

**Vysoká škola  
zdravotnická**



# ***Ověření metodiky krátkých intervencí v praxi***

**Vysoká škola zdravotnická o.p.s., Praha**

Projekt MZ ČR č.: 10678

# Situace v ČR



Nedaří se snižovat počet onemocnění, na jejichž vzniku se zásadní měrou podílejí faktory nezdravého životního stylu

- **kardiovaskulární choroby – 1. místo mezi příčinami úmrtí (50 % populace)**
- **nádorová onemocnění – 2. místo**, přestože tato onemocnění jsou dle American Cancer Society až z 80 % preventabilní

Roky života, ztracené předčasným úmrtím nebo prožité v nemoci, mají za následek

- ***sníženou kvalitu života jedince***
- ***vzrůstající náklady na zdravotní péči***
- ***nezdravotní ztráty v důsledku pracovní neschopnosti, nižší ekonomické aktivity obyvatel a sníženého odvodu daně***

# Metoda krátkých intervencí



- WHO navržená, doporučená, mezinárodně ověřená a finančně nenáročná metoda prevence
- definované praktické postupy
- umožňuje časnou identifikaci rizikového chování
- ovlivňuje postoje a chování populace ve prospěch zdravého životního stylu
- podstatou jsou edukační a motivační rozhovory s pacientem
- realizuje vyškolený pracovník (ideálně všeobecná sestra)

## Cíle

- na základě krátkého strukturovaného rozhovoru **rozpoznat rizikový faktor**
- na základě výsledku vyhodnocení standardizovaného dotazníku **zjistit míru rizika**
- informovat pacienta **o dopadech** jeho rizikového chování **na zdraví**
- **motivovat** pacienta **ke změně chování** zvýšením jeho zdravotní gramotnosti
- **posílit** zodpovědnost pacienta za vlastní zdraví

Metoda splňuje požadavek na nízké náklady, snadnou dostupnost a efektivitu. Průměrná úspěšnost intervence, tedy rozhodnutí ke změně životního stylu, se pohybuje v rozmezí 12 – 40 % v závislosti na komunikovaném rizikovém faktoru a osobním přístupu intervenující osoby.

# Krátké intervence

## 2013

- projekt předložený SZÚ zaměřený na zavádění metody krátkých intervencí do široké praxe byl podpořen z dotačního programu MZ ČR *Národní program zdraví – projekty podpory zdraví*
- navržení a vytvoření sady edukačních karet věnovaných konkrétním rizikovým faktorům životního stylu
- **kouření**
- **nadměrná konzumace alkoholu**

**K edukačním kartám byl zpracován manuál, který popisuje práci edukátora s těmito kartami.**

## 2014

projekt SZÚ opětovně podpořen, doplnění o edukační karty

- **výživa**
- **pohybová aktivita**

## 2015

- **HIV/AIDS a ostatní STD**

**Vzhledem k novým edukačním kartám byl rozšířen manuál.**

Metoda byla postupně pilotně ověřena a zavedena v šesti zdravotnických zařízeních v ČR ambulantního i lůžkového typu, kde proběhl jednodenní seminář zaměřený na využití a správné používání edukačních karet všeobecnými sestrami, aby cílená intervence v určité oblasti nepřesáhla dobu 10-15 minut.

# Realizace projektu



2016

projekt předložený Vysokou školou zdravotnickou byl podpořen z dotačního programu MZ ČR *Národní program zdraví – projekty podpory zdraví*

VŠZ metodu krátké intervence zařadila do vzdělávacího programu pro bakalářský obor Všeobecná sestra 1., 2. a 3. ročníku studia. Studentky jsou seznámeny s metodou v průběhu výuky a provádějí nácvik edukace pod vedením řešitelek projektu – odborných asistentek VŠ.

Následně v rámci povinné skupinové i individuální letní praxe provádějí krátké intervence ve zdravotnických zařízeních, s nimiž má VŠZ uzavřenu smlouvu o zajištění odborné praxe. V zdravotnickém zařízení je o realizaci projektu koordinátorkou odborných praxí vždy informován nižší a střední zdravotnický management, který pomáhá ve spolupráci s mentorkami vytipovat pacienty vhodné k intervenci. Řešitelkami projektu je namátkově prováděna ve spolupracujících zdravotnických zařízeních kontrola kvality prováděné intervence studentkami.

Pro nelékařské zdravotnické pracovníky ze spolupracujících zdravotnických zařízení byl na počátku realizace projektu realizován odborný seminář o metodě krátkých intervencí akreditovaný ČAS.

## **Používané dotazníky v rámci intervence**

*Rizikový faktor kouření – Fagerstromův dotazník*

*Rizikový faktor nadměrná konzumace alkoholu – dotazník AUDIT*

*Rizikový faktor nezdravá výživa – dotazník zpracovaný SZÚ*

*Rizikový faktor nedostatečná pohybová aktivita- dotazník zpracovaný SZÚ*

*Rizikové sexuální chování – bez dotazníku, pouze vyhodnocení*

V rámci bienální smlouvy o spolupráci uzavřené mezi SZÚ a VŠZ jsou používány edukační karty a dotazníky vytvořené SZÚ.

# Zdravotnická zařízení, v nichž vykonávají studentky VŠZ odbornou praxi

- Všeobecná fakultní nemocnice, Praha 2
- Fakultní nemocnice Královské Vinohrady, Praha 10
- Nemocnice Na Františku, Praha 1
- Nemocnice Bohnice, Praha 8
- Nemocnice Na Bulovce, Praha 8
- Fakultní nemocnice v Motole, Praha 5
- Thomayerova nemocnice, Praha 4
- Ústřední vojenská nemocnice, Praha 6
- Nemocnice sv. Alžběty, s. r. o., Praha 2
- Nemocnice Milosrdných sester sv. Karla Boromejského, Praha 1
- Nemocnice Na Homolce, Praha 5
- IKEM, Praha 4
- Ústav hematologie a krevní transfuze, Praha 2
- Ústav pro péči o matku a dítě, Praha 4
- NH Hospital, a. s., Nemocnice Hořovice
- Oblastní nemocnice Mladá Boleslav
- Oblastní nemocnice Kladno, a.s.
- Mediterra, s.r.o. rehabilitační klinika Malvazinky
- Vsetínská nemocnice, a s.
- MEDICENTRUM PRAHA, a.s.
  
