

Εργαλείο 1.Ευαισθητοποίηση Επαγγελματιών Υγείας



Image by Mohamed Hassan from Pixabay <https://pixabay.com/illustrations/megaphone-speaker-speakers-speak-3329991/>

Σύνοψη

Η εγγραμματοσύνη υγείας επηρεάζει την ικανότητα πρόσβασης των ηλικιωμένων ατόμων σε υπηρεσίες υγείας, την κατανόηση των πληροφοριών που σχετίζονται με την υγεία και την επικοινωνία με επαγγελματίες υγείας για τη λήψη αποφάσεων για την υγεία τους. Η εφαρμογή καθολικών προληπτικών μέτρων στην εγγραμματοσύνη υγείας απαιτεί από όλα τα μέλη του προσωπικού σας - από την υποδοχή έως τον Επιστημονικά υπεύθυνο - να γνωρίζουν πώς επηρεάζει η εγγραμματοσύνη υγείας τα ηλικιωμένα άτομα και να εργάζονται με συνέπεια για να κάνουν την περίθαλψη πιο απλή και ξεκάθαρη.

Αναλαμβάνοντας Δράση

Εκπαίδευση προσωπικού

■ **Δείτε ένα βίντεο:** Αυτά τα βίντεο περιλαμβάνουν τον ορισμό της έννοιας Εγγραμματοσύνης Υγείας, συνεντεύξεις στις οποίες οι ασθενείς μιλούν ανοιχτά για την εμπειρία τους στο σύστημα υγείας και τον βαθμό κατανόησης των πληροφοριών που σχετίζονται με την υγεία και την επικοινωνία με τα ηλικιωμένα άτομα.

- [Βίντεο](#) της ομάδας HLS-EU για την έρευνα και την έννοια της Εγγραμματοσύνης Υγείας
- [Βίντεο](#) για την Εγγραμματοσύνη Υγείας από το American College of Physician (6 λεπτά)
- [Βίντεο](#) για την επικοινωνία των επαγγελματιών υγείας και των ηλικιωμένων ατόμων

Τα παραπάνω βίντεο είναι στην Αγγλική γλώσσα, για να τα δείτε μπορείτε να επιλέξετε αυτόματη μετάφραση από την επιλογή υπότιτλων του καναλιού YouTube.

■ ■ **Πραγματοποιήστε μια παρουσίαση:** Εγγραμματοσύνη Υγείας: Εμπόδια και Στρατηγικές. Αυτή η παρουσίαση με Power Point περιλαμβάνει 23 διαφάνειες με σημειώσεις του ομιλητή, που μπορούν να παρουσιαστούν σε 30 λεπτά σε μια ομάδα ή ως πρόγραμμα ατομικής μελέτης. Συμπεριλάβετε χρόνο για ομαδική συζήτηση.

Προσωπικές Εμπειρίες

«Στο μεσημεριανό διάλειμμα συζητήσαμε για την εγγραμματοσύνη υγείας και κάναμε μια εισαγωγή του θέματος στο προσωπικό... Τους έδειξα το εξάλεπτο βίντεο για την εγγραμματοσύνη υγείας, και όταν τέλειωσε, εντυπωσιάστηκα από τις αντιδράσεις. Το προσωπικό άρχισε να μιλά για ανάλογες εμπειρίες που είχαν με τους ασθενείς μας. Το βίντεο δημιούργησε μια μεγάλη δυναμική. Ήταν πολύ εύκολο να ζητήσω από το προσωπικό να εργαστεί με αυτά τα εργαλεία μετά την παρακολούθηση του βίντεο».

–Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας Ηλικιωμένων

«Με την ομάδα μας δημιουργήσαμε αφίσες για την εγγραμματοσύνη Υγείας, τις 3 ερωτήσεις και που μπορούν να επικοινωνήσουν. Τις κολλήσαμε σε ΚΑΠΗ της περιοχής, κάνουμε αναρτήσεις στα κοινωνικά δίκτυα σχετικά με το θέμα και από εκεί αρκετοί συνάδελφοι έχουν επικοινωνήσει για να μάθουν τι είναι αυτό που ανεβάζουμε ξανά και ξανά»

–Κέντρο Ανοικτής Προστασίας Ηλικιωμένων

Κατά τον σχεδιασμό του εκπαιδευτικού σεμιναρίου, επιτρέψτε χρόνο για ομαδική συζήτηση.

