
 - Φόβος για την κατάσταση της υγείας του
 - Αβεβαιότητα που προκαλεί αίσθημα απώλειας ελέγχου
 - Απώλεια ή κίνδυνος απώλειας ταυτότητας
 - Δυσκολότερο για τα παιδιά
- Μπορούν να εκφράσουν αυτά τα αισθήματα ακόμα και με ανυπομονησία, αγένεια, πολυλογία, αδιακρισία, έπαρση

Ανάγκες ασθενών

- Φυσικές ή βασικές ανάγκες
 - Αναπνοή
 - Θρέψη
 - Θερμοκρασία
 - απεκκρίσεις
- Ψυχοκοινωνικές ανάγκες
 - Ασφάλεια
 - Στοργή
 - Ενημέρωση
 - Αποδοχή
 - Δημιουργικότητα
- Επιπλέον ανάγκες
 - Καθαριότητα
 - Άνεση
 - Ανάπαυση, ύπνος

Η κατανόηση από τον ΤΑ

- Επιστημονική κατάρτιση – γνώσεις
- Δεξιότητες επικοινωνίας
 - Καλές διαπροσωπικές σχέσεις
 - Παρατηρητικότητα
 - Μεταβίβαση με ακρίβεια και σαφήνεια
- Αντικειμενικότητα
- Ικανότητα αξιολόγησης – ιεράρχησης αναγκών

Δεξιότητες επικοινωνίας

Επικοινωνώ σημαίνει:

- Μεταφέρω πληροφορίες με ακρίβεια
- Διατυπώνω σαφώς
- Ανταλλάσσω ιδέες πληροφορίες

Νοοτροπία είναι:

- Κατάσταση του νου, άποψη ή συναίσθημα που συχνά εκφράζεται με τη στάση του σώματος

Καλή συμπεριφορά αναφέρεται σε:

- Συνήθειες που δείχνουν σεβασμό

Πολιτισμικές διαφορές

- Η καταγωγή μας επιδρά σημαντικά στη νοοτροπία μας και στον τρόπο που επικοινωνούμε και αντιλαμβανόμαστε τους άλλους
- Οι γονείς μας μεγάλωσαν σε περιβάλλον πολιτιστικά ομοιογενές κάτι που συμβαίνει όλο και λιγότερο
- Ο πολιτισμός καθορίζεται από τη γλώσσα και τα έθιμα
- Η εμφάνιση δε σχετίζεται πάντα με το βαθμό αφομοίωσης σε έναν πολιτισμό
- Διάφορες κουλτούρες έχουν διαφορετικούς τρόπους έκφρασης και επαφής και πρέπει να είμαστε προσεκτικοί
- Να προσπαθήσουμε να γνωρίσουμε τις ιδιαιτερότητες ανθρώπων της περιοχής μας

Άλλες ομάδες

- Άνδρες – γυναίκες
- Διάκριση φυλετική
- Γενεές
- Γεωγραφικές ομάδες
- Σεξουαλικές προτιμήσεις
- Θρησκευτικές ομάδες
- Μη φυλετικά φυσικά χαρακτηριστικά: τυφλοί, κωφοί, αναπηρίες
- Κοινωνικοοικονομικές διαφορές
- Διάφορες οικογενειακές δομές

- η επίτευξη υψηλών ηθικών και δεοντολογικών δεδομένων δεν είναι φυσική στους περισσότερους ανθρώπους
- Δεν φτάνεται με διάβασμα βιβλίων
- αρχίζει με αφοσίωση και εξελίσσεται με κάθε καινούργια ευκαιρία όταν ακούμε, ξανασκεφτόμαστε και μαθαίνουμε.
- Οι απόψεις μας δεν είναι μοναδικές
- Οι απόψεις των άλλων έχουν αξία και ενδιαφέρον

Μέθοδοι επικοινωνίας

- Η ομιλία
- η ομιλία προφανώς δεν είναι ο μόνος τρόπος επικοινωνίας
- Η μη λεκτική επικοινωνία εξαρτάται και από πολιτισμικές επιδράσεις
- Μαθαίνεται στην παιδική ηλικία

π.χ.