- a další zdravotnická ambulantní a lůžková zařízení po celé České republice, kde mají studenti a studentky povolenu vykonat individuální praxi

Hexamin  
tuhý lih  
(pevný podpalovač)

Toluen  
rozpouštědlo

Nikotin  
přípravek  
na hubení hmyzu

Metan  
odpady,  
kanalizace

Kyselina octová  
vinný ocet

Oxid uhelnatý



Amoniak  
čističe toalet

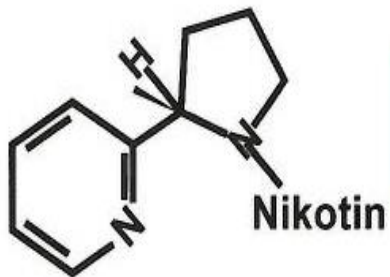
Metanol  
nemrznoucí směsi,  
palivo

Arzén  
jed, tranzistory,  
hubení hlodavců

Butan  
zapalovače

Kadmium  
baterie

1D



# Nikotinová závislost

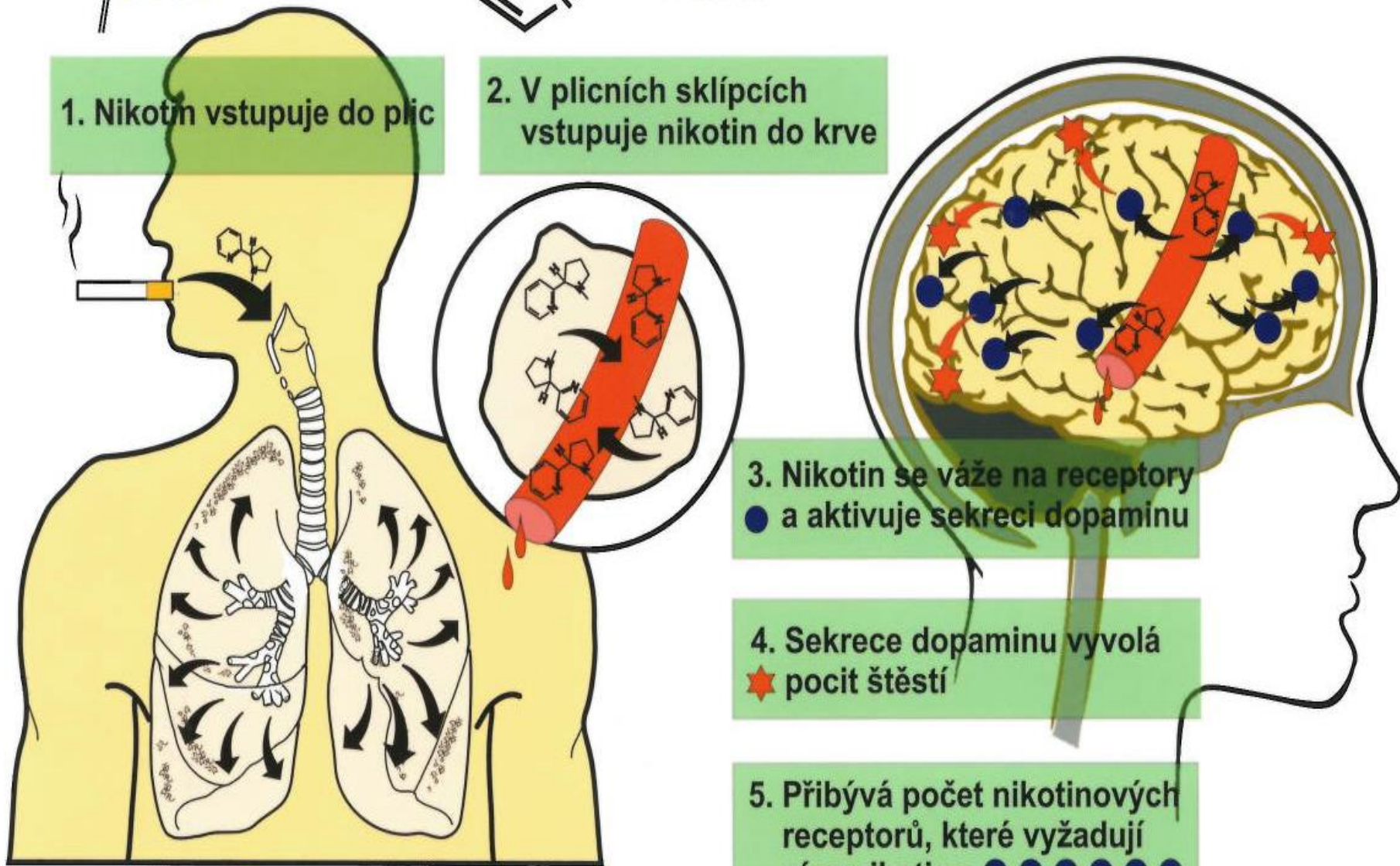
1. Nikotin vstupuje do plic

2. V plicních sklípcích vstupuje nikotin do krve

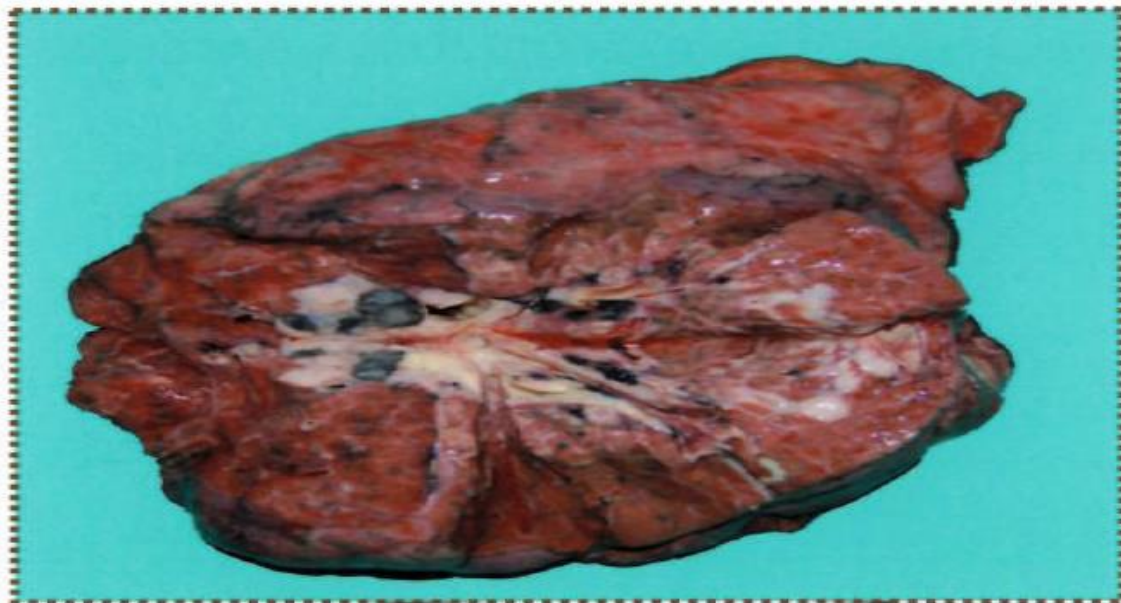
3. Nikotin se váže na receptory  
● a aktivuje sekreci dopaminu