Κάποιες ιδέες για να οργανώσετε το σεμινάριο για τους συναδέλφους σας:

■ ■ **Κατά την έναρξη του εκπαιδευτικού σεμιναρίου,** ζητήστε από τους συμμετέχοντες να δώσουν παραδείγματα από εμπόδια που συνάντησαν λόγω χαμηλής εγγραμματοσύνης υγείας και λύσεις που δόθηκαν, δουλεύοντας με ηλικιωμένα άτομα.

Η συζήτηση ανάλογων εμπειριών μπορεί να αυξήσει την επίγνωση και να τραβήξει το ενδιαφέρον του προσωπικού.

■ ■ Στη συνέχεια, και προτού ξεκινήσετε να παρουσιάζετε το θέμα, ζητήστε από το προσωπικό και τους επαγγελματίες υγείας να παίξουν **ένα παιχνίδι ρόλων** αναπαριστώντας καλές και κακές πρακτικές επικοινωνίας με ηλικιωμένους ασθενείς πριν την έναρξη του σεμιναρίου σύμφωνα με την προσωπική τους εμπειρία. Χωρίστε τους σε ομάδες των δύο ατόμων, πραγματοποιήστε την άσκηση για 10' και στη συνέχεια δώστε τους 10' για ανατροφοδότηση

■ ■ Αφού παρουσιάσετε τα εργαλεία και την έννοια της **Εγγραμματοσύνης Υγείας**, επαναλάβετε το παιχνίδι ρόλων και δώστε τα σενάρια που θα βρείτε στο παράρτημα. Ανατρέξτε στο **Εργαλείο 2: Επικοινωνήστε με σαφήνεια, για συμβουλές πάνω στην αποτελεσματική επικοινωνία**. Χρησιμοποιήστε άλλα εργαλεία αυτής της εργαλειοθήκης, όπως το **Εργαλείο 3: Χρησιμοποιήστε τη Μέθοδο Teach-Back**, και το **Εργαλείο 6: Αξιολόγηση, Επιλογή και Δημιουργία Κατανοητού Έντυπου Υλικού**, για να δείξετε πώς μπορείτε να εφαρμόσετε τις καλύτερες τεχνικές/πρακτικές εγγραμματοσύνης υγείας.

■ ■ Χρησιμοποιείτε τα βίντεο για συζήτηση. Μπορείτε να ρωτήσετε:

1. Τώρα που κατανοείτε ότι δεν μπορούμε να καταλάβουμε το επίπεδο Εγγραμματοσύνης Υγείας από την εξωτερική εμφάνιση, ποιες συμπεριφορές του ηλικιωμένου ασθενή μπορούν να σας βοηθήσουν να κατανοήσετε το επίπεδο του;
2. Τι σας έκανε εντύπωση στις στάσεις και τις ερωτήσεις των ασθενών από τα βίντεο;
3. Τι θα μπορούσατε να κάνετε για να βελτιώσετε την επικοινωνία με τους ηλικιωμένους ασθενείς σας;
4. Τι χρειάζεται να αλλάξει στην υπηρεσία σας ώστε να προωθήσετε την καλύτερη επικοινωνία;
5. Έχετε κάποιες ιδέες που θα βοηθούσαν την κατανόηση του ηλικιωμένου ασθενή;

■ ■ Παίξτε ένα **απλό γλωσσικό παιχνίδι** (χρησιμοποιώντας έναν κλασικό γλωσσικό θησαυρό ως πηγή - για παράδειγμα ένα λεξικό ιατρικών όρων μπορείτε να βρείτε στη σελίδα <https://www.bestrong.org.gr/el/cancer/basicdetails/medicaldictionary/>,-

χρησιμοποιήστε ορολογία όπως υπέρταση, υπερλιπιδαιμία, υπογλυκαιμία, εφ' άπαξ δόση, οξεία αναπνευστική λοίμωξη, προσβεβλημένη περιοχή, βλαπτικός παράγοντας, αερόβια μετάδοση). Ζητήστε από ομάδες του προσωπικού και τους επαγγελματίες υγείας να σκεφτούν απλά ονόματα και περιγραφές για κοινούς ιατρικούς όρους.

