

**Смернице за спровођење
здравствено-васпитног рада у стоматологији**

Написано у оквиру пројекта“ „Подршка имплементацији програмских активности за
унапређење оралног здравља деце и омладине у Републици Србији“

2023. година

Смернице за спровођење здравствено-васпитног рада у стоматологији

Орално здравље је значајна компонента општег здравља током читавог живота и повезано је са квалитетом живота. Упркос ефикасним и једноставним мерама за очување оралног здравља велики број људи их не примењује због чега имају неко оралног обољење. Посебан значај у очувању оралног здравља има здравствено васпитање.

Здравствено васпитање у стоматологији подразумева активности које имају за циљ унапређење знања, здравствене писмености, и развој вештина које треба да допринесу побољшању оралног здравља. Здравствено васпитање је било која комбинација теоријски заснованог планираног учења које појединцима, групама и заједницама пружа прилику за стицање информација и вештина потребних за понашање које има за циљ очување здравља. Однос према сопственом здрављу и здрављу других гради се од најранијег узраста. Стога је значајно да се од најранијег узраста развијају и јачају мотивација за здраве стилове живота и вештине неопходне за активан однос не само према сопственом здрављу већ и здрављу заједнице и свим факторима окружења као што су: породични, социјални, економски, еколошки и итд. Људи свесни значаја здравља преузимају одговорност за своје физичко, психичко и ментално здравље, као и за здравље других.

Здравствено-васпитни рад у стоматологији има позитивне ефекте на знање и/или понашање у вези са оралним здрављем. Предуслов успешног здравствено васпитног рада је поред алоцираног времена и обученост здравствених радника за његово спровођење. Успешна примена препорука великим делом зависи од вештина давања савета и мотивисања пацијента од стране здравственог радника, мотивисаности пацијената и њихових психомоторних вештина.

Научно засноване информације о томе шта је потребно за очување оралног здравља и како то спровести морају да буду доступне и пацијенту и стоматологу и/или другом здравственом раднику. Сви пацијенти треба да добију савет током посете стоматологу који укључују савете о одржавању оралне хигијене и употреби хемиопрофилактичких средстава, савете од значаја редовних контрола и савете о исхрани и водећим факторима ризика (употреба

дувана, никотина и употреба алкохола) који су заједнички за орално здравље и друге водеће хроничне незаразне болести. Информације које пацијенти имају потичу из различитих извора, те је важно бити припремљен за давање кратких и јасних одговора на најчешће заблуде које пацијенти могу имати. Поред тога, изостанак савета од стране здравствених радника повећава вероватноћу прихватања неадекватних савета јер по правилу у одсуству релевантних информација људи имају тенденцију да траже информације у складу са постојећим уверењима и избегавају оне које указују на потребу промене понашања.

Бројни научни докази о понашању у вези са здрављем потврђују да је информација о томе шта је потребно радити неопходна, али не и довољан разлог за промену понашања. Људско понашање у вези са здрављем зависи од интеракције бројних фактора. У понашајне (бихејвиоралне) и социјалне факторе који утичу на орално здравље, поред осталих спадају и исхрана, храњење одојчета и деце уопште, орална хигијена, страх од посета стоматологу, степен придржавања препорука за превентивне прегледе и лечење, знање о оралном здрављу и степен здравствене писмености, вештине родитељства, изложености рекламама, доступност стоматолошке здравствене заштите, социоекономски и многи други фактори. Понашајне интервенције усмерене су на информисање и едукацију о оралном здрављу и начинима превазилажења психолошких и социјалних фактора који утичу на понашање у вези са оралним здрављем (нпр. едукација родитеља, мотивациони интервјуи...). Социјалне интервенције усмерене су на групе људи, организације или заједницу (нпр. интервенције у школама, кампање, кућне посете за специфичне циљне групе, обуке стоматолошких тимова за препознавање ефеката употребе ПАС, и др.)

У зависности од активности, циљна група у промоцији здравља и/или здравственом васпитању могу бити деца, родитељи, доносиоци одлука, и здравствени радници и сарадници и др.