4. Sekrece dopaminu vyvolá  
★ pocit štěstí

5. Přibývá počet nikotinových  
receptorů, které vyžadují  
více nikotinu ● ● ● ● ● ●



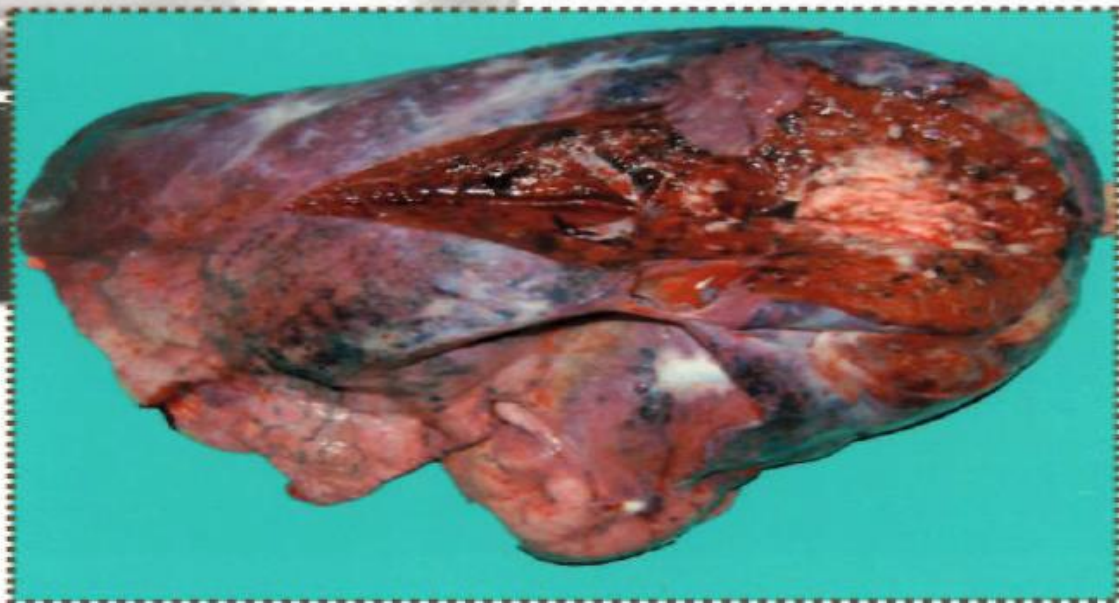
# PLÍCE KUŘÁKA



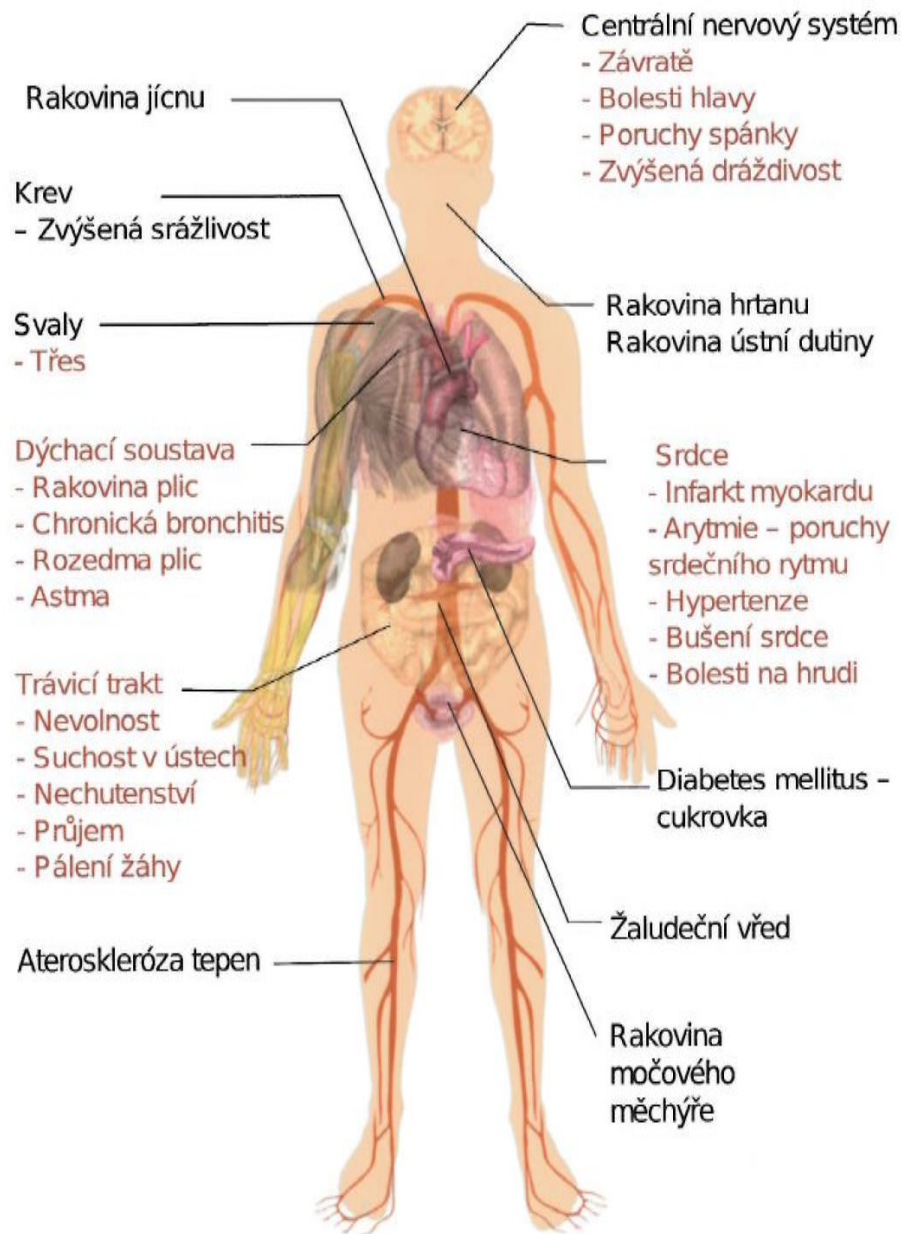
Plíce zasažená  
karcinomem  
(nádorem) v její  
centrální části.  
Nádor má bělavou  
barvu.



