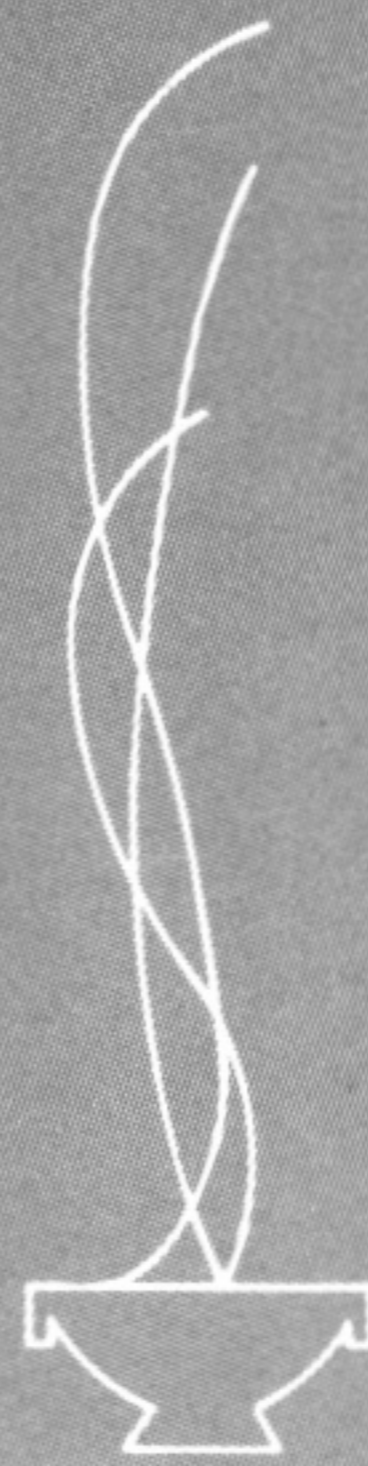


ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

Τεύχος 40

Ιούλιος — Αυγούστος 1986



Διμηνιαία έκδοση

του Εθνικού Συνδέσμου Διπλωματούχων Νοσοκόμων Ελλάδος



«ΥΓΕΙΑΣ ΘΕΡΑΠΙΑ»

ΕΣΔΝΕ

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ - ΕΚΔΟΤΗΣ

Εθνικός Σύνδεσμος
Διπλωματούχων Νοσοκόμων Ελλάδος
Πύργος Αθηνών, Γ κτίριο, 2ος όροφος
Μεσογείων 2 115 27 ΑΘΗΝΑ
Τηλ.: 77 02 861

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ

Ε. Δημητρίου
Β. Λανάρα
Μ. Μαλγαρινού

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

Μαρία Μαλγαρινού
Καθηγήτρια ΤΕΙ Αθηνών
Πύργος Αθηνών - Γ Κτίριο
2ος όροφος - 115 27 ΑΘΗΝΑ

ΤΕΧΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ

Φωτοστοιχειοδεσία - Σχεδιασμοί
Εξώφυλλο - Εκτύπωση



Κατεχακη & Αδριανείου 3 - 115 25 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ. 67 14 371 - 67 14 340

ΕΤΗΣΙΕΣ ΣΥΝΔΡΟΜΕΣ

Νοσηλεύτριες/-ές	_____	1000 δρχ.
Σπουδάστριες/-ές	_____	500 δρχ.
Οργανισμοί - Εταιρείες-		
Βιβλιοθήκες	_____	1500 δρχ.
Εξωτερικό	_____	15 \$
ΤΙΜΗ ΤΕΥΧΟΥΣ		170 δρχ.

