ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



Μαργαρίτα Γιαννακοπούλου
Καθηγήτρια
Τμήμα Νοσηλευτικής, ΕΚΠΑ

ΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑΣ, ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ

Σύμφωνα με τον Ν. 2121/1993 και τη Διεθνή Σύμβαση της Βέρνης (που έχει κυρωθεί με τον Ν. 100/1975) απαγορεύεται η αποθήκευση του παρόντος αρχείου σε βάση δεδομένων, η αναδημοσίευση, η αναμετάδοσή του σε ηλεκτρονική ή μηχανική ή άλλη μορφή και γενικά η αναπαραγωγή του με οποιοδήποτε τρόπο, συνολικά ή τμηματικά ή περιληπτικά, στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή. Κατ' εξαίρεση τα ανωτέρω επιτρέπονται κατόπιν προηγούμενης γραπτής άδειας της διδάσκουσας Καθηγήτριας Μαργαρίτας Γιαννακοπουλου.

Η αποτύπωση σε υλικό φορέα του περιεχομένου της επικοινωνίας κατά τη χρήση μεθόδων σύγχρονης/σε ταυτόχρονο χρόνο (live streaming) και ασύγχρονης (e-class ΕΚΠΑ) τηλεκπαίδευσης (e-learning), με τηλεφωνικά ή άλλα ηλεκτρονικά μέσα χωρίς τη συναίνεση των συμμετεχόντων στην επικοινωνία διώκεται ποινικά.

Όλοι οι συμμετέχοντες στο Μάθημα αναγνωρίζουν και σέβονται τη σημασία των δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα και υποχρεούνται να συμμορφώνονται με τις διατάξεις του Γενικού Κανονισμού Προστασίας Προσωπικών Δεδομένων 2016/679/ΕΚ (για περισσότερες πληροφορίες βλ. τη διαδικτυακή σελίδα της Αρχής Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα www.dpa.gr).



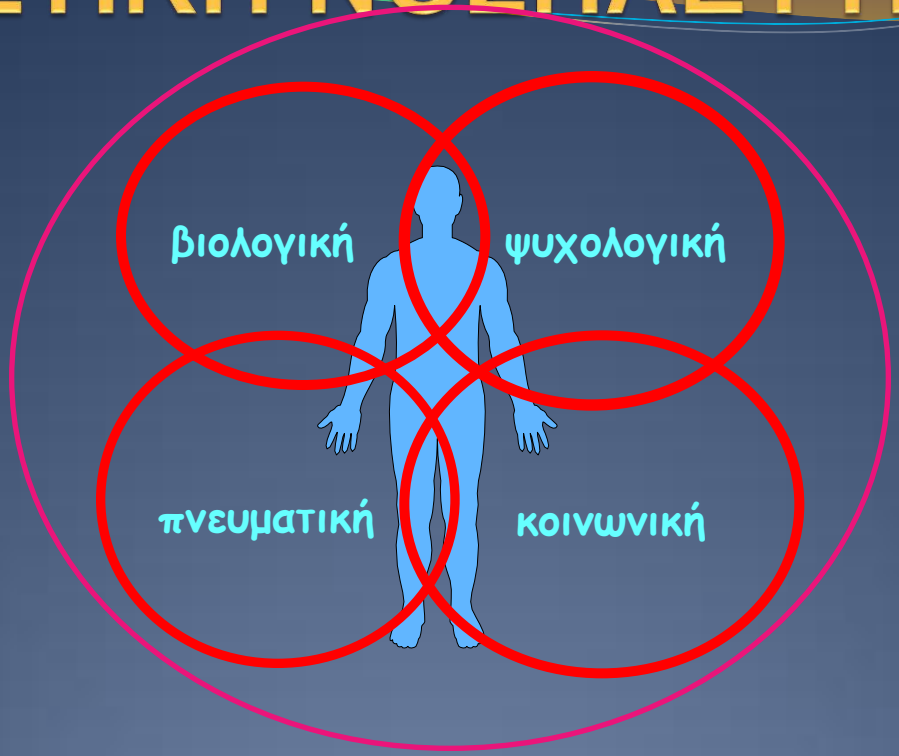
ΟΛΙΣΜΟΣ



- Είναι η φιλοσοφία που αναγνωρίζει ότι τα χαρακτηριστικά ενός συστήματος (φυσικού, βιολογικού, κοινωνικού, οικονομικού κτλ) δεν μπορούν να καθοριστούν ή να εξηγηθούν από τα τμήματα που το αποτελούν μόνο.

- Αντίθετα είναι το σύστημα σαν «όλον» που καθορίζει πως συμπεριφέρονται τα επιμέρους τμήματα του

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

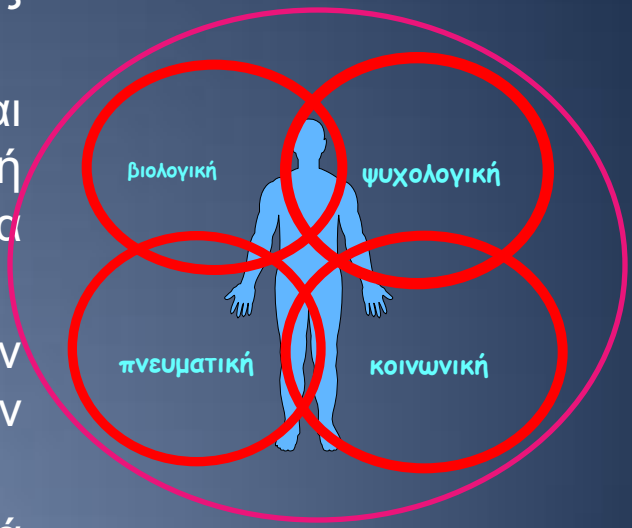


- Θεωρεί το άτομο ως αδιαίρετη ολότητα, όπου κάθε προσπάθεια υποδιαίρεσης υπονομεύει την έμφυτη θεραπευτική ικανότητα του ατόμου.
- Κατανόηση του ατόμου ως αδιάσπαστο όλον σε διαρκή αλληλεπίδραση με το περιβάλλον
- Αναγνώριση, καθορισμός και διαχείριση των σχέσεων μεταξύ των φυσικο-βιολογικών, ψυχικών και κοινωνικών διαστάσεων του ατόμου με στόχο τη θεραπεία

