

## **Evaluacija provođenja trudničkih tečajeva tijekom 2000.- 2012.god.**

Mara Županić<sup>1,2</sup>, Vesna Turuk<sup>1</sup>, Dubravka Ćurik<sup>2</sup>, Ljerka Bertić<sup>3</sup>

<sup>1</sup> *Zdravstveno veleučilište Zagreb,*

<sup>2</sup> *Dom zdravlja Zagreb-Centar – patronažna djelatnost*

<sup>3</sup> *Dom zdravlja Bjelovarsko-bilogorske županije*

### **Sažetak:**

Djelatnost patronažne službe odnosno zaposlenih medicinskih sestara u toj djelatnosti je primarno preventivno edukativna i informativna, sa zadaćom prikupljanja potrebnih podataka, otkrivanja i zbrinjavanja bolesnih, nemoćnih i socijalno ugroženih stanovnika te zadaćom očuvanja, unapređenja i zaštite zdravlja ostalih. Začeci patronažne djelatnosti kod nas počinju 1921. godine, kad je osnovana prva Škola za sestre pomoćnice, koje su radile monovalentnu patronažu u tadašnjim dispanzerima za tuberkulozu i dojenčad. 1930. godine osniva se Središte za socijalno higijenski rad u Zagrebu, a od 1933. godine sestre preuzimaju ulogu prvih socijalnih radnika. Od 1935. godine provode i odgojni rad putem „*Tečajeva za majku i dijete*“, što znači da patronažna djelatnost u Hrvatskoj i hrvatskom sestrinstvu ima dugu tradiciju brige za majku i dijete.

Danas su dužnosti patronažne sestre definirane uvjetima ugovaranja PZZ s Hrvatskim zavodom za zdravstveno osiguranje (HZZJ), gdje se u članku 32. između ostaloga decidirano navodi da je patronažna sestra obvezna utvrditi zdravstveni i socijalni status svih obitelji na svom području i pružiti profesionalnu skrb sukladnu stečenim kompetencijama trudnici i majki nakon poroda (babinjači), novorođenčetu, malom djetetu i ostalim definiranim skupinama.

Prema podacima HZZJZ (2009. godine) u Hrvatskoj se rodilo 44.577 djece. Patronažnih posjeta novorođenčetu (u prvom mjesecu ) bilo je 174.201, odnosno u prosjeku 3,9 posjeta, i 78.728 posjeta dojenčetu, odnosno 1,8 posjeta po djetetu.(9)

**Ključne riječi:** patronažna djelatnost, priprema za porod, trudnički tečaj

### **Priprema žene za porod i roditeljstvo - Tečajevi za trudnice:**

Zdravstvena njega žene za vrijeme trudnoće obuhvaća antenatalnu, partalnu i postpartalnu skrb.

**Antenatalna zaštita** je nadzor nad čitavom trudnoćom sa zdravstvenog, psihološkog, socijalnog i kulturnog aspekta. Ona obuhvaća niz preventivnih, higijenskih i socijalnih mjera s ciljem očuvanja zdravlja trudnice i osiguranja normalnog razvoja ploda te što nižeg perinatalnog mortaliteta i morbiditeta. Osnovna sastavnica antenatalne skrbi su redoviti klinički pregledi trudnice, savjetovanje trudnice o higijeni i prehrani tijekom trudnoće, redoviti pregledi ultrazvukom te psihofizička priprema trudnice za porođaj.

**Antenatalna zaštita** uključuje:

- edukaciju trudnice o načinu života u promicanju očuvanja zdravlja
- izbjegavanje rizičnih faktora
- prepoznavanje bolesti trudnoće
- pripreme za porod

### **Prenatalna skrb**

Glavna područja djelovanja sestara tijekom prenatalne skrbi su:

- Vodeća aktivnost medicinskih sestara u zajednici u području zaštite zdravlja trudnice usmjerene unapređenju i održavanju njihova zdravlja;
- Sestre u zajednici često su u prigodi otkriti visoko rizične trudnice, osobito one koje su izvan zdravstvenog nadzora i povezati ih sa sustavom zdravstvene zaštite;
- Sestre također pomažu trudnicama i njihovim obiteljima u svladavanju prepreka za ostvarivanje prenatalne zaštite (5).

