

## ZDRAVSTVENA NEGA BOLNIKOV Z MALIGNIMI OBOLENJI:

Rak je zločesta novotvorba, ki nastane zaradi nebrzdanega razmnoževanja, rasti telesu lastnih, a izrojenih celic. Rak pri ljudeh pomeni smrt. Rak je dolgotrajno, kronično, sistemsko obolenja, za katerega ni nujen izid smrt.

Onkologija: je specialna medicinska veda, ki se ukvarja z odkrivanjem in zdravljenjem ter proučevanjem novotvorb. Je najbolj dinamična veda na področju zdravstvene nege.

Razjeda: je poškodba kože in sluznice, ki je lahko tudi vnetne narave in primarno ni nujno povezana z malignim tumorjem.

Tumor: je novotvorba, bula, nabrekli, ki je lahko benigna (nenevarna) ali maligna (nevarna).

Recidiv: je ponovitev, vnovičen pojav malignega obolenja po uspešnem zdravljenju.

Karcinom: je maligni tumor, epitelnega izvora.

Sarkom: je maligni tumor vezivnega tkiva.

Limfon: je tumor mezogvničnega izvora.

Levkemija: je bolezen, za katero je značilen pojav rakavih belih krvničk v krvi.

Metastaze (zasevki): imenujemo dolgotrajno rakavo rast na raznih organih bolnikovega organizma. Tja so rakave celice prišle s krvjo ali mezgo, ali pa so se prenesle mehanično (s presaditvami med operacijo).

Prekanceroza: je predstadij maligne novotvorbe (spremenjene celice).

### Vzroki malignih obolenj:

- Dednost (z redkimi izjemami se ne podedujejo, lahko pa opazimo večjo nagnjenost k malignim obolenjem)
- Imunost (motnje v imunskem odzivu lahko pripomorejo k nastanku malignih obolenj)
- Sevanje (dolgotrajno delovanje sevanje kratke valovne dolžine, npr. dolgotrajno delovanje ultravijoličnih žarkov, rentgensko sevanje, radioaktivno sevanje)
- Kemične kancerogene snovi ( snovi iz umetnega in naravnega okolja \_ azbest, nikelj, arzen, nepravilna prehrana, zdravila (hormoni))
- Virusi ( pri živalih so poznani tumorji ki jih povzročajo virusi, pri ljudeh še tak povzročitelj ni dokazan)
- Kajenje (vdihavanje cigaretnega dima je poznan vzrok nastanka raka - predvsem so izpostavljeni dihalni organi (ustna votlina, grlo, požiralnik in pljuča))
- Način prehrane (prekomerno uživanje hrane, preveč maščob in premala balstnih snovi, vitaminov in mineralov)
- Duševno in telesno ravnovesje (duševne travme, obremenitve in skrbi imajo določen vpliv na nastanek in potek rakavih obolenj)

### Sumljivi znaki za rakava obolenja so:

- Rane ali razjede, ki se ne zacelijo v enem mesecu
- Sprememba barve in velikosti materinega znamenja, bradavice na koži
- Neboleče zatrdline ali bule
- Vsaka nenadna krvavitev ali izcedek iz katerekoli telesne odprtine
- Trdovratne težave z želodcem, prebavne motnje in hujšanje brez vzroka
- Trdovratna hripavost, kašelj, težave pri požiranju
- Sprememba ali nerednost v odvajanju za katero ne vemo pojasnila

### Preiskovalne metode:

- Anamneza (pogovor z bolnikom)
- Klinični pregled
- Hematološke in biokemične preiskave krvi
- Ultrazvočne preiskave
- Rentgensko preiskovalne metode (mamografija, limfografija, računalniška tomografija – CT)
- Magnetna resonanca – MR
- Nuklearno – medicinske preiskave (scintigrafija ščitnice, jeter, ledvic, možganov in kosti; pozitronska emisijska tomografija – PET)
- Tumorske označevalce – markerje
- Endoskopske preiskave
- Citopatološke in histopatološke preiskave tkiva

### Rast in razširitev tumorjev:

- Po limfni poti (limfogeno)
- Po krvni poti (hematogeno)
- Z razširitvijo na serozne površine (operacija)

### Preprečevanje malignih obolenj:

- Vzgojno – izobraževalni (poznavanje škodljivih dejavnikov: kajenje; zdrav način življenja)
- Tehnično – organizacijski (zaščita pred viri sevanje, izključitev kemikalij ki delujejo kancerogeno)
- Zakonski (kontrola sevanja, kontrola hrane)
- **Primarna zaščita** je zaščita pred nastankom obolenj.
- **Sekundarna zaščita** pa temelji na čim hitrejši diagnozi.
- **Terciarna zaščita** se ukvarja z zaščito pred recidivom in zapleti.