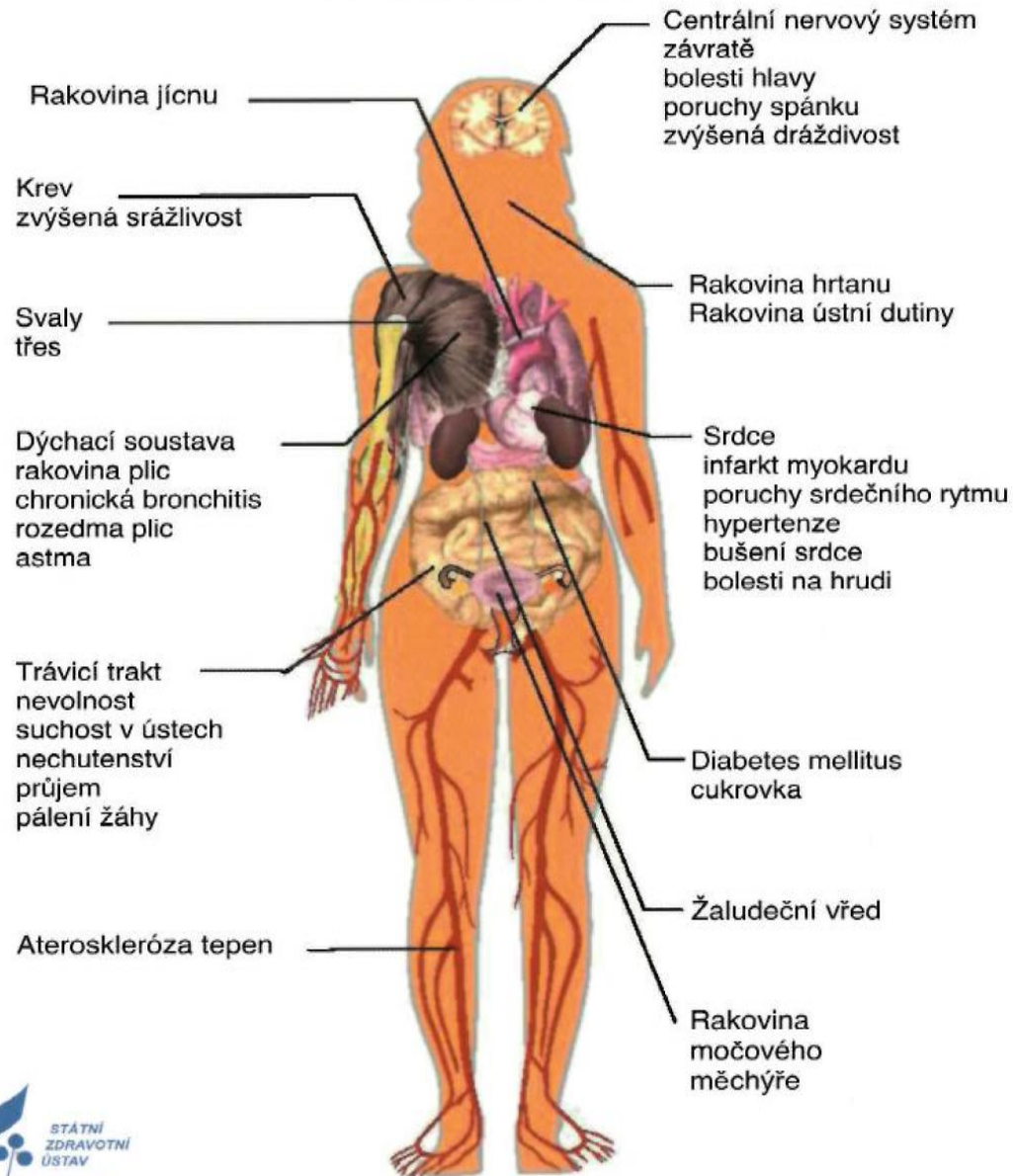
Plíce zasažená  
karcinomem (bělavé  
ložisko uvnitř  
nažiznuté plíce).



## Poškození orgánů tabákovým kouřem a nikotinem



# Poškození orgánů tabákovým kouřem a nikotinem



# CO SE DĚJE V TĚLE, POKUD PŘESTANETE KOUŘIT...



# Dotazník po provedené intervenci – KOUŘENÍ

- Máte v úmyslu omezit kouření? ano-ne
- Rozhodl/a jste se zcela zanechat kouření? ano-ne
- Uvažujete o návštěvě specializované poradny? ano-ne
- Je pro Vás tato forma řešení závislosti zásahem do soukromí? ano-ne

*Datum provedené intervence, razítko dozoruujícího zdravotnického pracovníka, razítko pracoviště*

# Co je standardní nápoj?



1 velké pivo (500 ml 4%, 16 g alkohol)

**Pivo**



1 sklenka vína (200 ml 11%, 17-18 g alkoholu)

**Víno**



1 malá sklenka likéru nebo aperitivu (100 ml 20%, 18 g alkoholu)