Εγγραφές συνδρομητών περιοδικού
BHTA medical arts

1. Πορίσματα και προτάσεις ΙΓ' Πανελληνίου Νοσηλευτικού Συνεδρίου ΕΣΔΝΕ (Σέρρες, 20-22 Μαΐου 1986).....	113
2. Μια Αφρικανίδα Αδελφή διηγείται <i>Ιωάν. Στεφανίδου</i>	117
3. Πρωτοβάθμια Νοσηλευτική <i>Αγγ. Κουβέλη</i>	123
4. Πού πρέπει να εκτελείται η ένεση ινσουλίνης <i>Είρ. Γουλιά</i>	135
5. Στη μνήμη της Ουρανίας Λεβεντίδου-Νοστράκη <i>Ελ. Σπυροπούλου</i>	138
6. Ενημέρωση	139
7. Οδηγίες για τους συγγραφείς	140

ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΚΤΕΛΕΙΤΑΙ Η ΕΝΕΣΗ ΙΝΣΟΥΛΙΝΗΣ**Ειρήνη Γουλιά**

Επίκουρος Καθηγήτρια
ΤΕΙ Αθηνών

Ο σακχαρώδης διαβήτης, αρρώστια ή τρόπος ζωής, με τα σημερινά δεδομένα της επιστήμης μπορεί να συνοδεύει ένα άτομο σε όλη του τη ζωή, χωρίς σοβαρές επιπτώσεις, εφόσον βέβαια τον γνωρίσει, αποδεχθεί τις απαιτήσεις του και συμφιλιωθεί μαζί του.

Μια από τις απαιτήσεις του σακχαρώδη διαβήτη, για μεγάλο αριθμό ατόμων που ζουν μ' αυτόν, είναι η καθημερινή και ισόβια εκτέλεση της ένεσης ινσουλίνης.

Όπως είναι γνωστό, τα σημεία και οι δέσεις των ενέσεων της ινσουλίνης πρέπει να εναλλάσσονται για να προλαμβάνεται η λιποδυστροφία, μια σπογγώδης πάχυνση του υποδόριου ιστού, η οποία οδηγεί στην ελάττωση της παροχής αίματος στην περιοχή αυτή και επομένως στην παρεμπόδιση της απορρόφησης της ινσουλίνης.

Έρευνα 25 χρόνων, που έγινε στην Αμερική, απόδειξε ότι η ταχύτητα απορρόφησης της ινσουλίνης επιβραδύνεται, καθώς προχωρούμε από τα κοιλιακά τοιχώματα προς τα χέρια και τους μηρούς. Αυτή η έρευνα κάνει σαφές ότι η τυχαία αλλαγή δέσεων των ενέσεων της ινσουλίνης μπορεί να οδηγήσει σε μια παράξενη στάθμη ινσουλίνης. Γι' αυτό το λόγο οι ερευνητές τονίζουν τη σπουδαιότητα της χρησιμοποίησης μιας περιοχής του σώματος συνεχώς ωσότου εξαντληθούν όλες οι διαθέσιμες δέσεις και στη συνέχεια να χρησιμοποιηθεί μια άλλη περιοχή. Π.χ. αρχή γίνεται από το δεξιό μηρό, χρησιμοποιούνται διαδοχικά όλες οι δέσεις του και μετά χρησιμοποιούμε το δεξιό βραχίονα κ.ο.κ.

Το εκ περιτροπής σχέδιο που προτείνεται από τους ερευνητές είναι:

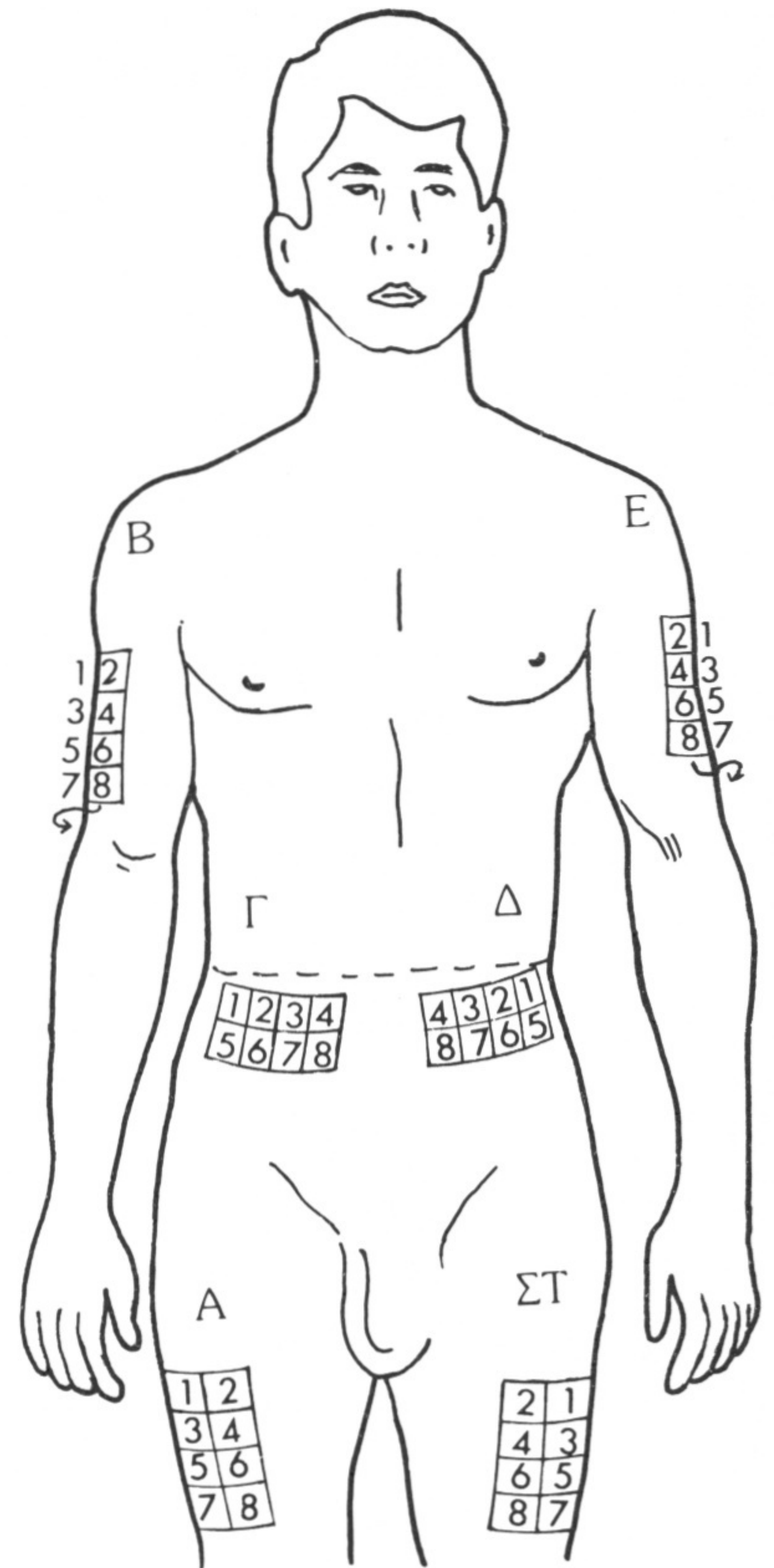
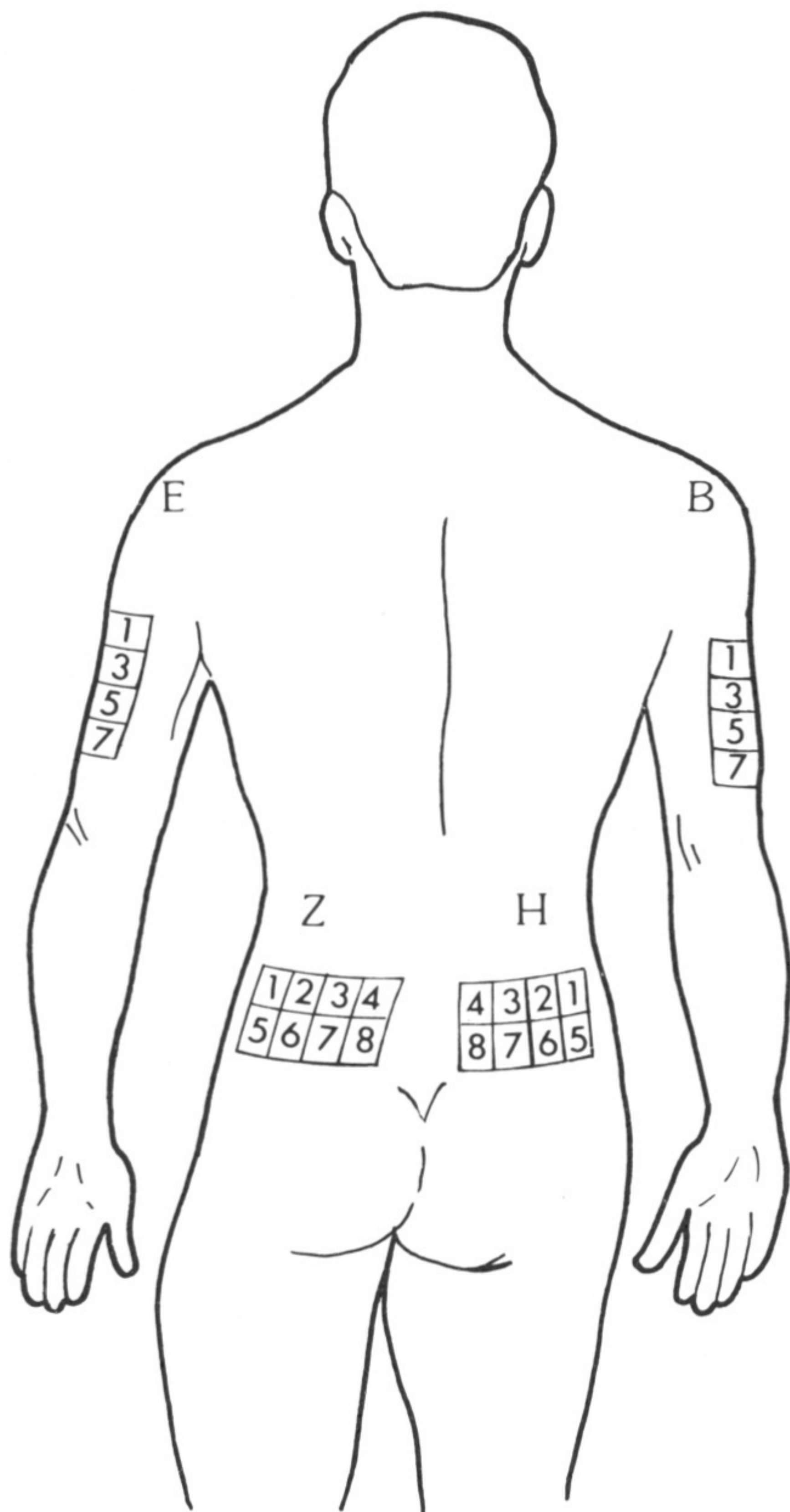
Δεξιός μηρός → δεξιός βραχίονας → δεξιά κοιλία →
αριστερά κοιλία → αριστερός βραχίονας → αριστερός μηρός.