### Bolnik in in diagnoza »rak«

- Osnovni elementi uspešnega zdravljenja (timsko delo; odnos bolnik – zdravstveni tim; načrtovano zdravljenje; kontrolni pregledi bolnika; lokaliziranost rakastega obolenja)
- Skupino ki zdravi bolnika (onkolog, kirurg, internist, patolog, radioterapevt in različni specialisti za posamezne organe)
- Odnos bolnik – zdravstveni delavec je zelo pomembna, saj je bolnik psihično obremenjen z besedo rak, ki vzbuja pri bolniku strah, nemir, negotovos in predvsem zle slutnje (bolniku se

življenje podre, ko izve za diagnozo) bolnik potrebuje oporo, ki jo najde tudi v zdravstvenih delavcih, ki mu dajejo upanje, medtem ko ga zdravijo

#### Načini zdravljenja tumorjev:

- Kirurško zdravljenje (odstranitev tumorja ali vsaj njegov večji del; je v veliki večini edini način zdravljenja)
- Obsevanje (uporaba ionizirajočih žarkov za uničenje tumorja; obsevamo z notranjimi – radioaktivni izotopi in zunanji izvori sevanje)
- Kemoterapija (zdravimo s citostatiki – uničujejo celice v različnih fazah celične delitve; večjo možnost ozdravitve še povečamo s kombinacijo več različnih citostatikov hkrati)
- Zdravljenje s hormoni (to je mogoče le pri nekaterih rakastih obolenjih ki so odvisni od hormonov – izločki endokrinih žlez; z zdravljenjem se spremeni količina hormona v organizmu)
- Imunološko zdravljenje (je rezultat razvoja imunologije – to je odziv organizma na antigen; rast rakavih celic je posledica imunskega ravnovesja zato je treba bolnike zdraviti tudi zaradi posledic zdravljenja tumorja)

#### Možni stranski učinki po citostatski terapiji in po obsevanju so:

- Slabost
- Okvara sluznic
- Siljenje na bruhanje
- Bruhanje
- Neješčnost ali anoreksija
- Motnje v okušanju
- Driska ali zaprtje
- Zavora v delovanju kostnega mozga (anemija)
- Izpadanje las
- Spremembe na koži (srbenje, izpuščaji, rdečine)
- Nevropatije (mravljinčenje v okončinah, neuskkljenost gibov, mišična oslabelost)
- Povišana telesna temperatura
- Učinek na organe
- Učinek na spolne žleze
- Alergične reakcije

#### Bolnikovo dobro počutje med zdravljenjem bomo dosegli če:

- Mu lajšamo bolečine
- Zdravljenje slabokrvnosti in infekcij
- Preprečevanje strjevanje krvi
- Odpravljanje prehranjevalnih motenj
- Zdravljenje drugih komplikacij

**Zdravstvena nega** mora biti takšna, da pomeni spremljanje in podpora zdravljenja. Bolniku pomagamo v tistih življenjskih aktivnostih, ki jih ne zmore sam. Vzpodbujamo ga k ponovnemu doseganju samostojnosti. Spremljanje in podpora ob zdravljenju so ključnega pomena in sta najtežji nalogi v negi bolnika z malignonomom. Večina citostatikov povzroča prehodna vnetja sluznic ustne votline, zato moramo biti še posebej pozorno na zdravstveno nego sluznic. Vnetje sluznice je zelo boleče, bolnik izgubi občutek za okus, temperaturo ter slina se zgosti. Prav tako je lahko prizadeta črevesna sluznica, kar povzroča driske, ter občasna zaprtja. Pri obsevanju sečnega mehurja lahko pride do vnetja sluznic mehurja.

WHO je kriterij za ločevanje štirih stopenj vnetja stomatisita:

- 1. stopnja (rahla rdečina, oteklina, bolnik čuti rahlo pekočo bolečino)
- 2. Stopnja (rdečina, oteklina, razjede, problemi pri žvečenju in požiranju)
- 3. Stopnja (huda rdečina in oteklina, obsežne razjede, bolnik ima hude bolečine pri požiranju, žvečenju in govorjenju)
- 4. Stopnja (huda rdečina, oteklina, globoke, krvaveče razjede, bolnik se ne more prehranjevat skozi usta in ne more govoriti)