Sestrinska skrb trudnice obuhvaća procjenu, planiranje i provedbu mjera i postupaka kojim se pruža pomoć trudnici i njezinoj obitelji u rješavanju procjenom otkrivenih problema te evaluacija ciljeva i postignuća, tj. rezultata ostvarenja planiranih ciljeva i obavljenih postupaka.

## **Prosudba zdravstvenog stanja i potreba trudnice**

Podaci prikupljeni procjenom trebaju omogućiti uvid u zdravstveno, psihičko, socijalno i ekonomsko stanje trudnice, njezine mogućnosti, znanja i stavove u odnosu na trudnoću i buduće materinstvo. Procjenom se otkrivaju problemi koje će sestra i trudnica u daljnjem tijeku zbivanja pokušati zajedno riješiti. Procjenom sestra otkriva i medicinske i druge probleme za čije rješavanje angažira ovlaštene stručnjake.

## **Podaci potrebni za procjenu i čimbenici koji utječu na ishod trudnoće**

Tri su glavne skupine podataka koji pomažu medicinskoj sestri u prosudbi cjelokupne situacije i potreba trudnice za određenim vrstama pomoći. To su podaci o obitelji, podaci o okolini u kojoj trudnica živi i podaci o trudnici.

Skrb trudnica provodi se kroz individualni rad i grupni rad. Za pripremu za porod i roditeljstvo osim individualnog rada dobri rezultati postižu se tečajevima pripreme za porođaj. Trudnica može početi polaziti tečaj od 4. mjeseca trudnoće, poželjno je da dolazi sa svojim suprugom.

## **Priprema za porođaj**

Priprema za porođaj obuhvaća fizičku i psihičku pripremu trudnice. Program pripreme trudnice za porođaj može uključivati individualne programe edukacije, tečajeve za trudnice i parove koji čekaju dijete te prilagođene programe edukacije i vježbanje u skupini.

**Fizička** priprema uključuje redovitu tjelovježbu kojom se postiže dobra opća tjelesna kondicija, te vježbanje skupina mišića koji su važni u porođaju.

**Psihička** priprema znači postizanje dobre emocionalne prilagodbe trudnice za porođaj. Kakva će biti ta prilagodba ovisi o mnoštvu okolinskih čimbenika prisutnih u životu trudnice. Neki od njih su: emocionalna stabilnost i zadovoljstvo trudnice, uspješnost braka, želja para da imaju dijete, povjerenje trudnice u zdravstvene radnike, njezino ranije iskustvo, iskustva i sugestije majke i prijateljica, zdravstveno stanje trudnice i drugo.

Trudnoću nerijetko prati strah i zabrinutost. Cilj pripreme je ublažiti ili ukloniti strah i zabrinutost kao glavne negativne emocionalne čimbenike u trudnoći i spriječiti njihovu

kumulaciju u porođaju. Na taj način sprječava se nastanak sindroma strah-tenzija-bol tijekom porođaja, olakšava samokontrola boli, te olakšava i ublažava porođaj.

Tri su glavne komponente pripreme:

- Edukacija o normalnom tijeku porođaja, jer dobiva informiranost smanjuje strah od nepoznatog i pomaže ženi da aktivno sudjeluje u porođaju;
- Stjecanje znanja i tehnika ublažavanja boli, olakšavanja i ubrzanja porođaja aktivnim sudjelovanjem, stjecanje specifičnih tehnika relaksacije za smanjenje boli za vrijeme porođaja, stjecanje određenih tehnika disanja koje se mijenjaju tijekom porođajnih doba, primjena pomoćnih metoda olakšavanja kao što su masaža leđa, pritisak na sakrum, ležanje na strani potiljka djeteta;
- Stvaranje i održavanje mirne i ugodne okoline koja pruža podršku tijekom porođaja uz prethodnu mogućnost upoznavanja mjesta porođaja i osoblja koje će porođaj voditi – mogućnost izbora načina porođaja.