- Συνοφρύωση, σφιγμένα χείλη → αποδοκιμασία
- Αποφυγή βλέμματος → αποφυγή, υποταγή, απόρριψη
- Σφιγμένη γροθιά, δόντια → θυμό υπό έλεγχο
- Κλίση προς τα εμπρός → ενδιαφέρον για το θέμα

Ομιλία

- Καθαρή φωνή και ευδιάκριτος λόγος
- Καλή οργάνωση προτάσεων (μικρές, σαφείς)
- Γλώσσα κατάλληλη για τον ασθενή, πχ.
 - Νοσηλεύτρια, γνωρίζει ανατομική
 - Λογιστής, μάλλον όχι
- Να συνδυάζεται με οπτική επαφή
- Χρήση του humor θετική, όμως με ιδιαίτερη προσοχή ώστε να μην προκύψουν παρεξηγήσεις (Βαβυλωνία!!!)
- Όταν ο ασθενής αυτοσαρκάζεται ο ΤΑ δεν συμμετέχει και δεν προχωρεί σε αυτό

Ομιλία

- Μπορούμε να είμαστε:
 - επιθετικοί (κρύβει θυμό): Μη, μην το κάνεις αυτό έτσι
 - θετικοί (ήρεμη & σταθερή έκφραση απόψεων):
Κοίταξε τάδε, μήπως έτσι θα είναι καλύτερα
- Η ανοιχτόκαρδη θετικότητα είναι η πιο αποτελεσματική σε μη συνεργάσιμους ασθενείς
- Παραγλώσσα – μουσική της γλώσσας
 - Οι απόψεις αποκαλύπτονται και από μη λεκτικές εκφράσεις και από τον τόνο τις φωνής ή την επιλογή των λέξεων, την ένταση, τις παύσεις, την προφορά και την ποιότητα
 - Να μην είναι επιβλητική ή υποτιμητική
 - Τα μη λεκτικά μηνύματα είναι εντονώτερα

Αξιολόγηση της επικοινωνίας

- Σε κοινωνικό επίπεδο το χαμόγελο, νεύμα ή το ΟΚ αρκεί ως ένδειξη συνεννόησης
- Στο επαγγελματικό χώρο πρέπει να ελέγχεται και να επιβεβαιώνεται η συνεννόηση. Να είμαστε σίγουροι ότι εννοούμε το ίδιο πράγμα ιδιαίτερα μεταξύ συνεργατών
 - Δώσε στην κα τάδε 50cc Ultravist 300 πάρε το πρώτο φιλμ στο 1 λεπτό (συνηθισμένο)
 - Δώσε στην κα τάδε 50cc Ultravist 100 πάρε το πρώτο φιλμ στα 3 λεπτά (ιδιαίτερη περίπτωση)
 - Δώσε στην κα τάδε 50cc Ultravist (ατελής οδηγία)

- **Η επανάληψη ο καλύτερος τρόπος ακριβούς συνεννόησης.**

Παραδείγματα:

- Γιατρός: «Δώσε στην κα Χ 50κεκ σκιαγραφικό 300 και πάρε την 1^η λήψη στο 1 λεπτό»
ΤΑ: «Δίνω στην κα Χ 50κεκ σκιαγραφικό 300 και παίρνω την 1^η λήψη στο 1 λεπτό»
Γιατρός: ΟΚ
- Γιατρός: «Δώσε στην κα Χ 50κεκ σκιαγραφικό 100 και πάρε την 1^η λήψη στα 3 λεπτά»
ΤΑ: «ΟΚ»
Γιατρός: Περίμενε. Τι θα κάνεις ακριβώς;
ΤΑ: «Δίνω στην κα Χ 50κεκ σκιαγραφικό και παίρνω την 1^η λήψη στα 3 λεπτά»
Γιατρός: Τι σκιαγραφικό
ΤΑ: σκιαγραφικό 300
- Γιατρός: σκιαγραφικό 100
ΤΑ: ΟΚ 50κεκ σκιαγραφικό 100
- Γιατρός: δώσε 50κεκ σκιαγραφικό
ΤΑ: Δηλαδή, δίνω στην κα Χ 50κεκ σκιαγραφικό 300 και παίρνω την 1^η λήψη στο 1 λεπτό
Γιατρός: ΟΚ
- Εάν η συνεπαγωγή του ΤΑ είναι λάθος τότε διευκρινίζεται από το γιατρό και επαναλαμβάνεται από τον ΤΑ