**Medicinska sestra in tehnik zdravstvene nege morata poznati vse štiri stopnje stomatitisa in jih klinično ločiti, ker je zdravstvena nega poškodovane ustne sluznice različna, glede na stopnje prizadetosti. Paziti morata tudi na preventivo, da ne pride do stomatitisa. TZN in MS morata svetovati bolniku pri preventivi za nastanek stomatitisa (bolnik si naj po vsakem obroku intenzivno neguje ustno votlino, uporablja naj mehko zobno ščetko, in otroško zobno pasto, v 3 in 4 stadiju naj ne uporablja več zobne ščetke, stalno naj si spira usta z žajbljevim čajem, uporablja naj antiseptične tablete za usta in žrelo, uporablja naj zaščitno kremo za ustnice, uživa naj mehko hrano)**

Zdravstvena nega kože je zelo pomembna, saj je koža izpostavljena sevanju. Spremembe na koži so lahko zgodnje ali pozne. Zgodnje so rdečina kože, pekočo bolečino, suho luščenje kože, mokro luščenje kože, nekrotični ulkus. Pozne so fibroza (kožne celice nadomesti vezivno tkivo), atrofija, radiolezija (razjeda, ki se ne zaceli) in hiperpigmentacija obsevanega polja (v predelu obsevanja koža potemni). Bolnik si naj v takšnih primerih obsevani predel umiva samo z mlačno vodo brez mila, ne sme se namakati v vodi, obsevano mesto na popivna in ne obriše, na obsevani del ne sme dajati obkladkov, v času zdravljenja naj ne uporablja dražečih snovi, bolnik se naj brije z električnim brivnikom, obsevani predel bolnik naj ne sonči, izogiba se naj vetru in pred poškodbami, bolnik ne sme nositi oblačil, ki bi ga drgnila in ribala, oblačila naj bodo iz bombaža.

Zdravstvena nega lasišča: bolnik naj ne uporablja kemikalij za lasišča (trajno kodranje), izogiba naj se močnim sušilcem in sponk za lesa, izogiba naj se premočnemu česanju, uporablja naj blage šampone in omeji umivanje las, nosi naj kratke lase, v primeru delne ali popolne izgube las naj ne nosi pokrival in lasulje.

Posebnosti zdravstvene nege pri vstavljenem radioaktivnem izvoru so da bolniki pretežno bivajo na oddelku zaprtem za obiskovalce, mirovanje v času vstavljenih radioaktivnih snovi. To so predvsem bolnike, ki so zdravljenje zaradi raka na maternici. Bolnice naj imajo svinčene ščitnike, da preprečimo medsebojno sevanje bolnic. TZN mora predvsem paziti na sebe in ne priti preveč v stik

z bolnicami zaradi sevanja, pri delu se zaščititi z posebnimi očali, svinčnim predpasnikom, gumijastimi rokavicami. Kontaminirane odpadke spravljamo v posebne posode.

Po končanem obsevanju so psihične in fizične sposobnosti zmanjšane. Bolnik se hitreje utruji, potrebuje več spanca, telo je občutljivo za okužbe in prehlade. Bolniku svetujemo zdravo prehrano, dovolj gibanja - zmerna fizična aktivnost, opustitev slabih razvad (kajenje, alkohol), zanimanje za okolico in vključevanje v družbo, redne kontrole pri zdravniku.

Zdravstvena nega bolnika z bolečino. Vsi bolniki nimajo bolečin. Bolečina je simptom ki opozarja na neko dogajanja v telesu. Prisotna je kadar koli jo posameznik opisuje tam, kjer jo opisuje in je tako močna kot jo ocenjuje. Bolečina vpliva na kvaliteto življenja in lahko povzroči depresijo in strah. Danes jo je mogoče lajšati z analgetiki na domu in v bolnišnicah. Bolečino delimo na akutno in kronično. Akutna je nenadna, intenzivna in traja določen čas. Ne smemo je zanemariti, saj naj opozori na neko nepravilno delovanje v telesu. Ta bolečina če ni zdravljena vodi v kronično bolečino. Kronična bolečina je lahko intenzivna, lahko pa je začetek počasen. Raven bolečine se zvišuje in znižuje, a zdi se da bolečina nikoli ne izgine. Kar naprej zbada in kljuva. Bolnik izraža bolečino z besedami, stokanjem, vpitjem, ter jakost in ton glasu so različni. Nebesedno sporočanje prepoznamo v gibanju telesa, kontaktu z oči, trpečem izrazu obraza, čustvenih spremembah. Bolečina se lahko širi tudi na druge dele telesa in je pekoča, zbadajoča, kljuvajoča, topa, ostra, vdirajoča, globoka, stalna.