### **Tečajevi za trudnice**

Tečaj je strukturiran tako da budućim roditeljima pruži dostatan broj informacija o trudnoći, razvoju ploda, zaštiti zdravlja trudnice, porođaju, boravku u rodilištu, prehrani i njezi novorođenčeta, zdravstvenoj njezi novorođenčeta, psihološkim aspektima roditeljstva, pravnim propisima vezanima uz roditeljstvo. Još od 1955.godine provode se kombinirani tečajevi za trudnice, čiji program ne uključuje samo trudnicu i ginekologa. Taj novi kombinirani program poznat je pod nazivom „Lamaze“ priprema za porod, koja uključuje očeve u pripremu, kao i u sam porod. Od tada pa do danas „Lamaze“ priprema za porod najviše je orijentirana na USA, ali se putem centara za obuku kadra za provođenje ove metode širi i u Europu. „Lamaze“ priprema naziv je dobila po francuskom liječniku koji ju je prvi put primijenio u Parizu. Ona se, između ostaloga, sastojala od posebnih tehnika disanja koje su trudnice trebale primijeniti pri porođaju (6).

Prema istraživanju stavova i mišljenja majki o stanju hrvatskih rodilišta provedenog u srpnju 2009. godine manje od trećine (31,8%) majki prvotki pohađalo je trudnički tečaj. Trudnički tečajevi nisu samo u nadležnosti rodilišta, već se oni održavaju u domovima zdravlja i privatnim ginekološkim ordinacijama. Postotak pohađanja tečajeva je veći u rodilištima koje nose naslov „Rodilište prijatelj djece“ (37,4%), dok u ostalim

rodilištima samo 25,8% parova pohađaju trudničke tečajeve (Stanojević, KB Sveti Duh).

Ciljevi trudničkih tečajeva su povećanju znanja, podrška u donošenju odluka, smanjenje straha i bolju prilagodbu na novonastalo stanje i nove životne uloge. Smatra se da će organizacija trudničkih tečajeva odnosno grupni rad s niskom rizičnom skupinom trudnica i njihovih partnera značajno utjecati na bolje međusobno razumijevanje između njih samih i zdravstvenih djelatnika u rodilištima, te na pripremu roditelja na roditeljstvo. Na taj način će se tako pripremljena trudnica bolje prilagoditi na novonastalu situaciju u rodilištu, te će osoblje rodilišta moći učinkovitije izvršavati svoje zadaće vezane uz zdravstveno prosvjećivanje.

Svrha trudničkih tečaja:

- Smanjivanje tjeskobe, ispravljanje zabluda i smanjivanje straha od porođaja;
- Svladavanje vještina koje služe unaprjeđenju i održavanju zdravlja tijekom trudnoće i/ili sprječavanju i ublažavanju nelagode uzrokovane određenim smetnjama;
- Svladavanje neuromuskularnih i respiracijskih vještina kako bi se olakšao porođaj (vježbe disanja, vježbe relaksacije);
- Usvajanje pozitivnih stavova za prirodnu prehranu (dojenje), za vrijeme trudnoće;
- Razvijanje opušteno, otvorene skupne atmosfere podložne učenju i izgradnji samopoštovanja.

