PATRONAT

Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce

TELEPORADA
– ASPEKTY BADANIA FIZYKALNEGO, CO JEST MOŻLIWE?

dr n. med. Elżbieta Tomiak

dr hab. n. med. Tomasz Tomasik, prof. UJ

dr hab. n. med. Maciej Godycki-Ćwirko, prof. UM

ELEMENTY DOTYCZĄCE BADANIA FIZYKALNEGO, KTÓRE MOŻNA USTALIĆ W CZASIE TELEPORADY NA PODSTAWIE INFORMACJI UZYSKANYCH OD PACJENTA ORAZ ANALIZY ROZMOWY Z NIM:

Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce

OGÓLE ZACHOWANIE:

Czy pacjent jest:

- przytomny,
- zorientowany,
- jaki jest nastrój chorego,
- jaka jest mowa chorego

POMIARY PARAMETRÓW ŻYCIOWYCH, KTÓRE PACJENT MOŻE SAM PRZEPROWADZIĆ:

- Pomiary antropometryczne – pomiar masy ciała
- badanie RR, tętna, pomiar temperatury, liczby oddechów, stężenia glukozy na glukometrze

SAMO OGLĄDANIE PACJENTA

Pacjent opisuje zauważone u siebie zmiany poprzez porównanie jednego miejsca do drugiego:

- zmiany na skórze (zmiany zabarwienia skóry, ucieplenia skóry, uwodnienie skóry, obecność wysypki, znamion – umiejscowienie zmian)
- zmiany paznokci
- zmiany owłosienia
- zmiany obecne w gardle i na śluzówce jamy ustnej, dziąsłach

SAMO OGLĄDANIE PACJENTA

- zmiany koloru białkówek
- obrzęki (umiejscowienie, czy ustępują po nocy)
- obecność guzków, nacieków, owrzodzeń, zniekształceń powłok ciała (można dopytać się o szczegóły ich wyglądu, charakter)
- rodzaj, wygląd, ewentualnie zapach wydzielin z nosa, ucha, otworów ciała

SAMOOCENA PRZEZ PACJENTA ZABURZEŃ FUNKCJI CIAŁA

Ocena dotyczy głównie układu mięśniowo-kostnego i nerwowego;

- ograniczenie funkcji np. ruchomości stawów
- brak funkcji (niedowład, porażenie)
- zmniejszenie siły mięśniowej
- zaburzenia równowagi ciała

TECHNIKI SAMOOCENY DLA PACJENTÓW

1. Ocena wysypki rumieniowej – naciśnij miejsce z wysypką przez dwie sekundy (powinno to miejsce zblednąć)
2. Ocena krążenia – naciśnij jednocześnie opuszkę kciuka i palca wskazującego przez dwie sekundy i puść (oceniamy szybkość powrotu ukrwienia opuszki)
3. Ból kostno-chrzęstny – naciśnij jednym palcem miejsce bólu
4. Odwodnienie – chwyć fałd skórny górnej części dłoni palcami przez 5 sekund i puść

Wheeler 2009, 2017

Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce

TECHNIKI SAMOOCENY DLA PACJENTÓW

5. Obrzęk ciastowaty – naciśnij mocno na przednią, kostną część łydki
6. Punktowa nadwrażliwość – delikatnie naciśnij wzdłuż kości aby zidentyfikować miejsce bólu
7. Niedociśnienie ortostatyczne – powoli wstań z pozycji siedzącej do pozycji stojącej
   (rób to tylko w obecności drugiej osoby)
8. Puls – mocno przyłóż cztery palce do bocznej powierzchni szyi

Wheeler 2009, 2017

Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce

TECHNIKI SAMOOCENY DLA PACJENTÓW

9. Oddychanie – ściągnij koszulkę i zaobserwuj ruchy klatki piersiowej licząc w ciągu minuty ile razy podnosi się klatka piersiowa
10. Dotknij bolące miejsce i opisz to
11. Obciążanie chorej kończyny – delikatnie spróbuj stanąć lub przejść się używając chorej kończyny
12. Ocena świadomości drugiej osoby – naciśnij mocno płytkę paznokciową – polecenie dla opiekuna

Wheeler 2009, 2017

Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce

TECHNIKI SAMOOCENY DLA PACJENTÓW

13. Dotykanie przez pacjenta chorego miejsca i określanie napięcia i wrażliwości na dotyk
14. Ocena zapachu oddechu przez opiekuna
15. Ocena aktywności płodu – policz ilość kopnięć w ciągu 30 minut w czasie normalnej aktywności dziecka

Wheeler 2009, 2017

Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce

MOŻNA ROZMOWĘ TELEFONICZNĄ ZAMIENIĆ NA WIDEO KONFERENCJĘ (JEŻELI JEST TECHNICZNIE TAKA MOŻLIWOŚĆ), KTÓRA DOSTARCZY WIĘCEJ INFORMACJI I POZWOLI W DUŻEJ MIERZE ZWERYFIKOWAĆ DANE UZYSKANE OD PACJENTA.

MOŻNA RÓWNIEŻ POPROSIĆ O SFOTOGRAFOWANIE OKREŚLONYCH ZMIAN TELEFONEM KOMÓRKOWYM.

TO CO OPISUJE PACJENT NALEŻY PRZYJMOWAĆ Z DUŻĄ OSTROŻNOŚCIĄ, DOPYTAĆ SIĘ CZY PACJENT MA TENDENCJĘ DO MINIMALIZOWANIA SWOICH OBJAWÓW.

DECYZJĘ O ODSTĄPIENIU OD OSOBISTEGO BADANIA PODEJMOWAĆ TYLKO PO CAŁOŚCIOWEJ OCENIE ODBYTEJ TELEPORADY CZY WIDEO KONFERENCJI.

ZAWSZE UPEWNIJ SIĘ, ŻE ROZMAWIASZ Z PACJENTEM A NIE INNĄ OSOBĄ!

Kolegium Lekarzy Rodzinnych w Polsce