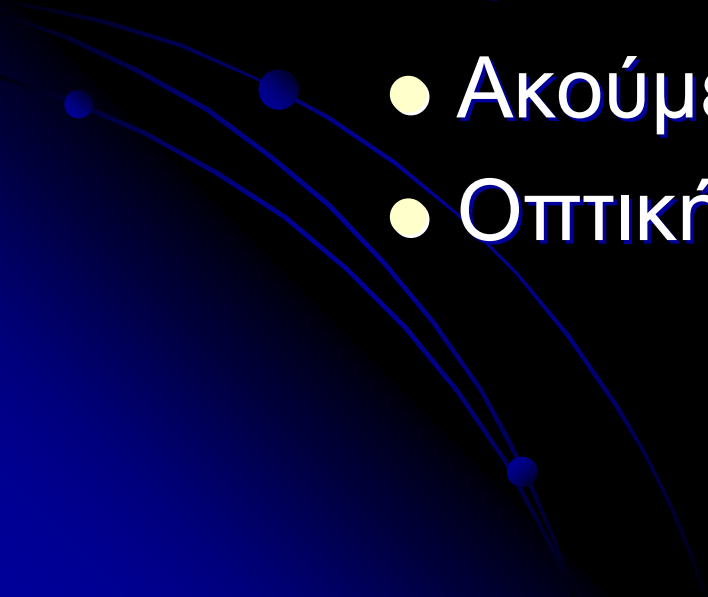
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ σε καταστάσεις έντασης

- Να γνωρίζετε το ρόλο σας
- Χαμηλώστε τη φωνή και μιλάτε αργά και καθαρά
- Μην κρίνετε
- Μην οδηγηθείτε σε ακατάλληλη αντίδραση από κάποιον πανικοβλημένο
- Απαιτείστε απάντηση όταν δεν είσαστε σίγουροι για τη συνεννόηση
- Σε δύσκολες περιστάσεις μπορεί να προκληθεί εχθρικότητα ή βιαιότητα

ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ σε καταστάσεις έντασης

- Βίαιοι ασθενείς
 - Υπερήλικες που συνέρχονται, μεθυσμένοι, παρέες θύματα / πάλης
- Μην προσπαθήσετε μόνοι σας
- Ζητήστε έγκαιρα βοήθεια
- Μιλήστε θετικά και κάνετε φανερό ότι μόνη σας δουλειά είναι η φροντίδα της υγείας
- Μην βρεθεί επιθετικός ασθενής ανάμεσα σε σας και την πόρτα
- Εάν κάτι δε λειτουργήσει σωστά, τότε: Ξαναδείτε το περιστατικό και συζητείστε πως μπορείτε να προλάβετε τέτοια περιστατικά

Μη λεκτική επικοινωνία

- Γλώσσα του σώματος
 - Η σωματική επαφή
 - Επαγγελματική εμφάνιση
 - Φυσική εμφάνιση
 - Ακούμε
 - Οπτική επαφή
- 

Γλώσσα του σώματος

- Η θέση του κορμού, των άκρων, ο τόνος και η ταχύτητα της φωνής
- Η συμπεριφορά μπορεί να είναι αντίθετη από τα λόγια και να προκαλεί κακή συνεργασία ή δυσπιστία



Επαφή

- Ο ΤΑ χρησιμοποιεί συνήθως τη σωματική επαφή για:
 - συναισθηματική υποστήριξη, επιβεβαίωση, ενθάρρυνση
 - για επαγγελματικούς λόγους (ψηλάφηση οδηγών σημείων)
- Κοινωνικά η σωματική επαφή μπορεί επιπλέον να χρησιμοποιηθεί για:
 - Επικυριαρχία, θυμό, απογοήτευση
 - Τρόπο θετικής επικοινωνίας όπως η χειραψία ή το κτύπημα στον ώμο
- Σε μερικούς πολιτισμούς η επαφή μπορεί να είναι παρεξηγήσιμη