Здравствено васпитни рад не треба да буде једнократна интервенција већ треба спроводити поновљене интервенције као што су предавања, демонстрације и надзирано прање зуба које су ефективне у подизању знања и адекватног понашања у вези са оралним здрављем.

Едукације у вези са оралним здрављем ефикасне су у побољшању знања и у одређеној мери понашањима као што су прање зуба и правилна исхрана. Едукације и здравствено васпитни рад треба да буду подржани и употпуњени и другим елементима као што су програми

надзираног прања зуба укључивање у едукацију важних особа присутних у животним активностима детета. Приликом здравствено васпитног рада треба потенцирати двосмеран начин комуникације између стоматолога и детета/родитеља/старатеља тј. размену информација и интеракцију. Пацијенте је потребно подстицати да самостално препознају сопствене проблеме у вези са оралним здрављем тј. оно што је њему/њој посебно важно.

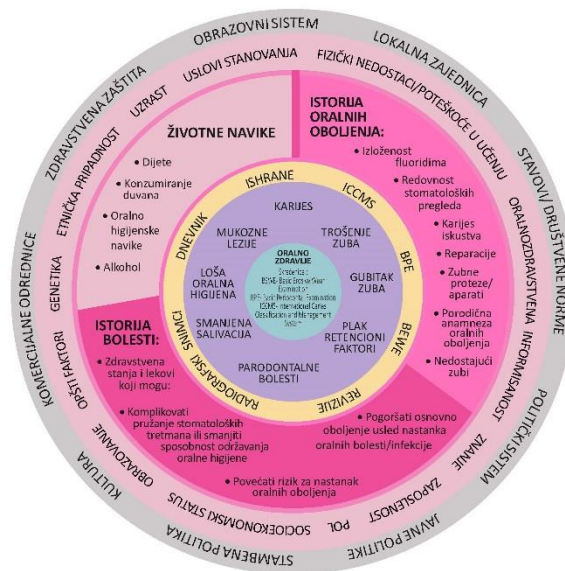
Стоматолог може започети разговор са пацијентима пружањем информација о специфичном понашању и његовој вези са оралним и општим здрављем. Циљ је помоћ пацијенту да разуме краткорочне, средње и дугорочне последице њиховог понашања везаног за орално здравље. Међутим, важно је нагласити да давање савета не води нужно и до промене понашања. За промену знања, поред знања и вештина особа мора имати физичку и психолошку способност да промени жељено понашање. Едукативне стратегије су значајне за стицање знања и вештина, али неће остварити свој дугорочни циљ уколико не постоји мотивација. Мотивација се налази у основи многих теорија здравственог понашања. Ни један превентивни програм ни интервенција не могу бити успешни уколико пацијент не спроводи потребне мере и ван ординације, а максимално учешће пацијента се може очекивати када пацијент зна шта треба да ради, како да то ради и када је мотивисан. С тим у вези, потребно је и јачање вештина стоматолошких тимова за адекватно информисање, али и мотивисање пацијената применом метода као што је мотивациони интервју. Такође је значајно инкорпорирање знања у постојећи систем вредности пацијента и разумевање да је отпор промени понашања односно прихватању препорука нормална појава и да промена понашања није лак процес.

Процена ризика и индивидуални приступ

Здравствено васпитни рад треба усмерити и са потребама појединца. Процена ризика је важан део рада са пацијентом и уопштено посматрано је клиничка процена базирана на анамнези, клиничком прегледу и проценом на бази других фактора. Да бисмо разумели сложеност промене понашања, морамо да размотримо шире утицаје на животе пацијената. На способност пацијента да промени своје понашање утиче низ индивидуалних,

друштвених и фактора окружења, при чему су социо-економске околности посебно значајне. Ово објашњава зашто се неки фактори ризика, као што су пушење, злоупотреба алкохола и не одржавање оралне хигијене, могу груписати у одређеним групама људи.