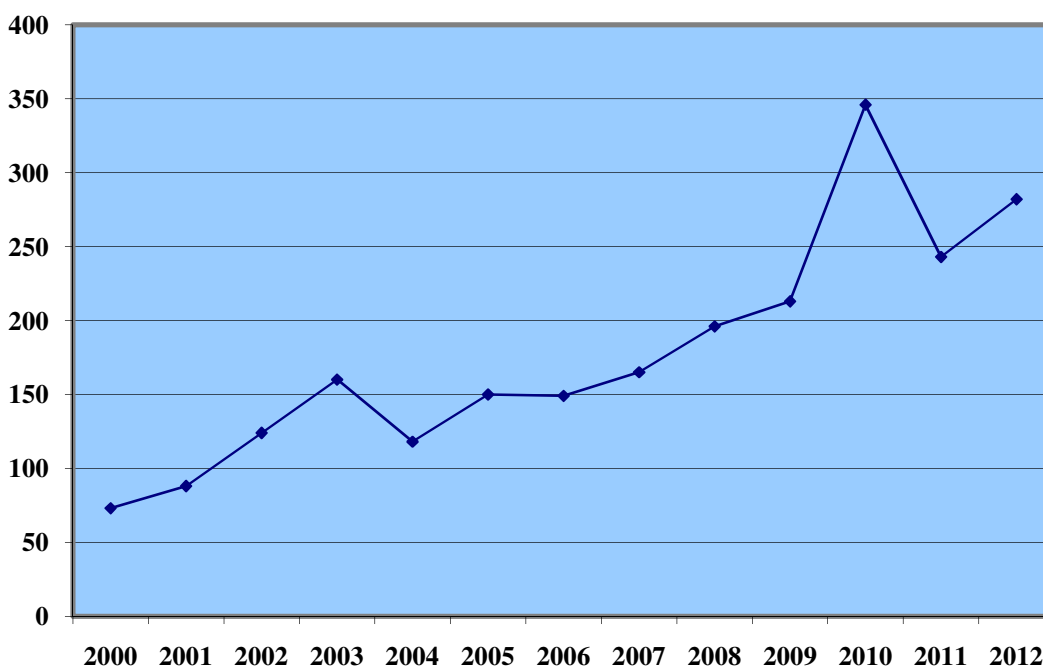


Slika 1. Trudnički tečaj u Domu zdravlja Zagreb-Centar, Runjaninova 4 (travanj 2012. godine)

### **Organizacija trudničkih tečajeva u domovima zdravlja u Zagrebu**

U Zagrebu se od 1998. godine u tri doma zdravlja na jedanaest lokacija svaki mjesec provode trudnički tečajevi. Tečajevi se provode uz financijsku potporu Gradskog ureda za zdravstvo i branitelje, a provode ih patronažne sestre i primarni ginekolog. Provode se kroz dva dana u trajanju od po šest sati. Vrijeme održavanja tečaja na spomenutih jedanaest lokacija je različito, i uglavnom se provode u popodnevним satima u prostorijama domova zdravlja. Prednost navedenih tečaja je što budući roditelji sami biraju mjesto i vrijeme održavanja tečaja, i što su za polaznike besplatni. Za oglašavanje održavanja trudničkih tečaja koriste se plakati koji se mijenjaju mjesečno, a služba za informiranje jednom mjesečno šalje dopis u javna glasila (novine, radio i sl.) informaciju o mjestu i vremenu održavanja tečajeva. Sve informacije o mjestu održavanja tečaja građanima su dostupne i nalaze se i na stranici [www.zagreb.hr](http://www.zagreb.hr). Trudnički tečajevi se provode pod nazivom „U očekivanju novog člana u obitelji“, a polaznici dobivaju iskaznicu o pohađanju tečaja koju ovjerava patronažna sestra.

Broj polaznika navedenih trudničkih tečajeva kreće se od 2.200 do 2.500 godišnje, što znači da je u periodu od 2000. do 2012. godine u cilju pripreme za porod i roditeljstvo kroz trudnički tečaj u domovima zdravlja Zagreba prošlo oko 32.500 polaznika. Također treba naglasiti da oko trećina trudnica dolazi u pratnji svojih partnera.



Grafikon 1. Broj polaznika trudničkih tečajeva u Domu zdravlja Zagreb-Centar, na adresi Runjaninova 4, od 2000. – 2012. godine.

### **Organizacija trudničkih tečajeva u domovima zdravlja Bjelovarsko-bilogorske županije**

2002. godine održan je prvi Tečaj za trudnice u Bjelovaru. Osmislile i organizirale su ga patronažne sestre, a u rad tečaja bili su uključeni ginekolog i primalja Opće bolnice Bjelovar. Tečaj je trajao dva dana. 2003. godine u rad tečaja uključuje se i pedijatar. Iako je početak rada bio težak, s vremenom se prepoznaje vrijednost i potrebnost tečaja, te se 2006. godine tečaj proširuje na trajanje od 3 dana i u rad se uključuje fizioterapeut kao volonter Udruge za zdravo i sretno djetinjstvo. Grad Bjelovar je podupro inicijativu i donirao je dvoranu u kojoj se održavaju vježbe za trudnice. Po izlasku UNICEF-ova priručnika o organizaciji tečaja za trudnice, tečaj se proširuje na