Bolečino dokumentiramo tako da označimo:

- Mesto bolečine
- Tip bolečine
- Jakost bolečine (zmešana, naraščajoča, srednje močna, močna bolečina)
- Pogostost
- Trajanje bolečine
- Dejavnike, ki vplivajo na pojav okrepitve bolečine (po obroku, gibanju, leže, podnevi, ponoči)
- Vplive bolečine na samooskrbo

Pri zdravljenju bolečin moramo verjeti bolniku, damo zdravilo ob urah in po naročilu zdravnika, če je le možno damo zdravila proti bolečini per os ali pa obliže na kožo, svečke, injekcijo, infuzijo in drugo.

Preprečevanje infekcij: do tega prihaja zaradi pomanjkanja protitelesc, obsevanja in citostatikov. Razpadajoči tumorji nudijo ugodne pogoje za rast mikroorganizmov. Infekcije preprečujemo s poostrenim higienskimi režimom na bolniškem oddelku ali doma. Pri že razviti infekciji pa je potrebno zdravljenje. Zdravstvena nega je v tem primeru aseptična. Bolnik je nameščen v eno ali dvoposteljno sobo, strogo razkužujem roke (vse osebe ki vstopijo v sobo), upoštevamo pravila razkuževanja bolniške postelje on bolnikove okolice. Bolnika pa lahko namestimo v sobo, kjer imajo posebne posteljne enote v katerih se zrak prefiltrira, vse pripomočke ki jih bolnik potrebuje steriliziramo, hrane je pripravljena pod aseptičnimi pogoji, izvajanje zaščitne izolacija.

**Preprečevanje prehranjevalnih motenj. Bolnik lahko ima stranske učinke zaradi citostatske terapije kot so bruhanje. Slabost, siljenje na bruhanje... bolnik lahko zaradi bruhanja dehidrira, izguba telesne teže, poškodbe sluznice, aspriacija, oslabeledost.**

**V načrtu zdravstvene nege upoštevamo:**

- Program terapije proti slabosti
- Bolnikove želje v prehrani
- Večjo potrebo po tekočini
- Vodenje bilance tekočin
- Opazovanje izbruhane tekočine
- Kontrola vitalnih znakov in zavesti po vsakem bruhanju
- Preprečevanje aspiracij v fazi bruhanja
- Izvajanje ustne nege po bruhanju
- Izvajanje tehnik sproščanja, dajanje zdravil za pomirjanje

**Pomoč bolniku pri psihičnih težavah: bolniki z rakom so še posebej psihični prizadeti, saj jih njihova diagnoza obremenjuje saj vedno mislijo, na nezmožnost ozdravitve, invalidnost, bolečine, odvisnost od drugih, misel na smrt. Pri takšnih bolnikih je komunikacija zelo pomembna. Zdravstveni delavec si more pridobiti bolnikovo zaupanje, saj je to zelo pomembno za nadaljnje sodelovanje. Bolnik naj govori o svojih občutjih, boleznih, bojazni, mi pa ga moramo poslušati. Tako spoznamo koliko resnice bolnik lahko prenese.**

**Društvo onkoloških bolnikov Slovenije je izdelalo seznam pravic in dolžnosti bolnikov z rakom, da bi se medsebojno lažje spoznali, izboljšali odnose z zdravstvenim osebjem in da bi bilo zdravljenje čim uspešnejše.**

Zdravstvena nega pri obolenju dihal – splošni znaki:

- Dihalna stiska (pospešeno ali upočasnjeno dihanje)
- Dispneja (težko dihanje) – oteženo, moteno dihanje
- Kašelj (najpogostejši znak dihalnih obolenj ki nastane zaradi sprememb v dihalnih poteh)

Preiskovalne metode:

- Anamneza
- Klinični pregled
- Preiskave izločka
- Funkcijski testi pljuč
- Rentgenske preiskave
- Preiskave z radioizotopi
- Endoskopija
- Biopsija

Kronične obstruktivne pljučne bolezni (KOPB): so kadar bolnik dalj časa pokašljeuje in ima težave pri dihanju. Bolezen je dolgotrajna in napreduje (kroničnost), otežen izdih zaradi zoženih dihalnih poti (obstrukcija). Med obstruktivne bolezni štejemo kronični bronhitis, astmo in emfizem.