Опсег оралних болести којима су људи подложни, и њихови лични фактори ризика, мењају се током живота, а ови фактори су бројни.



Слика преузета са: <https://khub.net/documents/135939561/516396401/Figure1.1+Holistic+assessment.png/2b0ba82b-c5f0-8eca-5639-b8556630d7be>

Деца у раним годинама су подложна каријесу, међутим ризик и опсег оралних обољења расте са годинама, те стога процена и категоризација индивидуалног ризика сваког пацијента треба да буде узета у обзир приликом планирања здравствено васпитног рада у различитим узрастима. Такође, различити избори ће бити прикладни за појединачне пацијенте. Стоматолошки тимови треба да дају пацијентима универзалне превентивне савете и подршку, али и да идентификују пацијенте који су у већем ризику како би им се обезбедила додатна подршка.

Опште препоруке за здравствено васпитни рад

Сви чланове стоматолошког тима, имају улогу у томе да сваки контакт буде прилика за давање савета или другу здравствено васпитну интервенцију. Приступ „да се сваки контакт рачуна“ захтева од здравствених радника да искористе сваки сусрет са пацијентима за деловање на пољу здравственог васпитања. Контролни прегледи су идеална прилика за здравствено васпитни рад, али је важно и да се искористи и посета пацијената који не долазе редовно. Здравствено васпитна интервенција може укључити једноставно давање савета, преко кратких интервенција до спровођења мотивационог интервјуа. Значајно је проценити и спремност за промену која може варирати у одређеним периодима живота као што су трудноћа, родитељство, прелазак из нижих у више разреде основне школе итд.

Истраживања указују да здравствено-васпитни рад не треба да буде једнократна интервенција и да су поновљене интервенције као што су: предавања, демонстрације и надзирано прање зуба, ефективне у подизању знања и адекватног понашања у вези са оралним здрављем. У активностима усмереним на адолесценте, посебно је важан партиципаторни приступ.

Општи савети за здравствено васпитни рад

- Током једне посете фокусирајте се на 1-2 кључне поруке
- Поруке треба да буду у складу са научним доказима!
- Поруке треба да буду персонализоване и релевантне за особу којој су упућене, и у складу са њиховом мотивацијом за очување оралног здравља
- Немојте осуђивати особу због лошег оралног здравља, већ пробајте да разумете разлоге и у складу са тим усмерите свој здравствено васпитни рад.
- Уместо да само кажете особи шта треба радити, покушајте да је укључите у разговор постављањем отворених питања. Отворена питања треба користити за стицање увида у осећања и вредности пацијената у вези са оралним здрављем.

- Покушајте да разумете гледиште пацијента, и потешкоће и препознајте успехе пацијента и сумирајте пацијентове мисли и осећања у вези са уношењем промена у вези са оралним здрављем.

Поред општих принципа развијене су специфичне интервенције за промену неких понашања значајних за орално као што су кратке интервенције за превенцију и одвикавање од пушења и алкохола, који спадају у значајне факторе ризика за орална обољења. Ове специфичне технике и приступи могу и треба да се користе заједно са ширим и општим техникама описаним изнад.

Мотивациони интервју

Мотивациони интервју је једна од метода која има за циљ да помогне људима да препознају и ураде нешто по питању њихових постојећих и потенцијалних проблема у будућности. Посебно је значаја код пацијената који оклевају или су амбивалентни по питању промене понашања. Применом мотивационог интервјуа пацијенту се помаже да разреши амбивалентност. Основни принципи су:

- Изражавање емпатије (кроз рефлексивно слушање стоматолог покушава да разуме и прихвати да је амбиваленција нормална као и да разуме и прихвати осећања и перспективну пацијента без осуђивања, критиковања или окривљавања)
- Помоћ пацијенту да разуме разлику између тренутног понашања и циљева при чему пацијент сам треба да идентификује аргументе за и против промене понашања.
- Избегавање аргументације и убеђивања уз прихватања да пацијент треба да уради онако како он мисли да треба
- Усклађивање са отпорима промени понашања који су присутни, без наметања и уз позивање пацијента да размотри нове информације и савете
- Подршка самоефикасности

Miller i Rollnick¹ наводе шест елемената саветовања у ефикасном спровођењу кратких интервенција.