Έτσι, ο διαβητικός, όταν κάνει μόνος του την ένεση ινσουλίνης έχει τη δυνατότητα να χρησιμοποιήσει εναλλάξ 6 περιοχές του σώματος, του (εικ. 1).

Σε περίπτωση που κάποιος άλλος μπορεί να κάνει την ένεση χρησιμοποιούνται και οι δέσεις Ζ και Η της οπίσθιας περιοχής του σώματος, όπως δείχνει η εικόνα 2.

Όλοι οι διαβητικοί πρέπει να προσπαθήσουν να χρησιμοποιούν όλες τις διαθέσιμες δέσεις του σώματός τους, χωρίς να φοβούνται ότι θα τρυπήσουν όργανα που βρίσκονται κάτω από το δέρμα.

Εικόνα 1. Σημεία που μπορεί να γίνεται η ένεση ινσουλίνης στην πρόσδια επιφάνεια του σώματος.



Εικόνα 2. Σημεία που μπορεί να γίνεται η ένεση ινσουλίνης στην οπίσδια επιφάνεια του σώματος.

Στις εικόνες 1 και 2 κάθε ανατομική περιοχή προσδιορίζεται με ένα γράμμα από το Α μέχρι το Η και αριθμούνται οι δέσεις μέσα σε κάθε περιοχή. Τα διαστήματα μεταξύ των ενέσεων πρέπει να απέχουν τουλάχιστον 2,5 cm.

Ο κάθε διαβητικός, για να κάνει την ινσουλίνη στη σωστή δέση, μπορεί να χρησιμοποιεί καθημερινά ένα πίνακα, όπως παρουσιάζεται στη συνέχεια, όπου να διαγράφει με μολύβι τη δέση που έκανε την ινσουλίνη. Έτσι θα βλέπει που έκανε την τελευταία ένεση και θα είναι βέβαιος ότι και η επόμενη ένεση θα γίνει στη σωστή δέση, όπως έχει ορισθεί.

Ενδεικτικά, αρχίζοντας την 1η Ιανουαρίου από την περιοχή Α στο δεξιό μηρό θα χρησιμοποιεί διαδοχικά τις δέσεις Α1, Α2 κ.λπ., διαγράφοντας καθημερινά τις αντίστοιχες δέσεις τον πίνακα, οπότε στις 9 Ιανουαρίου θα περάσει στην περιοχή Β συνεχίζοντας κατά τον ίδιο τρόπο.

Με τον τρόπο αυτό προχωρεί για 6 εβδομάδες καλύπτοντας όλες τις δέσεις των προσφερομένων περιοχών Α, Β, Γ, Δ, Ε, ΣΤ (όταν χρησιμοποιεί μόνο την πρόσδια επιφάνεια του σώματός του) και επιστρέφει στο Α1 μετά από 6 εβδομάδες.

Ιανουάριος

Ημερομηνία	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Θέση ένεσης	A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	B1	B2	B3	B4	B5	B6	B7

Ιανουάριος

Ημερομηνία	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Θέση ένεσης	B8	Γ1	Γ2	Γ3	Γ4	Γ5	Γ6	Γ7	Γ8	Δ1	Δ2	Δ3	Δ4	Δ5	Δ6	Δ7

Φεβρουάριος

Ημερομηνία	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Θέση ένεσης	Δ8	Ε1	Ε2	Ε3	Ε4	Ε5	Ε6	Ε7	Ε8	ΣΤ1	ΣΤ2	ΣΤ3	ΣΤ4	ΣΤ5	ΣΤ6	ΣΤ7

Έτσι, ο κάθε διαβητικός, μαζί με τους άλλους παράγοντες που γνωρίζει ότι επηρεάζουν τη ρύθμιση του σακχάρου του και που λαμβάνει υπόψη του, πρέπει να λάβει πολύ σοβαρά και αυτόν, δηλαδή τη σωστή εναλλαγή των δέσεων ένεσης της ινσουλίνης για να επιτυγχάνει καλύτερα αποτελέσματα.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ

Μεταξύ των αποφάσεων που πάρθηκαν στην πρώτη τριήμερη συνάντηση του νέου Διοικητικού Συμβουλίου του Διεθνούς Συμβουλίου Νοσοκόμων (ΔΣΝ) ήταν οι παρακάτω:

1. Η Επιτροπή "Professional Services" θα δώσει τον ορισμό του Νοσηλευτή, της Νοσηλευτικής, του Βοηθού Νοσοκόμου και του ειδικευμένου Νοσηλευτή.
2. Θα ορισθεί σύμβουλος για να προετοιμάσει κατευθυντήριες γραμμές που θα βοηθήσουν τους Εθνικούς Συνδέσμους να καθιερώσουν και να εφαρμόσουν κριτήρια για τη Νοσηλευτική Εκπαίδευση και την άσκηση του νοσηλευτικού επαγγέλματος.
3. Θα αναθεωρηθεί.
4. Στη σειρά των εκδόσεων "Caring for the Carers" θα δημοσιευθούν οι κατευθυντήριες γραμμές αναφορικά με τα μέτρα ασφαλείας για τους Νοσηλευτές στο χώρο εργασίας.
5. Το θέμα του εορτασμού της Διεθνούς Ημέρας του Νοσηλευτή για το 1987 θα επικεντρωθεί.
6. Το ΔΣΝ για την τετραετία που τώρα άρχισε θα δώσει προτεραιότητα στην προετοιμασία Νοσηλευτών για διοικητικές και ηγετικές αρμοδιότητες και η Επιτροπή "Professional Services" θα αναπτύξει στρατηγική για την προετοιμασία ηγετικών νοσηλευτικών στελεχών, που θα συμμετέχουν τόσο στον προγραμματισμό όσο και στη διοίκηση των υπηρεσιών υγείας της κάθε χώρας. Ειδικότερα οι στόχοι είναι οι εξής:
 - (α) Οι Νοσηλευτές θα πρέπει να θεωρούνται υπεύθυνοι για τον καθορισμό κριτηρίων καλής λειτουργίας και τη διοίκηση των νοσηλευτικών υπηρεσιών, όπου παρέχονται υπηρεσίες υγείας και να συμμετέχουν στη δημιουργία της πολιτικής (φιλοσοφίας) του ιδρύματος.
 - (β) Οι Νοσηλευτές να κατέχουν κεντρικές θέσεις στον κρατικό μηχανισμό, όπου καθορίζεται η πολιτική της υγείας και να κάνουν τον προγραμματισμό και να διοικούν τις υπηρεσίες της χώρας τους όπου παρέχεται νοσηλευτική φροντίδα.
 - (γ) Οι Νοσηλευτές να κατέχουν κεντρικές θέσεις σε διεθνείς οργανισμούς και να προγραμματίζουν τις υπηρεσίες και να κατευθύνουν τα εκάστοτε προγράμματα που εφαρμόζουν (προσφέρουν) αυτοί οι οργανισμοί.

Τα μέλη του Διοικητικού Συμβουλίου που η εκλογή τους έγινε τον Ιούνιο του 1985 στο Συνέδριο των Εθνικών Αντιπροσώπων στο Tel Aviv του Ισραήλ είναι:

Nelly Garzon, Colombia, Πρόεδρος
Helen Glass, Canada, Πρώτη Αντιπρόεδρος
Kristen Stallknecht, Denmark, Δεύτερη Αντιπρόεδρος
Joyce Motley, New Zealand, Τρίτη Αντιπρόεδρος
Sarah R. Addison, Ghana, Μέλος
Trenor Clay, UK, Μέλος
Beryl A. Deraneson, India, Μέλος
Moriah Galili, Israel, Μέλος
Hean Grayson , Trinidad and Tobago, Μέλος
Merel L. Hanson, Jamaica, Μέλος
Hiroko Mihami, Japan, Μέλος
Barbara Nichols, USA, Μέλος
Ruth Quenzer, Switzerland, Μέλος
Marthe Onivey, Norway, Μέλος
Vichiey Thanilab, Thailand, Μέλος

ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ

Η ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ είναι έκδοση του Εθνικού Συνδέσμου Διπλωματούχων Νοσοκόμων Ελλάδος, και έχει στόχο τη συνεχή επιμόρφωση των Νοσοκόμων στις νέες αντιλήψεις και επιστημονικές εξελίξεις της Νοσηλευτικής, την προαγωγή της Νοσηλευτικής και ακόμη την ενημέρωση των αναγνωστών της στα νέα του κλάδου.