### Kronični bronhitis:

- Bronhitis traja najmanj dve leti, bolnik pa kašlja z izmečkomj vsaj tri mesece na elto.
- Vzroki (dim, prah, vlaga, škodljive snovi v zraku)
- Znaki (najprej je predvsem kašelj z izmečkom zjutraj, kasneje čez leta pa bronhialne okužbe, napredujoča bronhialna obstrukcija z napadi dihalne stiske – ob naporih)
- Zapleti (obstruktivni bronhitis z nastajanjem emfizema, respiracijska insuficienca-dihalna odpoved, preobremenitve desnega srca)

### Bronhialna astma:

- **Astma pomeni generalna zožitev dihalnih poti, ki nastopa v presledkih in v napadu pripelje do dihalne stiske, otežen je predvsem izdih**
- vzroki so: alergen (cvetni, hišni prah, živalska dlaka), infekti, nekatera zdravila (aspirin, antirevmatiki), telesni in duševni napori, mraz
- znaki bolezni: nenadna dihalna stiska, otežen, podaljšan, piskajoč izdih, kašelj, cianoza ustnic, hipertenzija, tahikardija, in mrzla vlažna koža, strah pred zadušitvijo – smrtni strah, ki ga spremlja oteženo dihanje => astmatični napad ; kadar se znaki pojavljajo dalj časa govorimo o astmatičnem statusu

### Emfizem pljuč:

- je napihnjenost pljučnega tkiva zaradi uničenih alveolarnih sten.
- Znaki: kašelj z izmečkom, ki traja več let, plitvo in pospešeno dihanje, cianoza, prsni koš dobiva obliko soda
- Zapleti: popuščanje srca, pnevmotoraks
- Zdravstvena nega: namen zdravljenja je predvsem izboljšati predihnost pljuč in omogočiti pretok zraka po sapnicah, prepoved kajenja, antibiotične terapije, ki jih predpiše zdravnik, zdravila za širjenje dihalnih poti
- Rehabilitacija: opustitev kajenja, higiena okolja – čist zrak, zaščita pred mrazom in vlago, vlaženje zraka v prostorih, vaje pravilnega dihanja, izkašljevanje pospešimo z zdravili, inhalacijami in s pitjem velikih količin tekočine – toplih pijač

### Pljučnica:

- Je akutno ali kronično potekajoče vnetje pljučnega tkiva, povzročena z različnimi klicatelji (bakterije, virusi, plesni)
- Aspiracijska pljučnica nastane zaradi aspiracije tekočine – ugasnen požiralni refleks
- Hipostatska ali zastojna pljučnica nastane zaradi dolgega ležanja – fiziološki izmeček zastaja v dihalnih poteh
- Bronhopnevmonija je vnetje, ki prizadene bronhije in pljučno tkivo – oslabilost imunskega sistema, ki privede do obolenja
- Virusna pljučnica nastane zaradi virusne infekcije zgornjih dihalnih poteh, ki se pogosto nadaljujejo s pljučnico; povzročitelj so virusi, legionela, klamidija
- Bolnišnična (hospitalna pljučnica) nastane zaradi zmanjšane odpornosti pri bolnikih, ki se zdravijo v bolnici, pogosto je povzročena zaradi širjenja infekcij preko negovalnega osebja, ali pa se širi s klimatskimi napravami

### Zdravstvena nega pri pljučnici:

- Mirovanje in gibanje – bolnik v akutni fazi leži, nato začne čim prej vstajati
- V akutnem stadiju obolenja je potrebna skrbna telesna nega in večkratna osvežitev ustne votline
- Dihanje – individualno poskrbimo za lažje dihanje (za odstranjevanje izločkov iz zg dihalnih poti uporabimo aspiracijo)
- Prehrana – hrana naj bo kalorična in bogata z vitamini, servirana v večkratnih manjših obrokih, veliko tekočine
- Pogoste kontrole vitalnih znakov je odvisna od splošnega počutja in vrste pljučnice

Preprečevanje pljučnice: da ne pride do pljučnice je treba zdraviti okužbo zgornjih dihal, pomembno je da izločki ne zastajajo, ampak da jih odstranjujemo, posebej so izpostavljeni starostniki in bolniki s srčnimi obolenji.