Επαφή - Ψηλάφηση

- Ψηλάφηση είναι η εφαρμογή ελαφράς πίεσης με τα δάκτυλα
- Εφαρμόζεται από τον ΤΑ κατά την τοποθέτηση ασθενών για εντόπιση οδηγών σημείων
- Επίσης κατά τη λήψη ιστορικού, ακριβέστερη εντόπιση συμπτωμάτων
- Όταν πρόκειται να αγγίξετε κάποιον προειδοποιείτε τον
- Είναι προτιμότερο να χρησιμοποιήσετε ένα η δύο δάκτυλα, αντί για 4 ή όλη την παλάμη
- Ιδιαίτερη προσοχή σε ασθενείς του άλλου φύλου και νεαρά άτομα

Επαγγελματική εμφάνιση

- Συνήθως υπάρχει στολή
- Δημιουργεί όρια
- Προσφέρει αναγνωρισιμότητα
- Είναι απλή και καθαρή με μόνο τα απαραίτητα επιπλέον στοιχεία (δοσίμετρο κλπ)
- Γενικά τα μαλλιά καθαρά, μαζεμένα, νύχια κομμένα, ελάχιστα κοσμήμα, όχι αρώματα,
- Ο ασθενής αισθάνεται πιο άνετα και αισθάνεται περισσότερη εμπιστοσύνη όταν ο ΤΑ είναι προσεγμένος
- Το ίδιο συμβάλλει και η εικόνα του χώρου εξέτασης
- Ο ακατάστατος, φορτωμένος χώρος δύσκολα παραμένει καθαρός και δείχνει
 - Έλλειψη σεβασμού στον ασθενή
 - Δεν δημιουργεί αίσθηση φροντίδας

ΟΠΤΙΚΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

- Στο δυτικό κόσμο η διατήρηση οπτικής επαφής θεωρείται θετικό σημείο
 - εκλαμβάνεται ως ένδειξη ενδιαφέροντος και εντιμότητας
- Σε ασιατικές ή άλλες κοινότητες αποφεύγεται, μήπως εκληφθεί ως αγένεια, εισβολή στον προσωπικό χώρο, έλλειψη σεβασμού
- το να δείχνεις κάποιον με το δάκτυλο → προσβολή
- Κακό μάτι

Φυσική εμφάνιση

- Η στάση δίνει μηνύματα για την αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμησή μας
- Η έκφραση του προσώπου μας δείχνει πόσο σημαντικά είναι τα πράγματα που λέμε
- Σύγχυση και απογοήτευση φαίνονται εύκολα από την έκφρασή μας

Ακούμε

- Πως αισθάνεστε όταν αυτός που σας «ακούει!!» κοιτάζει έξω από το παράθυρο
- Στενοχωρείστε όταν οι άλλοι σας επιβάλλουν να κάνετε κάτι ή αλλάζουν κουβέντα χωρίς να απαντήσουν?
- Ακούω σημαίνει πολύ περισσότερα από το περιμένω τη σειρά μου για να μιλήσω
- Οι ασθενείς συχνά μας δίνουν κλειδιά για την αρρώστια τους σε τέτοιες συζητήσεις
- Το να ακούμε είναι κάτι που μαθαίνεται ανεξάρτητα από το φόρτο εργασίας

Κατανόηση των ασθενών

- Ασυνήθιστες καταστάσεις
 - Βαρειά ασθενείς ή τραυματίες
 - Χαμηλή όραση
 - Κωφοί – κωφάλαλοι
 - Μιλούν άλλη γλώσσα
 - Διανοητική υστέρηση
 - Χρήστες ουσιών