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ
STRESS & ΝΟΣΟΣ

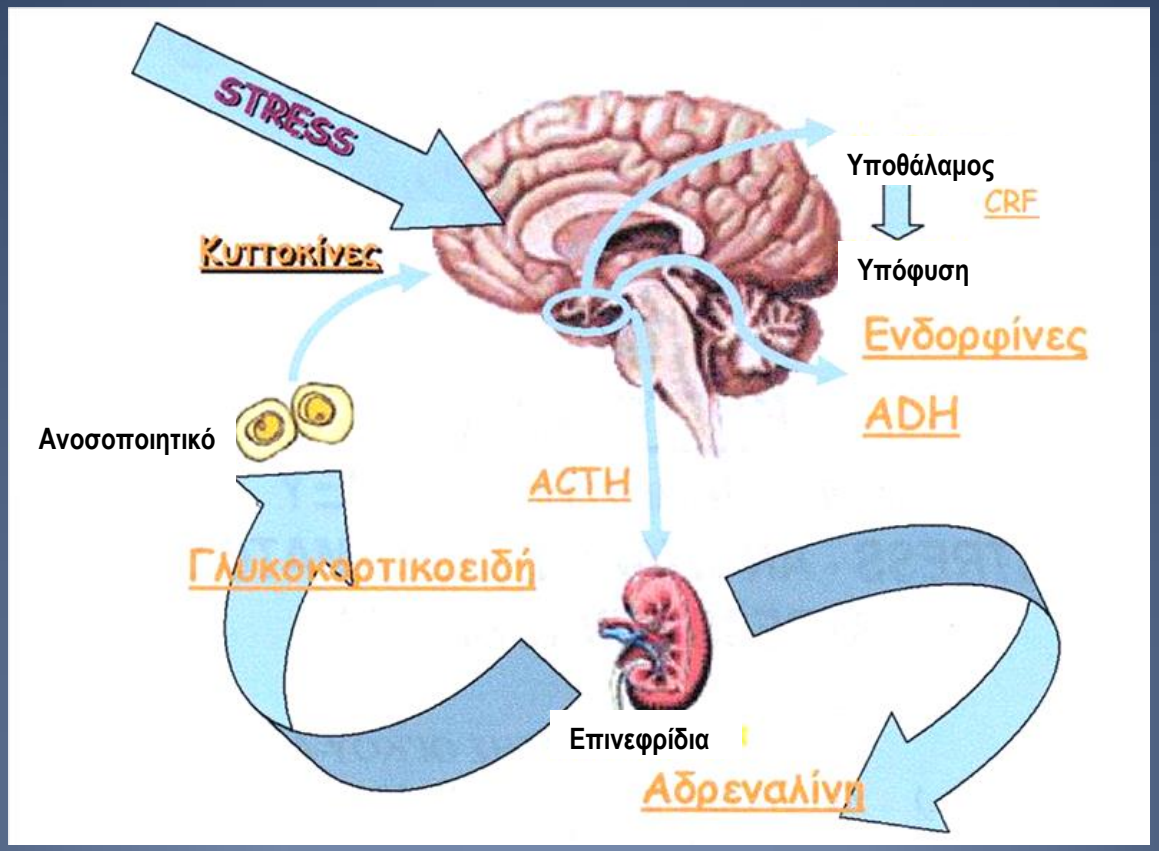
- Η έκθεση ενός ατόμου σε καταστάσεις stress κινητοποιεί συγκεκριμένους φυσιολογικούς μηχανισμούς για την αντιμετώπισή του
- Οι φυσιολογικοί μηχανισμοί που κινητοποιούνται είναι κοινοί είτε πρόκειται για σωματική καταπόνηση του οργανισμού είτε για ψυχονοητικό stress
- Οι ψυχονοητικές αντιδράσεις και το stress έχουν αναγνωρισθεί ως σημαντικοί παράγοντες στην παθογένεση πολλών νοσημάτων
- Το ψυχολογικό stress εμφανίζει νευροενδοκρινικά πρότυπα παρόμοια με αυτά που επιφέρει η οργανοβιολογική καταπόνηση, ως εκ τούτου αναμένεται να προκαλέσει παρόμοιες οργανικές και σωματικές εκδηλώσεις.



ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

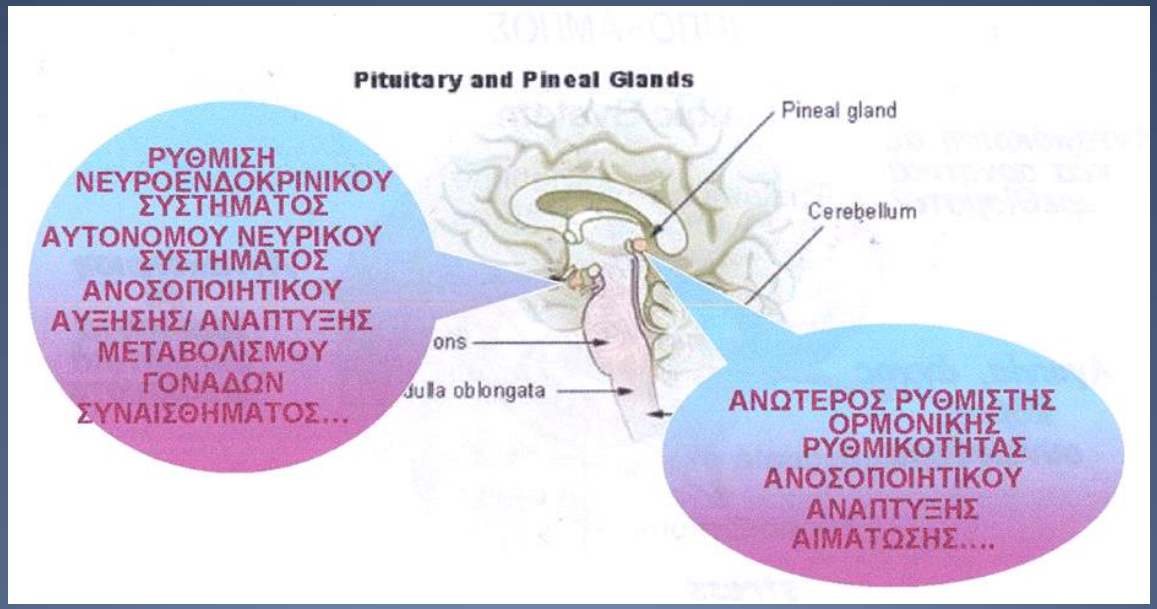


STRESS & ΝΟΣΟΣ



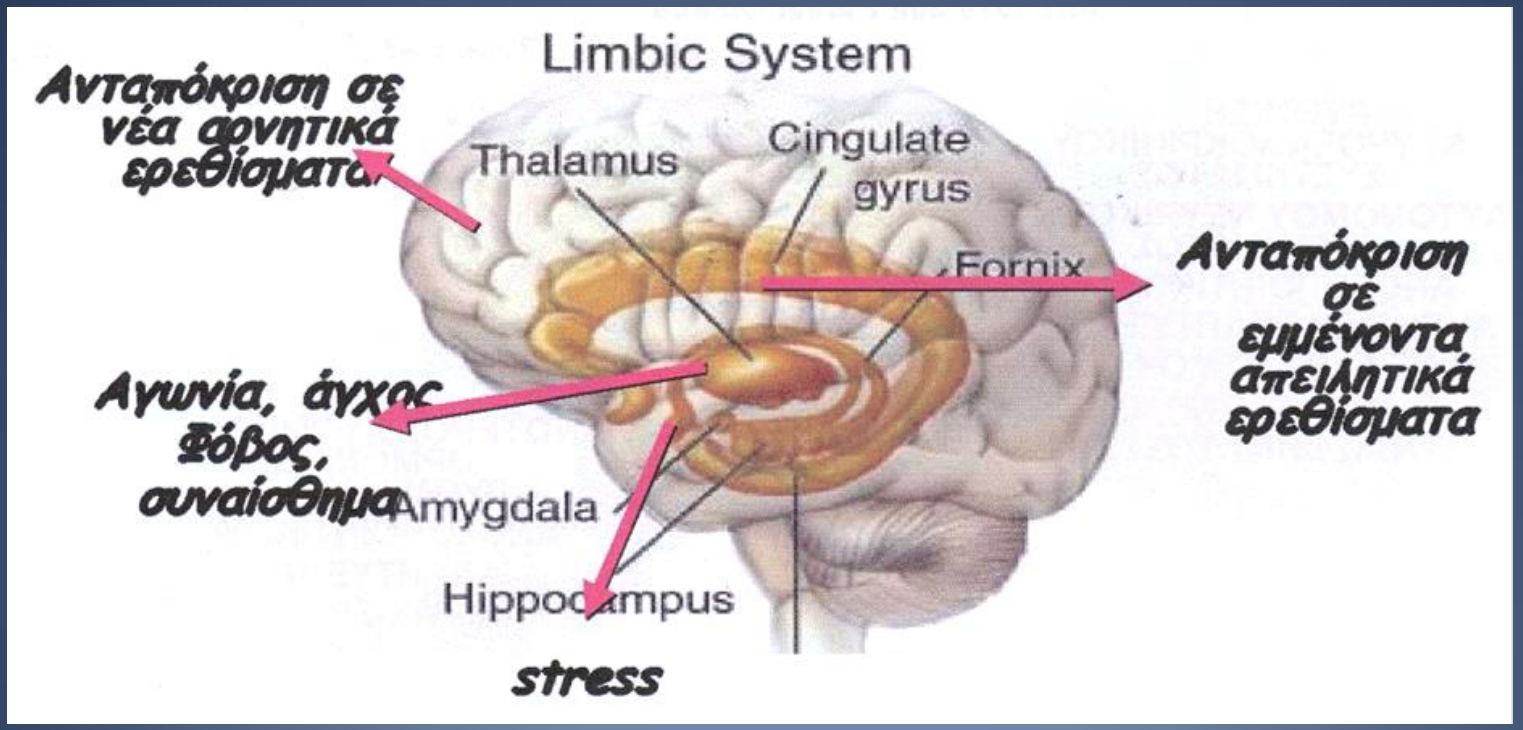
ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΥΠΟΘΑΛΑΜΟΣ-ΥΠΟΦΥΣΗ ΕΠΙΦΥΣΗ



ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΑΜΥΓΔΑΛΗ - ΜΕΤΑΙΧΜΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ

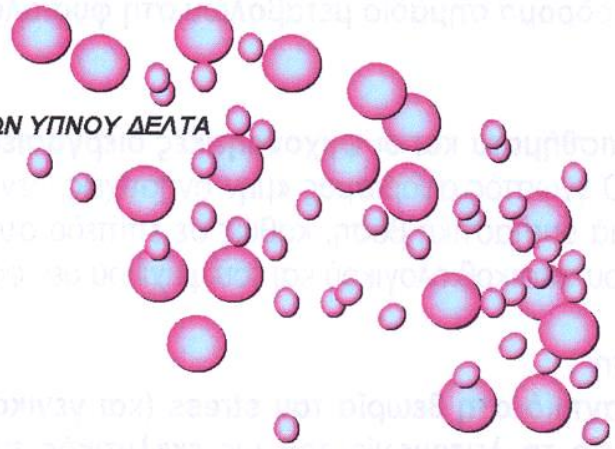


ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ



ΝΕΥΡΟΠΕΠΤΙΔΙΑ

- *CRF (CRH)* *ΠΑΡΑΓΩΝ ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΣΗΣ ΚΟΡΤΙΚΟΤΡΟΠΟΥ*
- *ACTH* *ΚΟΡΤΙΚΟΤΡΟΠΟΣ ΟΡΜΟΝΗ*
- *NPY* *ΝΕΥΡΟΠΕΠΤΙΔΙΟ Υ*
- *OXT* *ΟΚΥΤΤΟΚΙΝΗ*
- *AVP* *ΒΑΖΟΠΡΕΣΙΝΗ*
- *SP* *ΟΥΣΙΑ Π*
- *beta-E* *βήτα- ΕΝΔΟΡΦΙΝΗ*
- *ENK* *ΕΝΚΕΦΑΛΙΝΕΣ*
- *PRL* *ΠΡΟΛΑΚΤΙΝΗ*
- *DSIP* *ΕΠΑΓΩΓΙΚΟΣ ΠΑΡΑΓΩΝ ΥΠΝΟΥ ΔΕΛΤΑ*
- *NA* *ΝΟΡΑΔΡΕΝΑΛΙΝΗ*
- *MELATONIN* *ΜΕΛΑΤΟΝΙΝΗ*
- *SOMATOSTATIN ΣΩΜΑΤΟΣΤΑΤΙΝΗ*
- *NA* *ΝΟΡΑΔΡΕΝΑΛΙΝΗ*
- *CCK* *ΧΟΛΕΚΥΣΤΟΚΙΝΙΝΗ*
- *BB* *ΜΠΟΜΠΕΣΙΝΗ*
- *UCNs* *ΟΥΡΟΚΟΡΤΙΝΕΣ*



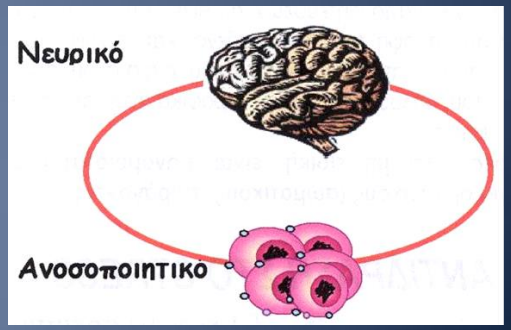


ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ



ΝΕΥΡΟΠΕΠΤΙΔΙΑ

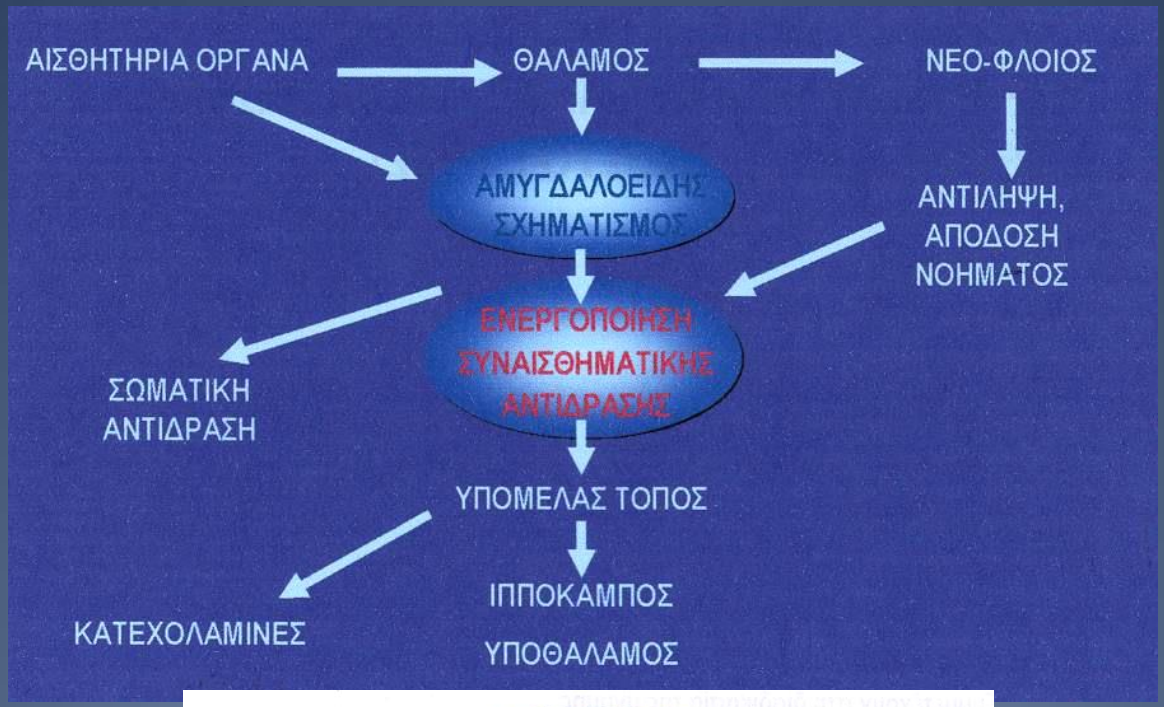
- Παράγονται από τον εγκέφαλο (φλοιός, μεταιχμιακό, υποθάλαμος, υπόφυση) και κυκλοφορούν σε όλο το σώμα.
- Παράγονται και από το ανοσοποιητικό σύστημα και άλλα όργανα (έντερο, ενδοθήλιο, μυοκάρδιο) σε περιπτώσεις ψυχο-συναισθηματικής και νοητικής διέγερσης.
- Μέσω των υποδοχέων τους επιδρούν στη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος, & οργανικών συστημάτων.
- Επηρεάζουν τη συμπεριφορά και τη λειτουργία του νευροενδοκρινικού συστήματος και των οργανικών συστημάτων.
- Πιθανά οφείλονται για την «επένδυση» των αισθήσεων με συναισθήματα
- Συμμετέχουν στη διαδικασία της μνήμης

