

Sănătatea Comportamentală:

Primul aliat al echipei de profesioniști din domeniul sănătății din medicina primară și comunitară

Ghidul asistentului medical

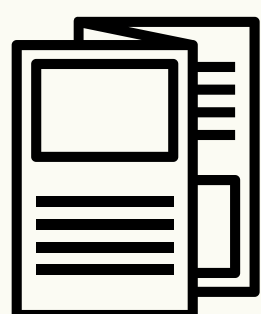
Profesioniștii din asistența medicală primară (medicul de familie și asistentul medical din cabinetul de medicina familiei) și comunitară (asistent medical comunitar sau mediator sanitar) sunt cei mai credibili în fața pacienților, atunci când vorbim despre educarea lor pentru adoptarea unor comportamente sănătoase.

Ei știu cel mai bine care sunt factorii care duc la îmbolnăvire, dar și cum să ghideze un pacient pentru menținerea unui stil de viață sănătos.

Pentru aceasta, însă, pacientul are nevoie să înțeleagă că:

1. anumite comportamente pe care EL le are îl predispun la boli grave
2. sunt anumite măsuri pe care LE poate lua ca să evite aceste boli.

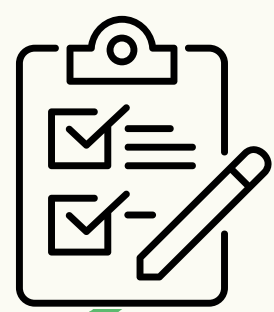
Iar dumneavoastră ACUM îl învățați cum să facă aceste două lucruri, într-un mod SIMPLU.



PASUL 1

Oferiți pacientului la risc un pliant și încurajați-l să-l citească (în felul acesta, pacientul conștientizează și înțelege că subiectul este important pentru el)

Când întâlniți un pacient care prezintă factorii de risc asociați cardiopatiei ischemice, încurajați-l să citească un pliant despre această afecțiune: factori de risc, comportamente sănătoase și cum să le adopte. Apoi încurajați-l să încerce să adopte cel puțin o schimbare sănătoasă pe care o alege, dintre cele recomandate.



PASUL 2

Propuneți pacientului să completeze Chestionarul Sănătății

În felul acesta, inițiați procesul de educare al pacientului cu privire la factorii care-l sprijină, dar și cei care-l împiedică să acționeze pentru protejarea propriei sănătăți.

În plus, îl încurajați să se gândească la schimbările sănătoase și să le noteze în chestionar, ca un fel de angajament.



PASUL 3

Recomandați pacientului să folosească ghidul obiceiurilor sănătoase din pliantul primit și pe care-l va lua acasă cu el, ca un mod de a-și monitoriza progresele în adoptarea comportamentelor sănătoase.

Apreciați și încurajați pacientul să nu renunțe să investească timp și energie pentru protejarea propriei sănătăți și pentru o cât mai bună calitate a vieții!