Βαρειά ασθενείς ή τραυματίες

- Μπορεί να αντιδράσουν διαφορετικά λόγω πόνου, έντασης, άγχους
- Προσπάθεια εκτίμησης της δυνατότητας συνεργασίας
 - Μη ανταποκρινόμενοι
 - Αντιδρούν αλλά δεν συνεργάζονται
 - Καταλαβαίνουν αλλά δεν συνεργάζονται
 - Μπορούν να οφείλεται σε πόνο, σοκ, φάρμακα, αποπροσανατολισμό
- Ανεξάρτητα επιπέδου συνεργασίας κινούμεθα γρήγορα και μιλάμε στον ασθενή
- Ακόμα και όταν δεν καταλαβαίνουν αυτό λειτουργεί θετικά
- Ταυτόχρονα παρακολουθούμε τις βασικές λειτουργίες για τυχόν επιδείνωση
- Οι ασθενείς αυτοί εξαρτώνται πολύ περισσότερο απο την παρατηρητικότητά μας

Περιορισμένη όραση - τυφλοί

- Βασίζονται στην ακοή, την επαφή και τη μνήμη για επιτέλεση έργων που οι υγιείς επιτελούν με την όραση
- Οι σωστά εκπαιδευμένοι δεν επιθυμούν να υποβαστάζονται
- Λίγη βοήθεια χρήσιμη σε νέα ασυνήθη περιβάλλοντα
- Άλλοι παρακολουθούν το βήμα μας
- Αγγίζουν τον αγκώνα ή τον ώμο μας
- Ασταθείς προτιμούν περισσότερη βοήθεια
- Καλή επικοινωνία για σωστή επιλογή τρόπου
- Καλή περιγραφή του χώρου και των αντικειμένων στη διαδρομή
- Χρειάζεται καλός φωτισμός όταν η όραση είναι περιορισμένη
- Μπορούν να δουν πρόσωπα, όχι όμως να διαβάσουν

Περιορισμός ακοής

- Μιλάτε απευθείας
- Πρόκληση προσοχής προ της ομιλίας
- Κοιτάτε στο πρόσωπο σε φωτεινό μέρος μιλάτε χαμηλότερα και δυνατά
- Αποφεύγετε το θόρυβο στο περιβάλλον
- Ξαναπείτε το διαφορετικά
- Έχετε υπομονή
- Χρησιμοποιείτε γραφή
- Χρησιμοποιείτε παντομίμα
- Επιβεβαιώστε κατανόηση

Κωφοί – κωφάλαλοι

- Δεν απαντούν σε θόρυβο
- Κινούν τα χείλη χωρίς να βγάζουν ήχο ή μιλούν μονότονα
- Κινούν το κεφάλι αρνητικά δείχνοντας τα αυτιά και το στόμα
- Χρησιμοποιεί νοήματα, γράφει στον αέρα αναζητώντας μολύβι και χαρτί
- Χειλανάγνωση
- Νοηματική
- Προσοχή οι φίλοι και οι συγγενείς μπορεί να προσθέσουν δικά τους στα λόγια του ασθενούς
- Γονείς κοντά ή στο οπτικό πεδίο των κωφών παιδιών – προφυλάξεις για την ακτινοβολία

Αφασία

- Έλλειμμα ή απώλεια της δυνατότητας ομιλίας
- Αδυναμία κατανόησης
- Αδυναμία έκφρασης
- Η βλάβη στα εγκεφαλικά κέντρα της ομιλίας μπορεί να συνοδεύεται και από άλλα (πχ αδυναμία γραφής)
- Προσοχή στα νεύματα, ζητείστε πληροφορίες
- Λαρυγκεκτομή –
 - τεχνητή ομιλία – πολύ μεταλλική, δύσκολη αναγνώριση
 - οισοφαγική ομιλία- καθαρή αλλά πολύ χαμηλή

- Ακόμα και όταν κάποιος
 - Δε βλέπει
 - Δε μιλά
 - Δεν ακούει
- Μπορεί να
 - σκέφτεται κανονικά
 - είναι ευφυής
- Πρόκληση για τον τεχνολόγο η βελτίωση και τροποποίηση της επικοινωνίας του με τους ασθενείς

Μιλούν άλλη γλώσσα

- Η επικοινωνία διευκολύνεται με:
 - Νοήματα
 - Έκφραση προσώπου
 - Επαφή
 - αρκετοί αντιλαμβάνονται πολύ απλές λέξεις (ναι, όχι)