1. Давање повратне информације (*feedback*) о статусу након процене
2. Указивање на личну одговорност у промени понашања (нпр. *на Вама је да одлучите шта ћете урадити поводом добијене информације и само ви можете променити Ваше навике у вези са проблемом који имате или у циљу превенције*)
3. Јасан, једноставан савет о томе шта пацијент треба да учини уколико то жели
4. Нуђење више опција када је то могуће како би пацијент изабрао оно што њему лично одговара
5. Емпатија -разумевање кроз рефлексивно слушање, подршка, посвећеност
6. Самоефикасност – охрабривање оптимизма и наде да је промена понашања могућа

Основе за спровођење здравствено-васпитног рада у Србији

Значај здравствено-васпитног рада је препознат и у Закону о здравственој заштити Републике Србије где се наводи да се у оквиру друштвене бриге за здравље обезбеђује се здравствена заштита која, између осталог, обухвата стицање знања и навика о здравом начину живота и информације које су становништву или појединцу потребне за одговорно поступање и за остваривање права на здравствену заштиту. Иако у постојећим законима који регулишу област здравствене заштите и образовања и васпитања постоје законске основе и елементи за спровођење програмских активности из здравственог васпитања, неопходно је континуирано јачање хоризонталне и вертикалне повезаности између система (здравство и образовање) и унутар система.

¹ Miller W and Rollnick S (1991). Motivational interviewing. New York: The Guilford Press

У Србији је препознат значај здравственог васпитања у стоматологије, и дефинисан према циљним групама (труднице и деца старости до 18 година живота, као и студенти до навршених 26 година), а укључује саветовање, и индивидуални и групни здравствено васпитни рад у и ван зОдравствених установа. Здравствено васпитање у стоматологији поред домова здравља реализује се кроз мрежу института и завода за јавно здравље у сарадњи са здравственим и образовним установама и другим партнерима на локалном нивоу.

Приказ препорученог здравствено васпитног рада у односу на циљну групу и место спровођења према Правилнику* и/или научним доказима

Узраст 0-1			
Интервенција	Када	Садржај	Ниво доказа
Савет	Пренатално или у првом месецу живота у сарадњи са педијатром	Дојење, значај правилног држања бебе при дојењу, савети у вези са исхраном заменама за мајчино млеко (одабир флашице, цуцле, положај детета при храњењу)	
Индивидуални ЗВ рад у ординацији са родитељима, мотивација и обука за правилно одржавање хигијене	0-12 месеци једанпут (пожејно одмах након ницања првог зуба)	Информације о значају правилне исхране, хигијене, редовних контрола, и флуоропрофилактике, средствима, учесталости и начину прања зуба, сисање прста, престанак коришћења цуцле	У складу са Правилником*
Дистрибуција ЗВ материјала за родитеље		Исхрана, дојење, значај очувања здравља, млечних зуба, рана детекција каријеса раног детињства	
Узраст 2- 6 година			
Индивидуални ЗВ рад у ординацији са родитељима, мотивација и обука за правилно	Једанпут годишње	Информације о значају правилне исхране, хигијене, редовних контрола, и флуоропрофилактике, средствима, учесталости и начину прања зуба,	У складу са Правилником*