### Tuberkuloza:

- Je nalezljivo obolenje, ki ga povzroča bacil *Mycobacterium tuberculosis*
- Prizadane v glavnem pljuča

### Potek primarne tuberkuloze:

- Infekcija je kapljična
- Pogosto poteka brez znakov obolenja
- Primarni kompleks so zaceljena žarišča v predelu hilusa na pljučih
- Viden je na rentgenskem filmu, ki se kaže kot razvita pridobljena odpornost
- Znaki so povišana temperatura, bolečine v sklepih, slabo počutje, neješčnost

### Potek generalizirane faze:

- Postprimarni razsevek nastane navadno po krvni poti že ob primarni infekciji
- Oblikujejo se sirasta vnetna žarišča
- Znaki so odvisni od organa ki je prizadet, obolenje poteka več let, razvije se lahko miliarna tuberkuloza – doseže vse organe; znaki so neznačilni, nočno potenje, slabo počutje, na rentgenu vidimo tuberkulozne razsevke
- Zdravljenje se običajno začne v bolnišnici in se nadaljuje ambulantno; zdravljenje s tuberkulostatiki
- Zdravstvena nega: podpora v vseh življenjskih funkcijah, skrbimo za bolnikov počitek in spanje, hrana je vitaminsko in beljakovinsko obogatena, bolnik naj popije veliko tekočine, preprečevanje TBC je v stalnem poučevanju ljudi o tem kako se infekcija prenaša

### Zdravstvena nega pri obolenjih srca in ožilja – splošni znaki:

- Dispneja (občutek težkega dihanje)
- Ortopneja (težko dihanje med ležanje)
- Bolečina v prsih
- Stenokardija (tiščanje pri prsih)
- Utrujenost



- Edemi (najprej v gležnjih)
- Palpitacije (občutek nenavadnega bitja – trzanje srca)
- Cianoza 8modrikasta obarvanost kože in sluznic)

#### Preiskovalne metode pri obolenjih srca in ožilja:

- Klinične pregled srca (poslušanje, trkanje, merjenje krvnega tlaka in pulza)
- EKG
- Ehokardiosonografija (UZ srca)
- Krvne preiskave
- Koronografija (slikanje koronarnih žil s pomočjo kateterizacije srca in sodi med invazivno diagnostiko)
- Rentgensko slikanje srca (CT)
- Preiskave s pomočjo nuklearne medicine

#### Pregled ožilja obsega:

- Merjenje temperature kože, pulza, oscilometrijo
- Funkcijski preizkus
- Rentgensko slikanje žil – kontrastne preiskave
- Dopplerski ultrazvok
- Angiografijo (slikanje žil)

#### Najpogostejša obolenja srca in ožilja:

- Ishemična obolenja
- Hipertenzivna obolenja
- Zapleti pri srčnih obolenjih
- Obolenja ožilja

#### Ishemična obolenja:

- So bolezni katerim je skupno nesorazmerje med potrebami srčne mišice po kisiku in dovajanjem le tega
- Znaki so povišan krvni tlak, povišane maščobe v krvi, kajenje, sladkorna bolezen, ...
- Najpogostejši bolezni sta angina pectoris in akutni miokardni infarkt

#### Angina pectoris:

- Je ishemija srčne mišice
- Posledica koronarne ateroskleroze
- Znaki: bolečina za prsnico, ki se izžareva v desno ali/in levo roko
- Zdravstvena nega: poučiti o soočanju ob napadih, pojasniti mu moramo stanje, opozoriti ga na dejavnike tveganja, pravilna prehrana, primerna telesna aktivnost, dovolj počitka

#### Akutni miokardni infarkt:

- Je ishemična nekroza določenega dela srčne mišice zaradi premajhnega dotoka kisika

- Rizikni faktorji so ljudje s preveliko telesno težo, povečanimi krvnimi maščobami, s putiko, tisti ljudje ki so stalno pod psihičnim pritiskom, ljudje ki se manj gibajo
- Znaki bolezni: močna, stiskajoča bolečina tudi ob mirovanju, praviloma se pojavi za prsnico in traja več kot 30 min, sevanje bolečine v spodnjo čeljust, bolečina je topa, tiščeča, včasih pekoča, nikoli pa ne zbadajoča, močan strah, tesnoba, nemir, bolečino lahko spremlja slabost, omotica, težka sapa, tudi izguba zavesti, Pulz je pospešen, Krvni tlak je povišan, Kardiogeni šok spremljajo bledica, hladne in cianotične akre, tipljiv pulz, pospešeno dihanje, nizek RR in spremenjena zavest

#### Hipertenzivna srčna obolenja:

- O bolezni govorimo kadar je srce povečano le zaradi dolgotrajnega povišanega krvnega tlaka
- Tako srce premaguje povečane telesne ali duševne obremenitve le do določene meje
- Tej bolezni se sčasoma lahko pridruži še katera od ishemičnih bolezni