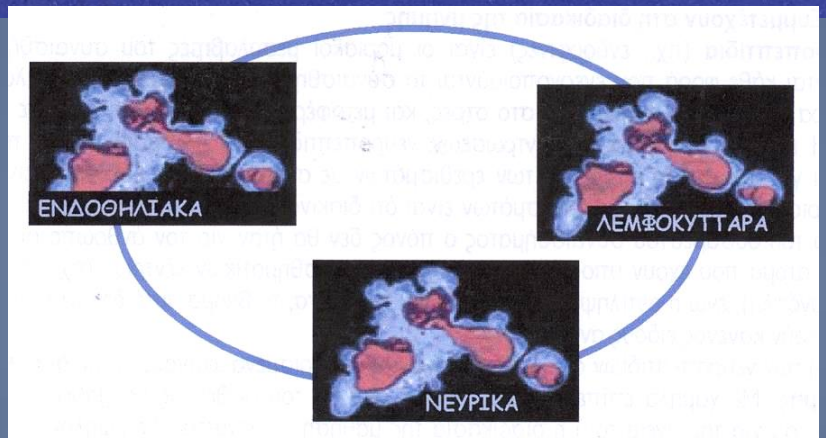


(Schulkin 1999)

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΝΕΥΡΟΠΕΠΤΙΔΙΑ





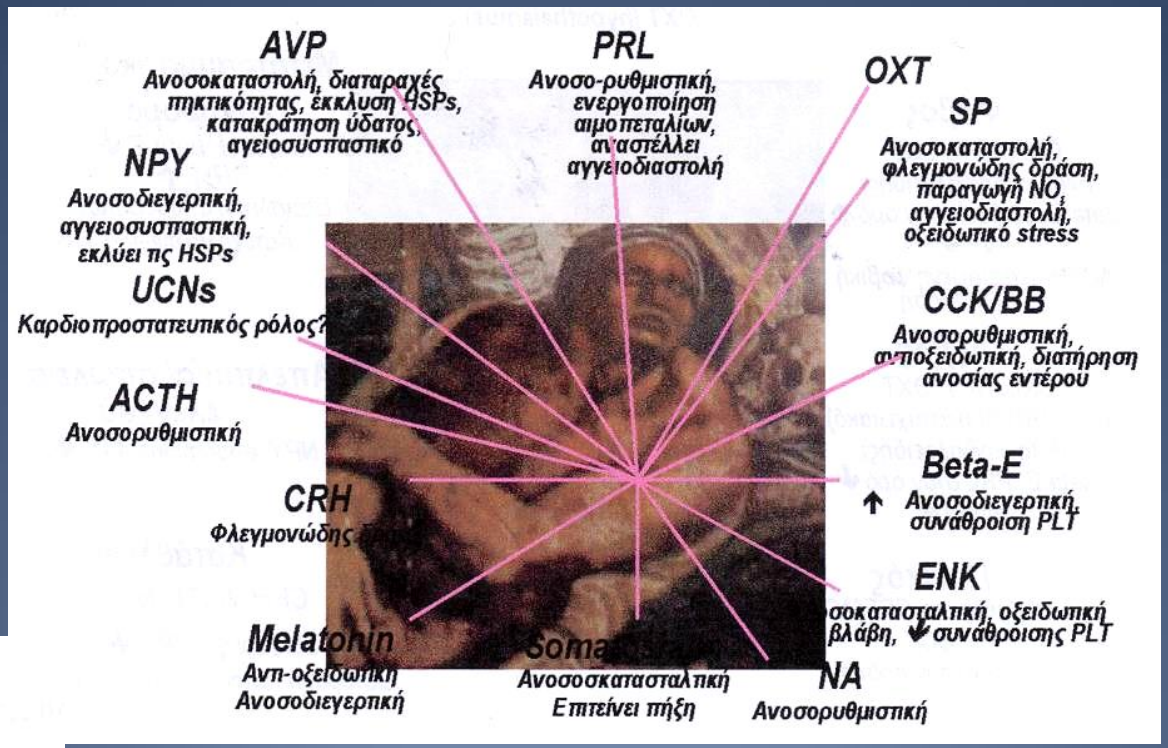
ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΝΕΥΡΟΠΕΠΤΙΔΙΑ ΚΑΙ STRESS



ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΝΕΥΡΟΠΕΠΤΙΔΙΑ ΚΑΙ ΝΟΣΟΣ





ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

ΥΠΟΘΑΛΑΜΟΣ, ΥΠΟΦΥΣΗ, ΕΠΙΦΥΣΗ

ΚΑΘΟΛΙΚΟΙ ΡΥΘΜΙΣΤΕΣ ΨΥΧΟΣΩΜΑΤΙΚΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

ΝΕΥΡΟΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ STRESS

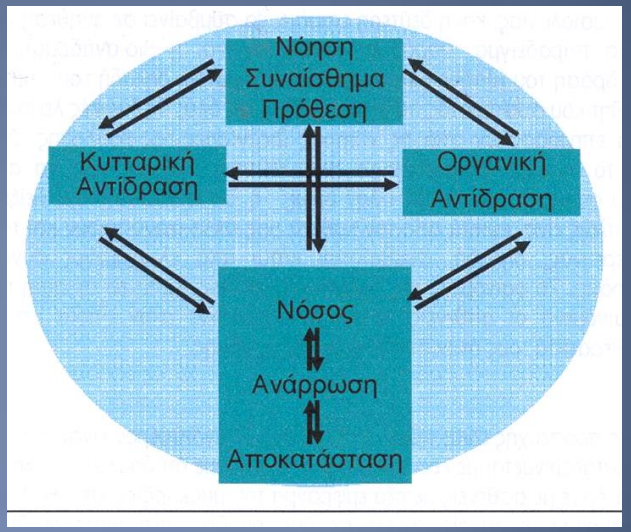
ΜΕΤΑΙΧΜΙΑΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ- ΠΡΟΜΕΤΩΠΙΑΙΟΣ ΛΟΒΟΣ-ΙΠΠΟΚΑΜΠΟΣ

Κάθε μορφή stress μεταφράζεται σε ΟΡΓΑΝΙΚΟ STRESS

Κάθε μορφή stress μεταφράζεται σε ΚΥΤΤΑΡΙΚΟ STRESS

Η κυτταρική ανταπόκριση στα υψηλά επίπεδα stress αποτελεί κλειδί για την έναρξη και εξέλιξη της νόσου





(Fink & Evans 2002, Lin & Hopf 2003).

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ

Η μακρόχρονη ενεργοποίηση της αντίδρασης του stress είναι παθογόνος:

- **Αθηρωμάτωση, καρδιοπάθεια, Ανακοπή, Υπερλιπιδαιμία,**
- **Σακχαρώδης διαβήτης τύπου ΙΙ**
- **Αγγειακά εγκεφαλικά επεισόδια, θρόμβωση**
- **Πεπτικά έλκη, κολίτιδα, ανορεξία, βουλιμία**
- **Αδυναμία ανάπτυξης, οστεοπόρωση**
- **Αναπαραγωγική δυσλειτουργία, αποβολή**
- **Νευρωνική βλάβη**
- **Επιβάρυνση διαδικασίας γήρανσης**
- **Καταστολή της ανοσιακής απόκρισης**



ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ



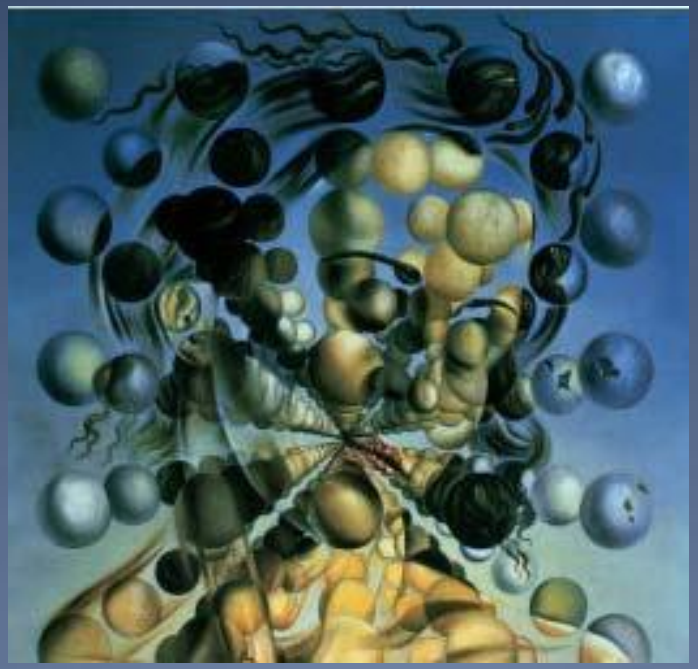
- Μεταβολές της διάθεσης (της ψυχολογικής κατάστασης) μπορεί να είναι πρόδρομες ενδείξεις μεταβολών στη φυσιολογία.

- Τα συναισθήματα και οι ψυχονοητικές διεργασίες δε μπορούν να διαχωριστούν από το σώμα.

- Ο γνωστός αφορισμός «μην ανησυχείς, δεν είναι παρά ψυχολογικό» δεν φαίνεται να έχει καμιά ουσιαστική βάση, καθώς σε επίπεδο συστημάτων, κυτταρικό και μοριακό τα όρια μεταξύ του σωματικού-βιολογικού και του ψυχικού δεν φαίνεται να υφίστανται.

- Το σημαντικό στη θεωρία του stress (και γενικά της ψυχονοητικής βάσης της νόσου), εκτός από τη λειτουργία του ως εκκλυτικός παράγων παθολογίας, είναι ότι όλες οι καταστάσεις διαταραχής της υγείας συνοδεύονται από stress, το οποίο λειτουργεί ως επιπρόσθετος επιβαρυντικός παράγων.