**Likér**

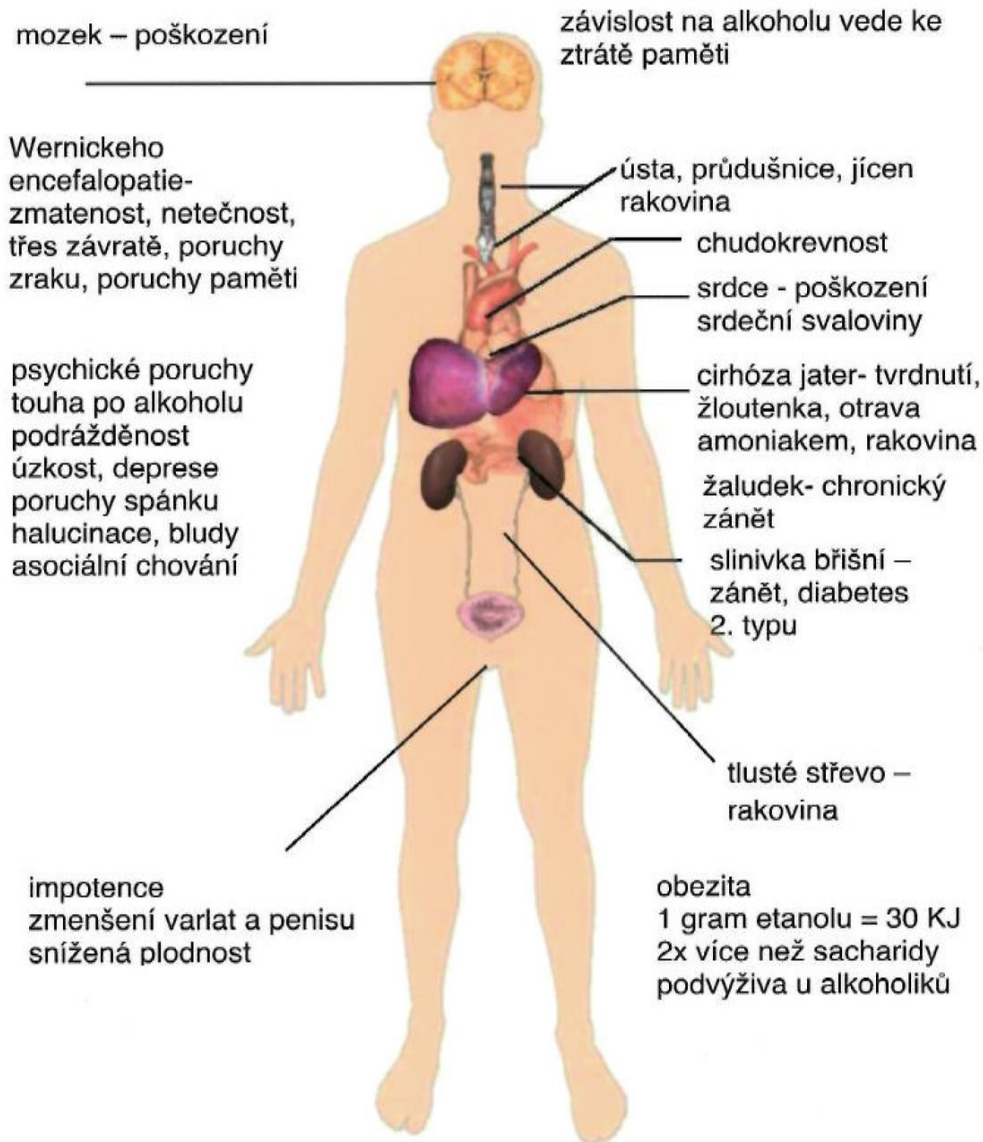


1 sklenka tvrdého alkoholu (40% skv, gin, vodka 50 ml 40%, 16 g alkoholu)

**Tvrký alkohol**

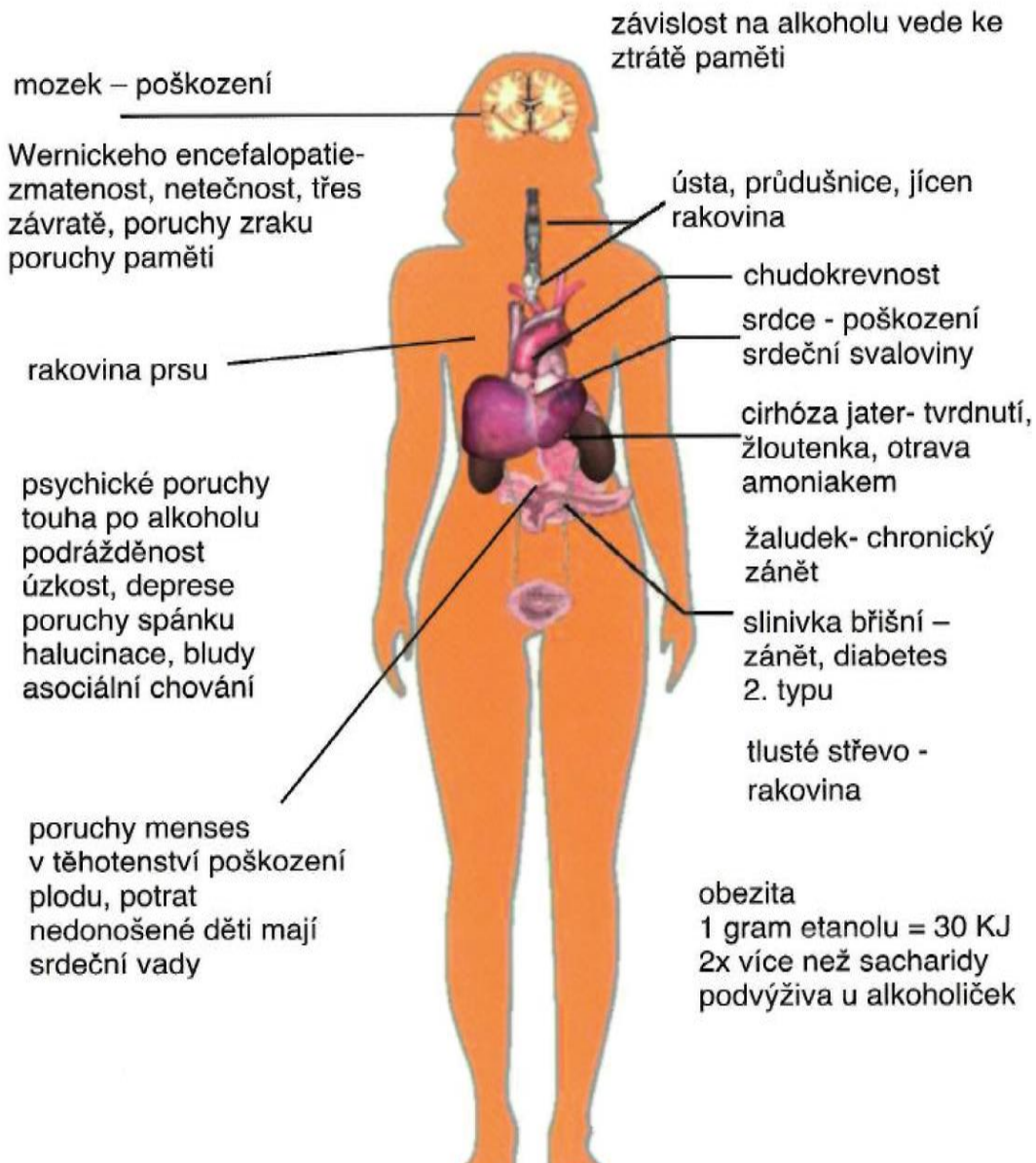
# Poškození orgánů užíváním alkoholu

Alkohol je droga



# Poškození orgánů užíváním alkoholu

Alkohol je droga



2B

# JÁTRA ALKOHOLIKA



*Cirhózou postižená  
játra alkoholika.*



2A

# NAJDETE SE?



Děti u nás  
začínají pít alkohol již  
**VE 12 LETECH.**

Téměř **17 LITRŮ** čistého alkoholu,  
tak vysoká je průměrná spotřeba  
jednoho člověka (15+)  
za rok v ČR.