#### Arterijska hipertenzija – AH (zvišan krvni tlak):

- Sindrom zvišanega sistoličnega ali diastoličnega tlaka, ali obojega hkrati
- Vzroki: dednost, čezmerno uživanje soli, pitje kave, kajenje, pretirano pitje alkoholnih pijač, telesna neaktivnost, stres, obolenja ledvic osrednjaga in perifernega živčevja
- Znaki: pogost glavobol, vrtoglavica, šumenje in zvonenje v ušesih, motnje motorike, znakom pravimo hipertenzivna srčna bolezen za katero sta značilni sprememba funkcije levega pretaka, hipertrofija levega pretaka
- Zdravstvena nega: sprememba prehrane, poučimo jih o življenjskih aktivnostih, prenehanju slabih razvad, redno merjenje krvnega tlaka, tehtanja

#### Zapleti pri srčnih obolenjih:

- Popuščanje srca, pljučni edem
- Kardiogeni šok
- Motnje srčnega ritma

#### Popuščanje srca – srčna insuficienca:

- Minutni volumen srca je premajhen za pravilno cirkulacijo krvi
- Znaki popuščanja levega pretaka: bledica kože, cianoza na periferiji, hleden znoj, oteženo in pospešeno dihanje, pospešen pulz, visok krvni tlak, ortopneja, bolnik kašnja, izmeček pa je špenast in krvavo obarvan v napredovanju lahko pride do pljučnega edema
- Popuščanja desnega pretaka: so posledica zastoja krvi v velikih žilah in organih, ki izlivajo kri v vene, nabrekla jetra, bolečine v zg delu trebuha, bljuvanje, oligurija, nabrekle vratne vene, edemi gležnjev, kasneje trupa in zgornjih okončin, tekočina se nabira tudi v telesnih votlinah

#### Kardiogeni šok:

- Je najhujši primer srčne odpovedi
- Premajhna prekrvavitev organov in preskrbe s kisikom
- Če ne zdravimo lahko pride do nepopravljivih okvar življenjsko pomembnih organov in se konča s smrtjo

### Motnje srčnega ritma:

- So pogoste pri akutnem srčnem infarktu
- Najnevarnejše so aritmije srčnega prekata, posebno prekatna fibrilacija, ki zahteva takojšno defibrilacijo
- Prve dni je bolnik v intenzivni negi, na stalnem EKG nadzoru
- Zdravstvena nega: je kompleksna in namenjena razbremenitvi srca, bolnik mora biti v intenzivni negi in terapiji; negovalni načrt je vedno individualne usmerjen k pomoči življenjskih aktivnosti; mirovanje v postelji, posteljo vedno urejata dve osebi in to po širini, bolnik ves dan sedi; zaradi slabe cirkulacije krvi kožo skorbno umivamo, masiramo in mastimo; usta izpiramo po vsakem obroku hrane, kadar bolnik ni priključen na monitoring večkrat dnevno merimo pulz, krvni tlak in opazujemo dihanje

### Obolenja perifernih arterij:

- Najpogostejši rizični faktorji obolenja arterij so debelost, kajenja, sladkorna bolezen, zvišan krvni tlak,...
- Arterioskleroza žil je proces, pri katerem se na steno arterije nalagajo maščobe, ogljikovi hidrati, vezivno tkivo in kalcij; privede lahko do možganske kapi ali srčnega infarkta

### Obolenje ven – venska tromboza:

- Je delna ali popolna zamašitev ene ali več ven s strdkom
- Najpogosteje nastane na sp okončinah
- Površinski tromboflebitis je posledica vnetnih sprememb žilne stene, najpogosteje se pojavi samo na eni nogi
- Zdravstvena nega: dajemo obkladke na nogo, uda nismo masirati, zagotoviti moramo osnovne življenjske potrebe, obolelo okončino moramo dvigniti, merimo in beležimo vitalne funkcije, dajemo predpisano terapijo

### Varice – krčne žile:

- So zvite, žepasto oblikovane razširjene vene površinskega venskega sistema nog
- Na nastanek vpliva stoječe delo, večkratna nosečnost, prevelika telesna teža, preozke hlače, družinska nagnjenost
- Zdravstvena nega: konzervativno zdravljenje – skleroziranje varic; operativno zdravljenje – odstranitev varikozne vene; pomembno je preprečevati nastanek krčnih žil s zdravim načinom prehrane, opustitev kajenja, uporabo kompresijskih nogavic, redno telesno aktivnost

### Naloge krvi:

- Transport (prinaša kisik in hranilne snovi v celice od koder odnaša presnovke in ogljikov dioksid)
- Obrambno nalogo (tvorba protiteles in fagocitoza)
- Vzdrževanje acido - baznega ravnovesja (sposobnost strjevanje krvi)

### Preiskovalne metode:

- Hematološke preiskave krvi (KKS, SR, DKS, Coombsov test)
- Punkcija kostnega mozga in limfnih žlez
- Ultrazvočne preiskave
- Nuklearne preiskave
- Rentgenske preiskave

Anemija (slabokrvnost): je bolezensko stanje, kjer je zmanjšana ceotna masa eritrocitov v obtoku.