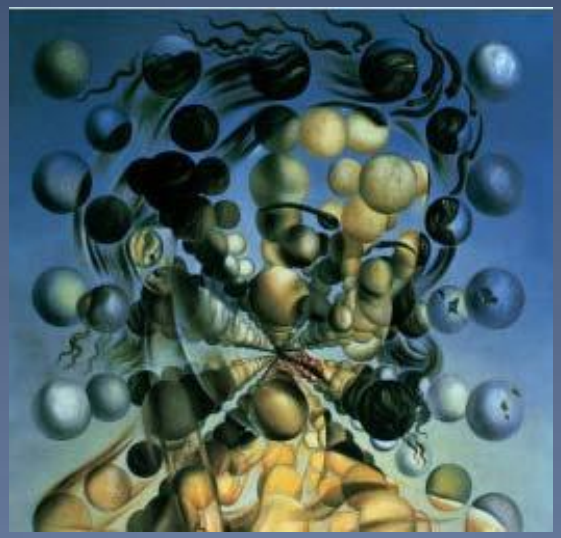
ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



Το άτομο είναι μεγαλύτερο, πολυπλοκότερο και διαφορετικό από το άθροισμα των μερών του

(Αριστοτέλης, Μεταφυσικά)

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

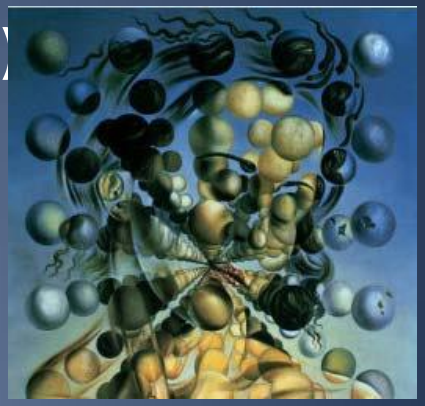


- Το πώς θα εκδηλωθεί η νόσος, ή το πώς θα εξελιχθεί η ανάρρωση ενός ατόμου, δεν εξαρτώνται τόσο από τα επιμέρους νοσολογικά χαρακτηριστικά του παθογόνου παράγοντα, ή τις παθοφυσιολογικές αλλοιώσεις των οργάνων του ατόμου, αλλά από **το ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ το άτομο ως σύνολο**.

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Αυτό το σύνολο περιλαμβάνει πλήθος χαρακτηριστικών:

- Οργανικά, βιοχημικά, γενετικά
- Τρόπο σκέψης
- Συναίσθημα
- Πεποιθήσεις
- Παράγοντες κινητοποίησης (κίνητρα)
- Πρόθεση
- Πνευματική/ θρησκευτική πίστη
- Κουλτούρα
- Τρόπο ζωής
- Σχέσεις
- Κοινωνικό περιβάλλον, πηγές υποστήριξης
- Ρόλους
- Εμπειρίες

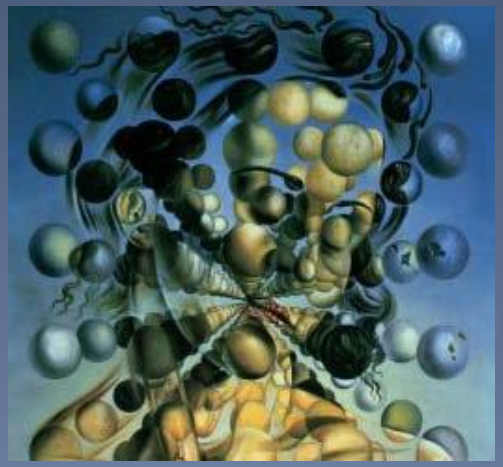


Με βάση τα χαρακτηριστικά του ατόμου διαφοροποιούνται οι Διαστάσεις του Βιώματος Νόσησης

Σωματοαισθητικές
- συμπτώματα - αισθήσεις

Νοητικές
– κατανοητό/ ακατανόητο
– εφικτό/ ανέφικτο
– με νόημα/ ή χωρίς

Συναισθηματικές
– χαρά/ απελπισία
– αποδοχή/ αποστροφή/ άρνηση
– αισιοδοξία/φόβος
– προσμονή/ σύγχυση

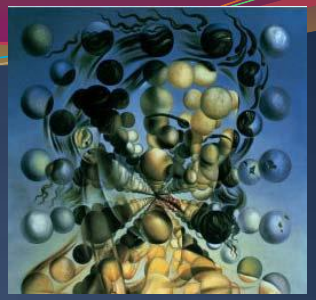


Κοινωνικές
– κουλτούρα
– απόδοση νοήματος

Πνευματικές
– διάρθρωση νοήματος
– αξίες
– πίστη
– επιλογές
– επίτευξη δυναμικού

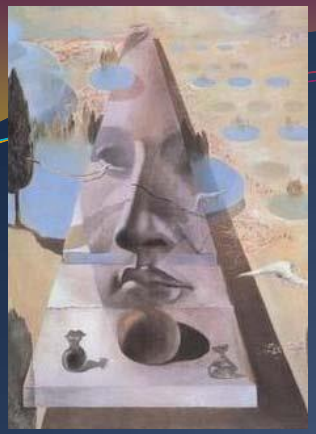


ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

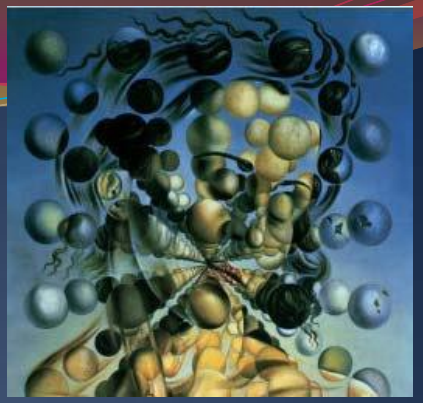


Κάθε νοσηλευτής ο οποίος λαμβάνει υπ' όψιν του τη ψυχο-νοητική σφαίρα του ατόμου συγχρόνως με την οργανική του κατάσταση δεν είναι απαραίτητα ολιστικός νοσηλευτής.

Ο τελικός σκοπός της ολιστικής νοσηλευτικής είναι η θεραπεία, βασισμένη κατά κύριο λόγο στην κατανόηση της λειτουργίας της σωματονοητικής μηχανής του ανθρώπου και την ουσία του να είσαι άνθρωπος.