Η ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ δέχεται για δημοσίευση άρθρα από οποιονδήποτε ενδιαφέρεται να δημοσιεύσει στο περιοδικό αυτό υλικό με περιεχόμενο Νοσηλευτικού κυρίως ενδιαφέροντος.

Επιστολές προς τη Συντακτική Επιτροπή – νοσηλευτικού περιεχομένου –, γίνονται επίσης δεκτές για δημοσίευση, εφόσον κριθεί ότι παρουσιάζουν κάποιο ενδιαφέρον.

Όλα τα άρθρα, που υποβάλλονται, κρίνονται από τη Συντακτική Επιτροπή του περιοδικού, που διατηρεί το δικαίωμα να προτείνει τροποποιήσεις ή να απορρίπτει τα άρθρα που δεν είναι γραμμένα σύμφωνα με τις οδηγίες για τους συγγραφείς. Τα χειρόγραφα δεν επιστρέφονται.

Η γλωσσική ομοιομορφία των άρθρων είναι απαραίτητη. Τα άρθρα, που υποβάλλονται για δημοσίευση, πρέπει να είναι γραμμένα στη δημοτική και με μονοτονικό.

Τα άρθρα στέλνονται σε δύο αντίτυπα δακτυλογραφημένα σε διπλά διαστήματα από τη μια όψη λευκού φύλλου και με σχετικά μεγάλο περιθώριο (4 cm), στα γραφεία του ΕΣΔΝΕ.

Στην πρώτη σελίδα κάθε άρθρου σημειώνεται το ονοματεπώνυμο και ο τίτλος του συγγραφέα(-ων) με πλήρη διεύθυνση και τηλέφωνο. Όλα τα άρθρα συνοδεύονται οπωσδήποτε από περίληψη στην Ελληνική και στην Αγγλική. Η έκταση της περιλήψης δεν πρέπει να είναι μεγαλύτερη από 200 λέξεις.

Οι βιβλιογραφικές παραπομπές μέσα στο κείμενο ακολουθούν το σύστημα Harvard. Αναφέρονται το επώνυμο του συγγραφέα και το έτος δημοσίευσης. Όταν οι συγγραφείς είναι δύο, σημειώνονται τα επώνυμα και των δύο, π.χ. Brown and Taylor 1963. Όταν οι συγγραφείς είναι πολλοί, χρησιμοποιείται το διεθνές σύμβολο et al μετά το επώνυμο του πρώτου. Όταν σ' ένα σημείο του κειμένου αντιστοιχούν πολλές παραπομπές ακολουθείται χρονολογική σειρά, π.χ. Brown 1959, Taylor 1963, Smith 1969. Δύο εργασίες του ίδιου συγγραφέα με το ίδιο έτος δημοσίευσης αναφέρονται σαν α και β.

Η σύνταξη του βιβλιογραφικού καταλόγου γίνεται αλφαβητικά με βάση το πρώτο γράμμα του επωνύμου του πρώτου συγγραφέα.

Οι συγγραφείς έχουν το δικαίωμα μιας τυπογραφικής διόρθωσης. Εκτεταμένες μεταβολές δεν γίνονται δεκτές.

Εικόνες και διαγράμματα στέλνονται στο πρωτότυπο. Οι πίνακες και τα διαγράμματα γράφονται με σινική μελάνη, οι δε εικόνες στέλνονται σε φωτογραφίες ή διαφάνειες.

Τα δημοσιευόμενα άρθρα, εικόνες και διαγράμματα αποτελούν πνευματική ιδιοκτησία του περιοδικού και για την αναδημοσίευσή τους είναι απαραίτητη η άδεια της Συντακτικής Επιτροπής και του συγγραφέα.