# Dotazník po provedené intervenci – nadměrná konzumace alkoholických nápojů

## Dotazník po provedené intervenci – ALKOHOL

- Máte v úmyslu omezit pití alkoholických nápojů? ano-ne
- Rozhodl/a jste se zanechat pití alkoholických nápojů? ano-ne
- Uvažujete o návštěvě specializované poradny? ano-ne
- Je pro Vás tato forma řešení závislosti zásahem do soukromí? ano-ne

*Datum provedené intervence, razítko dozorcujícího zdravotnického pracovníka, razítko pracoviště.*

# Rizikový faktor nesprávná výživa

## dotazník výživa (SZÚ)

- Dáváte přednost celozrnnému pečivu? Pro celiaky: Sníte za den alespoň 3 porce obilovin (rýže, jáhly, pohanka, bezlepkové pečivo apod.)?. / Pro nemocné ulcerózní kolitidou a Crohnovou chorobou: Sníte za den alespoň 3 porce povolených obilovin? Porcí je myšleno: 1 krajíc chleba cca 60g, 1 miska vloček cca 50g, vařená rýže a těstoviny cca 125g. ANO / NE
- Sníte za den alespoň 3 kusy zeleniny? (počítáno i se zeleninou tepelně upravenou - špenát, zelí, mrkev) ANO / NE
- Sníte za den alespoň 2 kusy čerstvého ovoce? ANO / NE
- Jíte pravidelně? (tzn. každé 2,5 – 3 hodiny nebo 3-5 denních jídel) ANO / NE
- Pijete denně mléko nebo jíte mléčné výrobky? ANO / NE
- Vyhýbáte se uzeninám (salámy, šunky, párky)? ANO / NE
- Jíte 1-2x týdně ryby (sladkovodní i mořské)? ANO / NE
- Dáváte přednost libovým druhům masa? / Pro vegetariány: Jíte pravidelně 2-3x týdně, luštěniny? ANO / NE
- Dáváte přednost rostlinným tukům (řepkový, olivový olej) místo sádla a másla? ANO / NE
- Sladkosti a pochutiny (brambůrky) jíte maximálně 1-2x týdně? ANO / NE
- Denně vypijete alespoň 1,5 litru nealkoholického neslazeného nápoje ? ANO / NE

# Dotazník výživa - hodnocení

- **Hodnocení výživových zvyklostí**
- 0-5 body: Vaše výživa je nedostatečné kvality, doporučujeme nápravu Vašich stravovacích zvyklostí.
- 6-8 bodů: Vaše výživa je uspokojující. Pro zvýšení kvality by bylo vhodné udělat pár drobných změn.
- 9-11 bodů: Vaše výživa je optimální.

# ENERGIE V ROVNOVÁZE

výdej  
energie



příjem  
energie

- běh rychlostí 8 km/h po rovině 2394 kJ
- chůze rychlostí 5 km/h po rovině 1218 kJ
- aerobik (nízká intenzita) 1134 kJ
- mytí oken 1134 kJ
- cyklistika rychlostí 8 km/h 756 kJ
- běžný úklid 730 kJ
- sledování televize 420 kJ

energie v kJ/hod pro osobu vážící 70 kg



9500 kJ/den



12000 kJ/den

příjem energie  
ve středním věku (25 - 50 let)  
s optimálním BMI (18,5 - 24,9)

*snídaně*

20% CDE

do 2 hodin po probuzení



Mezi jednotlivými  
jídly by měl být  
odstup tři hodiny.

*svačina*

10% CDE



*Celkový denní  
energetický příjem (CDE)  
získáme z pěti jídel.*

*oběd*

30% CDE



*svačina*

10% CDE



*večeře*

25% CDE

2 - 3 hodiny před spánkem



# PŘÍJEM TEKUTIN BĚHEM DNE

3B



snídaně



2 dol  
neslazený  
čaj

svačina



2 dol  
voda

7x 2 dcl nápoje  
+ ovoce a zelenina  
+ polévka

oběd

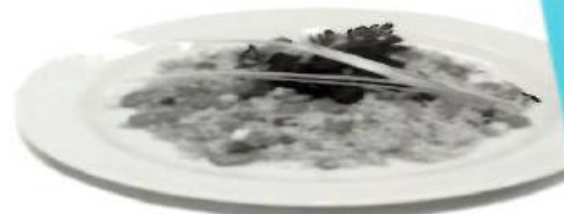


polévka



2 dol  
džus  
ředěný  
1:1

večeře



2 dol  
minerálka

2 dol  
neslazený  
čaj

svačina



2 dol  
jogurtový  
nápoj

2 dol  
kakao

### *nevhodné tekutiny*

- dětské slazené a barvené nápoje
- slazené a granulované čaje
- silně mineralizované vody
- káva ve větším množství
- neředěné džusy
- kolové nápoje
- alkohol
- soft drinky
- iontové nápoje
- energy drinky



### *vhodné tekutiny*

- stolní voda nebo voda z kohoutku
- slabě mineralizované vody
- džus ředěný alespoň 1:1
- neslazený čaj
- mléko
- ovoce a zelenina
- polévky

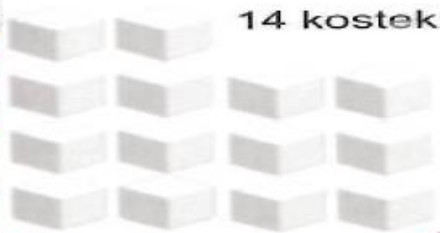


# CUKR UKRYTÝ V POTRAVINÁCH



kolový  
nápoj 0,5l

14 kostek



bonbóny 90g

14 kostek



smetanový  
krém 140g

5 kostek



ovocný nápoj  
250ml

5 kostek



čokoládová  
kobliha 60g

5 kostek



oplatky v hořké  
čokoládě 50g

5 kostek



jahodový  
jogurt 150g

5 kostek



Doporučené denní množství soli je **5 gramů** (plná čajová lžička) <sup>3E</sup>



k dosolování  
a solení  
při vaření

v potravinách  
(skrytá sůl)



O soli a zdravém solení se dočtete také na

[www.mene-solit.cz](http://www.mene-solit.cz)

3E

# Přesolené menu



## SNÍDANĚ

krajíc chleba s taveným sýrem  
a trvanlivým salámem

## SVAČINA

kornspitz s Nivou



## OBĚD

instantní gulášová polévka  
instantní sýrové těstoviny  
hlávkový salát s francouzským dresingem  
minerálka

## SVAČINA

pařížský salát a rohlík  
minerálka



## VEČEŘE

salámová pizza  
minerálka

## VEČER U TELEVIZE

chipsy a pivo

5g

5g

5g

Tento jídelníček **obsahuje více než 15 g soli**,  
tedy více než **trojnásobek doporučeného** denního množství.