Εναλλακτικά ζητήστε από τους επαγγελματίες υγείας να σημειώσουν ιατρική ορολογία που χρησιμοποιούν συχνά με τους ηλικιωμένους ασθενείς και να σκεφτούν απλά ονόματα για αυτές τις λέξεις.

Μπορείτε να δημιουργήσετε ένα κατάλογο με σχετική ορολογία και προτάσεις απλούστευσης για την υπηρεσία σας μέσα από αυτή την άσκηση, στον οποίο θα έχουν πρόσβαση όλοι οι επαγγελματίες υγείας και το προσωπικό.

■ ■ Χρησιμοποιήστε τις **Ερωτήσεις Σύντομης Αξιολόγησης Εγγραμματοσύνης Υγείας** για να εκτιμήσετε τις γνώσεις του προσωπικού σας. Ζητήστε από το προσωπικό να συμπληρώσει το Ερωτήσεις πριν και μετά το εκπαιδευτικό σεμινάριο του προσωπικού.

Επιδιώξτε τη διαρκή επιμόρφωση σε θέματα εγγραμματοσύνη υγείας.

Υπάρχουν διαθέσιμα πολλά εξ' αποστάσεως προγράμματα σχετικά με την εγγραμματοσύνη υγείας στην Αγγλική γλώσσα με δωρεάν εγγραφή και παρακολούθηση.

Ενδεικτικά αναφέρουμε:

- Το πρόγραμμα Erasmus+ IMPACCT για εκπαίδευση επαγγελματιών υγείας που εργάζονται με ηλικιωμένα άτομα. Υπάρχει η δυνατότητα για παρακολούθηση διαδικτυακά μέσω της [πλατφόρμας Futurelearn](#)
- [Διαδικτυακό μάθημα](#) για την ΕΥ και τη Δημόσια Υγεία από το Πανεπιστήμιο Albany και τη σχολή Δημόσιας Υγείας. Αποτελείται από δύο ενότητες, διάρκειας 1,2 ώρες.
- Gippsland Health Literacy Project (GHLP) αποτελεί ένα ακόμη πρόγραμμα για την οργανωσιακή ΕΥ και περιλαμβάνει και [ένα διαδικτυακό εκπαιδευτικό πρόγραμμα](#)
- [Εκπαίδευση στην αποτελεσματική επικοινωνία](#) για ομάδες επαγγελματιών υγείας από το Κέντρο ελέγχου και πρόληψης νοσημάτων (CDC)

- [Εκπαίδευση για την ΕΥ επαγγελματίες υγείας](#) από το Κέντρο ελέγχου και πρόληψης νοσημάτων (CDC)
- Στο πλαίσιο των χρηματοδοτούμενων προγραμμάτων Erasmus+ έχει δημιουργηθεί **στην ελληνική γλώσσα** ένα εξ' αποστάσεως εκπαιδευτικό πρόγραμμα τεσσάρων ενότητων για την εγγραμματοσύνη υγείας για νοσηλευτές- [eLILY2-RN](#)
- eLearning PROADAS για την ενίσχυση των ψηφιακών δεξιοτήτων των ηλικιωμένων από τους επαγγελματίες υγείας <http://proadas.eu/el/σύνδεση/>
Περιλαμβάνει ενότητες πέντε δωρεάν ενότητες: Ευαλωτότητα, πρόληψη πτώσεων, διατροφή, ψυχική υγεία και ασθένεια στους ηλικιωμένους και καρδιαγγειακή νόσος στους ηλικιωμένους.

Διατηρήστε το ενδιαφέρον των επαγγελματιών υγείας για την εγγραμματοσύνη υγείας.

■ ■ Καταρτίστε ένα πλάνο για την περιοδική ανασκόπηση του θέματος της εγγραμματοσύνης υγείας και την εκπαίδευση του νέου προσωπικού. Εάν έχετε φοιτητές για πρακτική ή ειδικευόμενους, φροντίστε να τονίσετε κατά τη διάρκεια της εκπαίδευσής τους ότι μαθαίνουν δεξιότητες επικοινωνίας που θα είναι πολύτιμες σε όλη διάρκεια της κλινικής τους εμπειρίας

■ ■ Αξιοποιήστε στο μέγιστο ό,τι ευκαιρίες παρουσιάζονται (π.χ. συναντήσεις προσωπικού, συγκεντρώσεις ή εκπαιδευτικά σεμινάρια) για την παροχή εκπαίδευσης.