Ηλικία

- Υπερήλικας
 - Συχνές επισκέψεις στο νοσοκομείο
 - Ευπάθεια που επιταχύνει τις διαδικασίες του γήρατος
 - Υψηλότερη ανάγκη για ασφάλεια, αναγνώριση, ενημέρωση και σεβασμό
- Παιδιά, έφηβοι, ενήλικες
 - Έλλειψη συνεργασίας
 - Επαναστατικότητα
 - Μόνωση, απόσυρση
 - Ανησυχία, φόβος για την ασθένεια
- Το παιδί δεν είναι μικρογραφία του ενήλικα
 - Έχει ανάγκη τους γονείς του

Εσωτερικοί ασθενείς

- Ασθενείς νοσηλευόμενοι
 - Μπορεί να έχουν προηγούμενες δυσάρεστες εμπειρίες
 - Φθάνει στο τμήμα σε καρέκλα ή περπατώντας ή σε φορείο
 - Καθώς περιμένει παρακολουθεί ότι συμβαίνει γύρω του
 - Και προκαταλαμβάνεται για τον τρόπο που θα του φερθούν

Εξωτερικοί ασθενείς

- Μη νοσηλευόμενοι
- Έρχονται με συγκεκριμένες προσδοκίες
- Περιμένουν να εξυπηρετηθούν άμεσα
 - Αυτό μπορεί να μην είναι δυνατό
 - Εκκρεμότητες προηγούμενων ασθενών
 - Ανάγκη για επιπλέον λήψεις των ιδίων
 - Παρεμβολή βαρέως πασχόντων
 - Επείγοντα περιστατικά
- Ο ΤΑ ενημερώνει για τις καθυστερήσεις
 - Αυτό είναι πολύ σημαντικό και συνήθως αρκεί
 - Φέρεται με τον ίδιο καλό τρόπο σε όλους ανεξάρτητα από το αν είναι διάσημοι, άσημοι ή φυλακισμένοι, πλούσιοι ή φτωχοί

Σχέσεις με ασθενείς και συγγενείς

- Οι αναμένοντες κρίνουν και επικρίνουν το προσωπικό για όλα (εμφάνιση, τόνο φωνής, χαμόγελο)
- Οι συγγενείς ή ο ασθενής μπορεί να ρωτούν για τα ευρήματα (φαντασθείτε ότι βρίσκεστε στην ίδια θέση)
- η αναφορά σε διάγνωση δεν είναι καθήκον του ΤΑ
- Ενημερώνουμε ότι την εξέταση θα εκτιμήσει ο ακτινολόγος και θα δώσει την απάντηση
- Οι καλοί τρόποι, το χαμόγελο και η εξήγηση μειώνουν το άγχος και αυξάνουν την πεποίθηση του ασθενούς

Αξιοπρέπεια του ασθενούς

- Ο ΤΑ έχει σημαντική ευθύνη όταν έρχεται σε επαφή με τον ασθενή λόγω της σημαντικής ισχύος του προσωπικού υγείας έναντι των ασθενών
- Ιδιαίτερη προσπάθεια για αποφυγή κακής χρήσης της δύναμης αυτής
- Είναι υποτιμητικό να αναφερόμαστε στους ασθενείς αντί για το όνομά τους με εκφράσεις όπως: ήρθε το στομάχι, ή αξονική
- Επίσης δυσχεραίνει την κατάστασή τους όταν δίπλα τους βρίσκονται πολύ πιο άρρωστοι ασθενείς
- Είναι προσβλητικό να τρέχεις στην τουαλέτα αμέσως μετά το βαριούχο υποκλυσμό ή να τρέχεις στο διάδρομο μεταξύ ασθενών για να κάνεις έμετο
- Επίσης να είσαι στην εξεταστική τράπεζα ακάλυπτος ή ακόμα χειρότερα να σε περιφέρουν έτσι στους διαδρόμους και αν μην είσαι σε θέση να υπερασπιστείς τον εαυτό σου.