# OSTEOPORÓZA

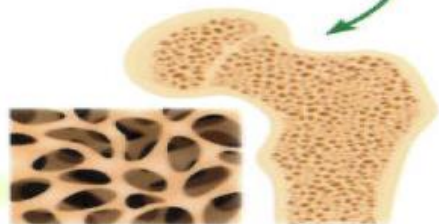
rizikové faktory



## Projevy osteoporózy

- bolesti zad a kloubů
- kazivost zubů
- časté zlomeniny
- shrbená chůze

Zdravá kost



3A

## Vápník jako prevence osteoporózy



### příklad jídelníčku **bohatého na vápník**

snídaně

**bílý jogurt**, müsli s oříšky, **lněné semínko**, jablko, slazený čaj

svačina

celozrnná houska, margarín, **tvrdý sýr**, rajče, voda

oběd

**brokolicová polévka**, pstruh a bylinkové brambory, salát z čínské zelní, voda

svačina

**jogurtový nápoj**, banán, **mandle**

večeře

vaječná omeleta se zeleninou a **sýrem**, **posypaná řeřichou**, pečivo, čaj

# Dotazník po provedené intervenci – nesprávná výživa

## Dotazník po provedené intervenci – VÝŽIVA

- Máte v úmyslu upravit své stravovací zvyklosti? ano-ne
- Rozhodl/a jste se zásadně změnit svůj jídelníček? ano-ne
- Uvažujete o návštěvě specializované poradny? ano-ne
- Je pro Vás tato forma intervence zásahem do soukromí? ano-ne

*Datum provedené intervence, podpis zodpovědného zdravotnického pracovníka a razítko zdravotnického zařízení.*

# Rizikový faktor nedostatečná pohybová aktivita

## dotazník pohybová aktivita (SZÚ)

1. Každý den mám alespoň 30 minut pohybové aktivity (jakékoliv – počítá se i chůze či domácí práce). ANO/NE
2. Každý den mám alespoň 1 hodinu pohybové aktivity (jakékoliv – počítá se i chůze či domácí práce). ANO/NE
3. Pokud možno, vždy používám schody místo výtahu/eskalátoru. ANO/NE
4. Pohybová aktivita mě baví a těším se na ni. ANO/NE
5. Přes den nikdy neseďím víc než hodinu v kuse. ANO/NE
6. Pravidelně praktikuji nějaký druh posilování svalů (se závažím nebo vlastní vahou). ANO/NE
7. Aktivně vyhledávám každou možnost zvýšit přirozenou pohybovou aktivitu v každodenních činnostech. ANO/NE
8. Dlouhodobě se věnuji nějakému druhu sportu (ve skupině nebo individuálně). ANO/NE
9. Pravidelná pohybová aktivita je nevyhnutelnou součástí mé práce/způsobu života. ANO/NE
10. Svůj volný čas trávím převážně aktivně. ANO/NE

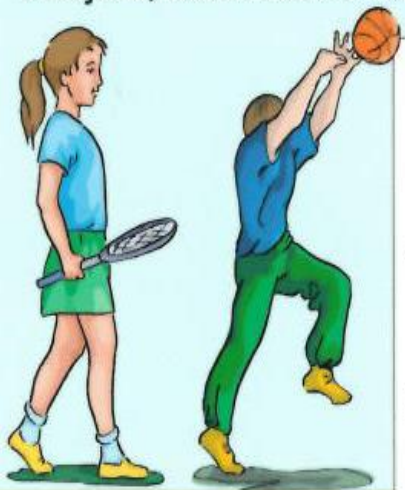
# Dotazník pohybová aktivita (SZÚ) vyhodnocení

## Hodnocení pohybové aktivity

- 0-3 body: nedostatečná
- 4-6 bodů: uspokojující
- 7-10 bodů: optimální

# ORGANIZOVANÉ HRY 4A

Tenis, fotbal, hokej, florbal, volejbal, basketbal a další



# TRANSPORT

Kolo, kolečkové brusle a další



## POHYBOVÁ AKTIVITA



- 1. Co získáš, když se budeš více hýbat a sportovat?** &  
Zdraví, sílu, pěknou postavu a větší sebevědomí.
- 2. Ovlivňuje pohyb dobrou náladu?** J  
Ano, vyplavují se endorfiny, hormony štěstí.
- 3. Může ti pohyb pomoci najít nové kamarády?** C  
Ano a budeš mít jistotu, že jsi v dobré partě.
- 4. Jak často máš sportovat?** 6  
Nejméně jednu hodinu denně.  
A každý další pohyb je pro tebe prospěšný.
- 5. Můžeš začít plně sportovat bez předchozího rozcvičení?** G  
Ne. Před sportovním výkonem je vhodné se lehce rozcvičit.



## INDIVIDUÁLNÍ SPORTY

Plavání, tanec, gymnastika, bojové sporty a další



## SPONTÁNNÍ POHYB

Volné hry, švihadlo, míč, kolo, skateboard, koloběžka a další



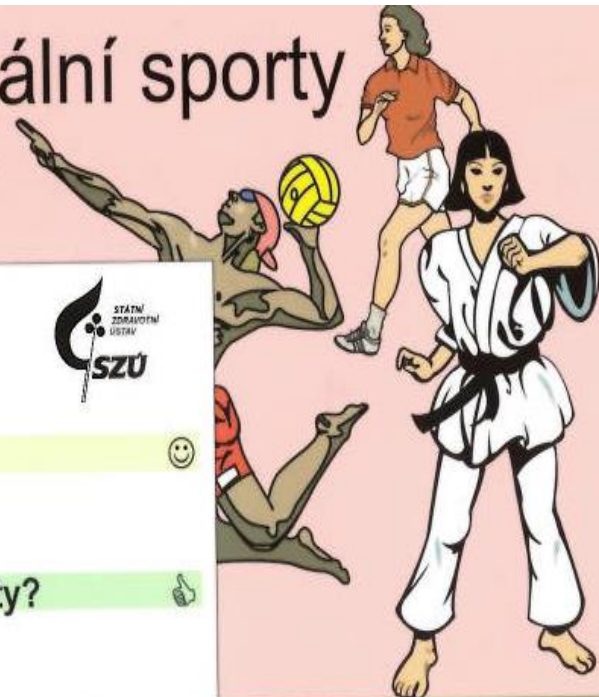
# Sportovní kluby

Pravidelná aktivita



# Individuální sporty

Posilovna, běh,  
tanec a další



## POHYBOVÁ AKTIVITA



- Může pohyb příznivě ovlivnit emoce?** 😊  
Ano, vyplavují se endorfiny, hormony štěstí.
- Kdy lze očekávat zdravotní efekt pohybové aktivity?** 👍  
Nejdříve za půl roku pravidelného pohybu.
- Jaké je doporučení pohybové aktivity pro zdravou věkovou věkovou skupinu 18 - 64 let?**  
Pohyb střední intenzity 30-60 minut alespoň 5 dní v týdnu.  
Můžeme načítat po 10 minutách.
- Víte jaká jsou negativa nedostatečného pohybu?** ❤️  
Snížená kondice, omezená pohyblivost kloubů, obezita, cukrovka, srdečně-cévní poruchy, osteoporóza, snížená imunita, duševní problémy a další.