■ ■ Εστιάστε μετά το εκπαιδευτικό σεμινάριο, σε επόμενες συναντήσεις στις βασικές αρχές βελτίωσης της επικοινωνίας (π.χ. **Εργαλείο 2: Επικοινωνία με Σαφήνεια, Εργαλείο 3: η μέθοδος Teach-Back**)

■ ■ Αναρτήστε την αφίσα του παραρτήματος «**Ask Me 3**» στην υπηρεσίās σας, για να ενθαρρύνετε χρήστες και προσωπικό να θέτουν ερωτήματα (Δείτε το **Εργαλείο 9: Ενθάρρυνση Ερωτήσεων**). Αναρτήστε τις αφίσες με τις Βασικές Στρατηγικές Επικοινωνίας (**Εργαλείο 2: Επικοινωνία με Σαφήνεια**) στην υπηρεσίās σας, για να βοηθήσετε το προσωπικό να θυμάται τις βασικές συμβουλές για αποτελεσματική επικοινωνία με τους ασθενείς.

■ ■ Μπορείτε να ενημερώσετε και τις ομάδες ασθενών σχετικά με την έννοια της Εγγραμματοσύνης Υγείας εάν το πλαίσιο στο οποίο εργάζεστε το επιτρέπει. Μπορεί να γίνει σε μορφή συζήτησης χρησιμοποιώντας ανοικτές ερωτήσεις όπως για παράδειγμα και να δοθεί το ερωτηματολόγιο για την Εγγραμματοσύνη Υγείας των 16 ερωτημάτων παράρτημα:

- έχετε ακούσει ξανά την έννοια της Εγγραμματοσύνης Υγείας; Τι σημαίνει για εσάς; Περιγράψτε τη με δικά σας λόγια

- Ποιες είναι συνήθως οι δυσκολίες που αντιμετωπίζετε όταν επισκέπτεστε μία υπηρεσία Υγείας
- Τι πιστεύετε ότι συμβάλει στη βελτίωση του επιπέδου Εγγραμματοσύνης Υγείας των ατόμων
- Ποιες είναι οι δικές σας εμπειρίες από την επικοινωνία σας με επαγγελματίες υγείας και τι θα βελτίωνε τη σχέση σας μαζί τους;
- Πόσο εύκολα συμμορφώνεστε στις θεραπευτικές οδηγίες που σας δίνονται και τι βοηθάει σε αυτό;

Προσωπικές Εμπειρίες

«...δεν ήταν καθόλου προετοιμασμένοι. Ήταν η δική μου ομάδα με τα παιχνίδια και κάποια στιγμή τους λέω θα μιλήσουμε για την Εγγραμματοσύνη Υγείας. Στα σπίτια μας με τον καφέ και κάναμε μία πολύ ωραία συζήτηση (διαδικτυακή ομάδα λόγω πανδημίας). Με ανοικτού τύπου ερωτήσεις, τι καταλαβαίνουν για την Εγγραμματοσύνη Υγείας»

-Κοινωνική Λειτουργός, Συμβουλευτικός Σταθμός για την Άνοια

Παρακολουθήστε την πρόοδό σας.

- ■ Καταγράψτε το ποσοστό των επαγγελματιών υγείας που ολοκληρώνει την εκπαίδευση στην εγγραμματοσύνη υγείας εντός και εκτός της υπηρεσίας
- ■ Υπολογίστε το ποσοστό των νεοπροσληφθέντων και των φοιτητών που εκπαιδεύονται στην εγγραμματοσύνη υγείας τον πρώτο τους μήνα.
- ■ Επιβεβαιώστε ότι η εκπαίδευση στην εγγραμματοσύνη υγείας παρέχεται στους επαγγελματίες υγείας της υπηρεσίας σας σε συνεχή βάση, συμπεριλαμβανομένων τακτικών ενημερώσεων καθώς και κατάρτισης για νέους υπαλλήλους και φοιτητές που εναλλάσσονται στην υπηρεσία
- ■ Συγκρίνετε τις απαντήσεις στο **Ερωτήσεις Σύντομης Αξιολόγησης Εγγραμματοσύνης Υγείας**, πριν και μετά του εκπαιδευτικού σεμιναρίου του προσωπικού, για να αξιολογήσετε τον βαθμό κατανόησης.