одржавање хигијене			
Дистрибуција ЗВ материјала		Исхрана, рана детекција каријеса раног детињства, значај очувања молара, поступање у случају повреда	У складу са Правилником*
7- 18			
Мотивација и обука детета за правилно одржавање оралне хигијене	Једанпут годишње	Информације о значају правилне исхране, хигијене, редовних контрола, средствима, учесталости и начину прања зуба. У зависности од узраста, едукација о штетним навикама (нпр. пушење, алкохол, дроге, слатка и газирана пића), превенција повреда и поступање у случају повреде	У складу са Правилником*
Дистрибуција ЗВ материјала		Исхрана, значај редовних контрола, превенција повреда и поступање, фактори ризика (нпр. пушење, алкохол, дроге, слатка и газирана пића)	Мишљење експерата
15- 26 године			
Кратке интервенције за престанак пушења	При свакој посети	Указати на штетност пушења, питати о пушачком статусу, дати савет за престанак, понудити или упутити пушача који жели да престане у саветовалиште	Висок ниво научних доказа
Дистрибуција ЗВ материјала		Исхрана, редовне контроле, фактори ризика и одвикавање од пушења	

*Правилник о садржају и обиму права на здравствену заштиту из обавезног здравственог осигурања и о партиципацији за 2023. годину: 24/2022-30, 81/2022-4, 127/2022-7. Достпно на интернет страници Републичког фонда за здравствено осигурање

ЗВ-здравствено васпитни рад

Интервенције ван здравствених установа

Предшколске установе и школе

Предшколске установе			
Интервенција	Када	Садржај	Ниво доказа
Рад у малој групи (заказује др стоматолозије)	Једанпут годишње од 4-6 година живота	Исхрана, значај и начин одржавања оралне хигијене, превенција повреда	У складу са Правилником *
Рад у малој групи-Мотивација, демонстрација и обучавање (заказује др стоматолозије)	Једанпут годишње у узрасти од 4-6 године	Практичан рад за овладавање техникама правилног одржавања оралне хигијене	У складу са Правилником *
Школе			
Рад у малој групи (заказује др стоматолозије)	I-VIII разред О.Ш. једанпут годишње	Радионице, предавања са демонстрацијом и дискусијом на тему исхрана, значај и начин одржавања оралне хигијене, превенција повреда	У складу са Правилником *
Рад у великој групи Више од 30 (заказује др стоматолозије)	I-VIII разред О.Ш. једанпут годишње	Предавања, трибине, дискусија, питања и одговори уз примену различитих едукативних средстава (презентације, апликације...) на тему исхрана, значај и начин одржавања оралне хигијене, редовних контрола, превенција повреда	У складу са Правилником *
Рад у малој групи-Мотивација, демонстрација и обучавање (заказује др стоматолозије)	I-VIII разред О.Ш.	Практичан рад за овладавање техникама правилног одржавања оралне хигијене	У складу са Правилником *
Рад у малој групи	I- IV разред	Радионице, предавања са демонстрацијом и дискусијом на тему исхрана, значај и	У складу са Правилником

	С.Ш.	начин одржавања оралне хигијене, употреба психоактивних супстанци као фактор ризика за орално здравље, превенција повреда	* У складу са Правилником
Рад у великој групи	I- IV разред С.Ш. једанпут годишње	Предавања, трибине, дискусија, питања и одговори уз примену различитих едукативних средстава (презентације, апликације...) на тему исхрана, негативан утицај психоактивних супстанци на орално здравље, значај и начин одржавања оралне хигијене, значај редовних контрола, превенција повреда	У складу са Правилником *
Високошколске установе			
Рад у малој групи	једанпут током школске године	Радионице, предавања са демонстрацијом и дискусијом на тему исхрана, значај и начин одржавања оралне хигијене, употреба ПАС као фактор ризика за орално здравље, превенција повреда	У складу са Правилником *
Рад у великој групи	једанпут током школске године	Предавања, трибине, дискусија, питања и одговори уз примену различитих едукативних средстава (презентације, апликације...) на тему исхрана, негативан утицај психоактивних супстанци на орално здравље, значај и начин одржавања оралне хигијене, редовних контрола, превенција повреда	У складу са Правилником *

*Правилник о садржају и обиму права на здравствену заштиту из обавезног здравственог осигурања и о партиципацији за 2023. годину: 24/2022-30, 81/2022-4, 127/2022-7. Достпно на интернет страници Републичког фонда за здравствено осигурање