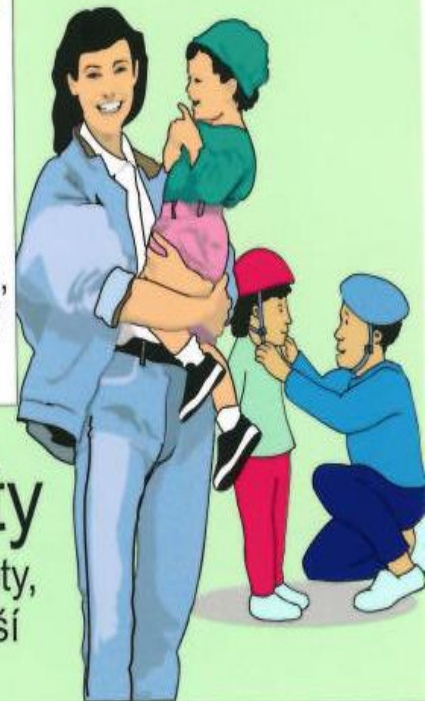


# Transport

Chůze, jízda na kole, kolečkové brusle  
a další

# Rodinné aktivity

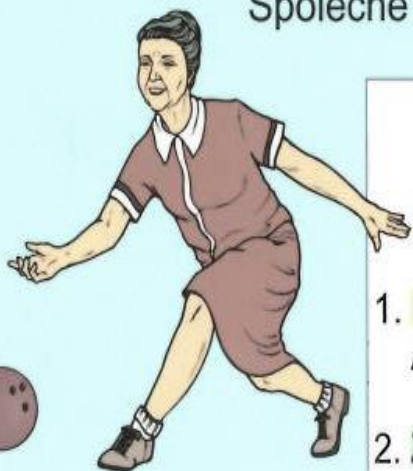
Hry s dětmi, výlety,  
vycházky a další



# Kluby důchodců

4c

Společné aktivity v kruhu přátel



# Hobby

Domácí mazlíček  
houbaření  
zahrada  
a jiné zájmy



## POHYBOVÁ AKTIVITA



- 1. Může pohyb příznivě ovlivnit emoce?** 😊  
Ano, vyplavují se endorfiny, hormony štěstí.
- 2. Zlepšuje pohyb zdravotní stav chronicky nemocného člověka?**  
Ano a snižuje riziko recidivy.
- 3. Jaké je doporučení pohybové aktivity pro věkovou skupinu nad 65 let?**  
Pohyb střední intenzity 30-60 minut 3 - 5 dní v týdnu.  
Můžeme načítat po 10 minutách.
- 4. Víte jaká jsou negativa nedostatečného pohybu?** ❤️  
Snížená kondice, omezená pohyblivost kloubů, obezita, cukrovka, srdečně-cévní poruchy, osteoporóza, snížená imunita, duševní problémy a další.

# Sport



Kolo, plavání, jóga, pohybová cvičení, tenis, golf aj.

# Turistika



Pěší chůze, Nordic walking, cestování, výlety, fotografování aj.

# Dotazník po provedené intervenci – POHYBOVÁ AKTIVITA

**Máte v úmyslu zvýšit svoji pohybovou aktivitu ?                      ano-ne**

**Rozhodl/a jste se zvýšit svoji pohybovou aktivitu ?                      ano-ne**

**Uvažujete o návštěvě specializované poradny?                      ano-ne**

**Je pro Vás tato forma intervence zásahem do soukromí?    ano-ne**

***Datum realizace intervence, razítko zdravotnického zařízení, podpis  
zodpovědného zdravotnického pracovníka.***

# Dotazník pacienta

**Identifikační kód pacienta**

**Hlavní diagnóza slovně**

**Věk**  15 – 25  26 – 35  36 – 55  56 – 65  >65

**muž**  **žena**      váha:      výška:      **BMI :**

Vzdělání:  ZŠ       SŠ       VŠ

**kouření**  ne  příležitostně  pravidelně

**alkohol**  ne  příležitostně  pravidelně

**převážně žiji v obci**  do 2 000 obyvatel  
 2 000 – 30 000 obyvatel  
 > 30 000 obyvatel  
 > 1 milion obyvatel ( metropole)

Data z dotazníků mapujících rizikové faktory a výsledky dotazníkového šetření po provedené intervenci jsou postupně převáděna do elektronické podoby řešitelkami projektu k analýze a vyhodnocení.

# Zjištěné rizikové a intervenované faktory

- **Identifikační kód pacienta/ pacientky.....**
  
- **Zjištěné rizikové faktory**
  - Alkoholismus ano ne
  - Tabakizmus ano ne
  - Nesprávná výživa ano ne
  - Nedostatečná pohybová aktivita ano ne
  - Riziko sexuálně přenosných nemocí ano ne
  -
- **Intervenované faktory**
  - Alkoholismus ano ne
  - Tabakizmus ano ne
  - Nesprávná výživa ano ne
  - Nedostatečná pohybová aktivita ano ne
  - Riziko sexuálně přenosných nemocí ano ne

# Očkování proti chřipce

nově vytvořená edukační karta v rámci  
realizace projektu v roce 2016

# CHŘÍPKA: CHRAŇTE SEBE I OKOLÍ

Chřipka je vysoce nakažlivé virové onemocnění, které se rychle šíří vzduchem a proniká do těla. Šíření chřipky má obvykle explozivní charakter, zejména při nástupu epidemie, což bývá v chladném období roku. K přenosu dochází především kapénkovou infekcí. Inkubační doba je několik hodin až 5 dní, nejčastěji však 1 - 2 dny.



Při kašlání a kýchání si přikrývejte nos i ústa jednorázovými kapesníky a ihned je vyhoďte do koše.

Ruce si pravidelně myjte vodou a mýdlem - virus chřipky může přežívat na různých předmětech (kliky, telefonní sluchátka, držadla v MHD, madla nákupních vozíků...) i několik dní.



Projeví-li se u vás příznaky chřipky (horečka, bolest hlavy, únava, suchý kašel, bolest hrdla, svalů a kloubů, podrážděné oči, bolesti břicha..), nechoďte do práce, školy a na místa s větší koncentrací lidí a kontaktujte svého lékaře.



Neobjímejte se, nelíbejte se a nepodávejte si ruce při pozdravu. Nedotýkejte se rukama obličeje, nemněte si oči - snížíte tím riziko přenosu viru prostřednictvím rukou z kontaminovaných předmětů.



# Výstupy a očekávané dopady realizace projektu



Předpoklad v letech 2016 - 2017 je intervence cca 3000 pacientek/pacientů.  
Projekt je plánován jako dvouletý.

## **Výstupy intervence**

- zvýšení zdravotní gramotnosti intervenovaných pacientek/ pacientů
  - porozumění informacím
  - vyhodnocení využití informací
  - úvaha o změně chování ve prospěch zdraví
- 
- **Longitudinální dopady intervence**
    - snížení incidence preventabilních onemocnění, prodloužení let života strávených ve zdraví a bez nemoci
    - vyšší sociální pohoda (méně konfliktních situací z důvodu existence rizikových faktorů)
    - snížení národohospodářských ztrát zdravotních i nezdravotních, vznikajících v důsledku nejčastějších chronických preventabilních onemocnění

# Děkuji za pozornost.

HEALTH