četiri dana i u rad se uključuje i psiholog Obiteljskog centra Bjelovar. Tečaj je besplatan, a svi suradnici tečaja su dobrovoljci, volonteri. O kvaliteti i potrebnosti tečaja najbolje govore statistički podaci koji nas sve vesele i pokazuju nam vrijednost i važnost pomoći budućim roditeljima na ovaj način. 2002. godine održano je šest tečajeva s ukupno 37 polaznika. 2004. godine tečaj je prošlo 56 trudnica i 3 buduća oca. 2011. godine održano je 9 tečajeva s ukupno 121 polaznikom, od kojih je bilo 28 očeva. Ove godine, 2012. održano je do sada 5 tečajeva s ukupno 95 polaznika, a od toga 36 očeva. Po statistici se vidi da zainteresiranost budućih roditelja o edukaciji o trudnoći i roditeljstvu raste, što je i cilj tečaja za trudnice. Cilj svih uključenih u rad tečaja je da se i nakon poroda nastavi suradnju s roditeljima. Kroz tečaj buduće roditelje pripremamo za polazak na Grupe za potporu dojenja te na baby fitness, kako bi se nastavilo praćenje rasta i razvoja djeteta, te pomoglo roditeljima. Velika je važnost već na tečaju pripremiti i usmjeriti roditelje na daljnju suradnju sa zdravstvenim djelatnicima, kako bi im se pokazalo da se i poslije poroda nastavlja skrb i briga za cijelu obitelj. Nama to pričinjava zadovoljstvo a roditeljima sigurnost i osjećaj da nisu prepušteni sami sebi, te da uvijek imaju oslonac i mogućnost traženja savjeta od stručnih osoba na svim područjima razvoja njihovog djeteta.

Tablica1. Polaznici trudničkog tečaja u Domu zdravlja Bjelovarsko - bilogorske županije

<b>Broj održanih tečajeva od 2000. do 2012. godine</b>	<b>95</b>
Prisutnih budućih majki	838
Prisutnih budućih očeva	148
<b>UKUPNO</b>	<b>986</b>

4. 10. 2012. godine navršilo se punih deset godina provođenja trudničkih tečaj . Prigodno je organizirana proslava, uz prigodnu svečanost i uz ugodno druženje i brojne uzvanike i suradnike.





Slika 2. S obilježavanja 10-godišnjice trudničkog tečaja u DZ BBŽ

### **Zaključak:**

Trudnoća je razdoblje u kojemu bi svaka trudnica trebala dobiti svu potrebnu edukaciju u cilju upoznavanja sa normalnim smetnjama za vrijeme trudnoće i kako ih ublažiti, prepoznavanju znakova ugroženosti, kao i pripremi za porod i roditeljstvo. Sve oblike skrbi i edukacije patronažna sestra provodi individualnim posjetom u kući trudnice i kroz grupni rad provedbom trudničkih tečaja. Iz navedenih podataka vidljivo je da se trudnički tečajevi redovito održavaju u zadnjem desetljeću i da su se ovakvim oblikom edukacije za porod pripremili mnogi današnji roditelji. Međutim, treba naglasiti da zbog nemogućnosti evidentiranja grupnog rada u patronažnoj djelatnosti i zbog nepostojanja šifre kojom bi se evidentirali tečajevi, oni u kvantitativnom prikazu rada patronažnih sestara kao da i ne postoje. Držim da bi bilo nužno dopuniti sa šiframa ovisno o vrsti korisnika i obliku rada postojeću samo jednu oznaku/šifru (92095) u „Plavoj knjizi“ koja se koristi za sve izvršene intervencije unutar ciljanih skupina.

### **Literatura:**

1. Kuvačić I. i sur., Dobro je znati prije, za vrijeme i nakon poroda, 2004.

2. S.Kitzinger : Pregnancy and Childbirth, Dorling Kinderstey, 1980, rev 1989, rev 1996.
3. A. Eisenberg, H.E. Murkoff, S.E.Hathaway: „Trudnoća-što vas očekuje“ Munuscript, Zagreb, 1995.
4. Ljubojević, N. Ginekologija i porodništvo. Zagreb, ZVU 2005
5. Mojsović, Z. Sestrinstvo u zajednici. Zagreb, ZVU 2007.
6. S. Vojvodić Schustel : „Vježbe za trudnice“, Biovega, Zagreb 2004
7. 10. Kurjak, A. i sur. Ginekologija i perinatologija I. Varaždinske Toplice, Tonimir 2003.
8. Kurjak, A. i sur. Ginekologija i perinatologija II., Varaždinske Toplice, Tonimir 2003.
9. Bruno Mazzi, Patronažna služba i obiteljski doktor, 20.10.2011  
[www.hdod.net/rad\\_drustva/Patronazna](http://www.hdod.net/rad_drustva/Patronazna).
10. . [www.savjetnica.com](http://www.savjetnica.com)
11. . [www.trudnoća.net](http://www.trudnoća.net)