- Vzroki: pomanjkanje snovi, ki je potrebna za tvorbo eritrocitov in njihovo dozorevanje (pomanjkanje železa), povečan razpad eritrocitov (skrajšana življenjska doba eritrocitov), obolenje rdečega kostnega mozga (motnje v razvoju rdečih krvnih celic)
- Znaki: glavobol, šumenje v ušesih, vrtoglavica, omotica, razbijanje srca, dihalne stiske, pospešen pulz, nizek krvni tlak, bledica kože, nohtov in vidnih sluznic, utrujenost, splošna oslabeledost, težave s koncentracijo, slab apetit
- Posledice: na tkivih degenerativne spremembe zaradi pomanjkanja kisika

### Anemija zaradi pomanjkanja železa – sideropenična anemija:

- Resorbcija železa
- Največ železa se porabi za tvorbo hemoglobina
- Pomanjkanje železa je najpogostejše pri otrocih do 3 leta starosti, močne krvavitve pri menstruaciji, nosečnicah, pri ljudeh s kroničnimi krvavitvami
- Delimo jih na: primarne ali samostojne in na sekundarne ali posledične – nastanejo zaradi različnih obolenj
- Znaki: nohti so krhki, bolniku izpadajo lasje, ljudje zgodaj osivijo, koža je suha, zgubana, v ustih se pojavijo pekoče bolečine, nastanejo morje pri požiranju, bljuvanje, driske

### Anemija zaradi pomanjkanja vitamina B12 – perniciozna anemija:

- Nastane zaradi motene resorpcije vitamina B12
- Značilnost: megaloblasti (spremenjeni eritroblasti), v kostnem mozgu ter megalociti in makrociti v periferni krvi
- Diagnozo potrdijo s krvno sliko in sternalno punkcijo
- Znaki: splošni znaki anemije, problemi s sluznicami, pekoč rdeč in boleč jezik, koža je slamnate barve, nesigurna hoja, občutek vibracije, slabša koncentracija, razdražljivost

### Hemolitična anemija:

- Preveliko razpadanje rdečih krvničk v tkivih in v žilnem sistemu kar imenujemo hemoliza
- Življenjska doba eritrocitov je skrajšana
- Vzrok: avtoimunski procesi in protitelesa imajo skrajšano življenjsko dobo in se ne nadomeščajo pravočasno
- Znaki: kombinacija znakov anemije in hemolize, pri akutni hemolitični anemiji je bolezenska slika burna, prisotna je mrzlica z vročino, kopičenje žolčnih barvil – tvorjenje žolčnih kamnov, nastajanje okvar ledvic, povečana jetra in vranica

### Zdravstvena nega pri anemijah:

- Usmerjena je v dajanje zdravil
- Skrbna nega kože in sluznic
- Prehranjevanje in pitje
- Izločanje in odvajanje
- Gibanje in ustrezna lega
- Spanje in počitek
- Oblačenje
- Zagotavljanje miru in varnosti
- Izražanje čustev
- Rehabilitacije
- Kontrola vitalnih funkcij

Levkemija: je bolezen, ki je posledica nenadzorovane rasti in kopičenja maligno spremenjenih nezrelih belih krvnih celic v samem kostnem mozgu ali limfatičnem tkivu. Sprememba bele krvne slike se lahko kaže kot povečano (levkocitoza) ali zmanjšano (levkopenija) število levkocitov v krvi. Bolezen poteka v akutni in kronični obliki.

Akutna levkemija: je kolonska bolezen kar pomeni, da so vse levkemične celice potomke ene same maligno spremenjene celice. Pri kronični obliki z samim zdravljenjem dosežemo remisije in podaljšanje bolnikovega življenja. Levkemije delimo glede na različne načine: na vrsto celic in po zrelosti celic. Vzrok bolezn ni znan.

- Znaki: visoka temperatura, nagnjenost k infekcijam, pojavitev krvavitev v koži in sluznicah, nekroze v ustih in žrelu, povečanje bezgavk, vranice, močno izražena anemija, močne bolečine v kosteh, velika utrujenost in oslabeledost
- Zdravstvena nega: preprečevanje infekcij, nepokretnim bolnikom zmanjšujemo bolečine s pravilno lego in obračanjem, posebno skrbno negujemo kožo in sluznice, bolnik naj uživa lahko hrano, dajemo psihično oporo