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



ΘΕΡΑΠΕΙΑ

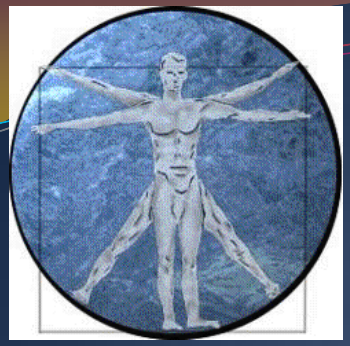
- Επιστροφή στη φυσική κατάσταση ακεραιότητας και ολότητας.
- Εναρμόνιση των διαστάσεων του εαυτού (σώμα-νους-πνεύμα) μέσω επίτευξης μιας κατάστασης εσώτερης γνώσης που **οδηγεί στην ισορροπία**
- Οδηγεί σε υψηλότερο (πολυπλοκότερο) επίπεδο αυτο-αντίληψης και διάρθρωσης νοήματος.
- Επίτευξη κατάλληλης σχέσης/ ισορροπίας
- Μπορεί να είναι σύγχρονη, αλλά δεν είναι συνώνυμη με τη γιατρειά (ίαση)

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



ΘΕΡΑΠΕΙΑ-ΙΑΣΗ

- Οι δύο έννοιες είναι διαφορετικές
- Θεραπεία μπορεί να επιτευχθεί χωρίς απαραίτητα να υπάρχει ίαση



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΩΣ ΕΠΙΤΕΥΞΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΛΛΗΛΗΣ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ

- **Επίτευξη θεραπείας μπορεί να έχουμε και στον άρρωστο που πεθαίνει.**
- **Ο ασθενής που αποδέχεται το αναπότρεπτο του θανάτου του, εξισορροπεί τη σχέση του με τα μέλη της οικογένειας, εξισορροπεί τις δικές του προσωπικές προσδοκίες, κατανοεί το νόημα και το πνευματικό περιεχόμενο της νόσου του και πεθαίνει σε κατάσταση ηρεμίας και γαλήνης έχοντας ζήσει με νόημα τις τελευταίες μέρες του πάνω στη γη, βιώνει τη θεραπεία, σε αντίθεση με αυτόν που φεύγει μέσα στην άρνηση και μέσα στο θρήνο**

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



ΘΕΡΑΠΕΙΑ

- Αρχική παραδοχή της Ολιστικής Νοσηλευτικής είναι το **Αυτοθεραπευτικό Δυναμικό του Ατόμου**
- Η θεραπεία είναι μια φυσική εγγενής ικανότητα του ατόμου



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

ΛΟΓΙΚΗ ΚΑΙ ΠΑΡΑΔΟΞΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Δουλεύει, αλλά…..πώς;

- Η πρώτη συμβαίνει μέσα στα πλαίσια των αποδεκτών μηχανισμών της φυσιολογίας,
- Η δεύτερη επιμένει να συμβαίνει σε αντίθεση με αποδεκτούς μηχανισμούς
- Ένα από τα ενδιαφέροντα **φαινόμενα του δυτικού πολιτισμού** σε σχέση με τη θεραπεία είναι ότι πρώτα ρωτάμε ποιος είναι ο μηχανισμός με τον οποίο δουλεύει μία θεραπεία και ύστερα ρωτάμε εάν είναι αποτελεσματική.
- **Προϋπόθεση, δηλαδή, για να αποδεχθούμε ένα θεραπευτικό αποτέλεσμα είναι να κατανοήσουμε το μηχανισμό του**, ωσάν να γνωρίζαμε όλους τους μηχανισμούς του σύμπαντος.
- Εξαιτίας αυτής της **«αλαζονικής» μας στάσης** μιλάμε για «λογική» και «παράδοξη» θεραπεία..

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

ΤΟ ΦΑΙΝΟΜΕΝΟ PLACEBO

- Αυτοθεραπευτικό φαινόμενο ως αποτέλεσμα της πεποίθησης του ατόμου
- Θεραπευτική επίδραση αδρανών παραγόντων που δεν εξηγείται με βάση τους φυσιολογικούς μηχανισμούς
- Αναπόσπαστο τμήμα κάθε θεραπευτικής παρέμβασης.
- Υπολογίζεται ότι οφείλεται για το 5-30% του θεραπευτικού αποτελέσματος



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



Η ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ PLACEBO

- Βασίζεται στις προσδοκίες- θετικές προβλέψεις διατυπώσεις
- Βασίζεται στην αντίληψη του ατόμου
- Λειτουργεί βάσει της αρχής εξαρτημένης ανταπόκρισης (όπως τα εξαρτημένα αντανακλαστικά)
- Όταν ο μηχανισμός εξηγηθεί, η επίδραση αντιστρέφεται
- Συμβαίνει τόσο σε σχέση με χορήγηση ουσιών όσο και με παρεμβάσεις/ επεμβάσεις
- Διαμεσολαβείται από έκκριση συγκεκριμένων πεπτιδίων (π.χ., ενδορφινών για την αναλγησία)



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Η ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΑ ΤΟΥ PLACEBO

- Εξαρτάται από τα κίνητρα
- Εξαρτάται από την κουλτούρα του ατόμου, και τις κρατούσες αντιλήψεις για μια συγκεκριμένη νόσο.
- Μπορεί να προκαλέσει συμπτώματα παρενεργειών και στέρησης.
- Ενδέχεται να ρυθμίζει την αντίδραση οξείας φάσης (δηλ.,της αντίδρασης σε τραύμα/ φλεγμονή).

Nocebo

- Τοξική/ επιζήμια επίδραση μιας αδρανούς ουσίας/ παρέμβασης όταν ο αποδέκτης της ουσίας/ παρέμβασης διατηρεί αυτήν την πεποίθηση



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

ΠΑΡΕΜΒΑΤΙΚΗ-ΥΠΑΡΞΙΑΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

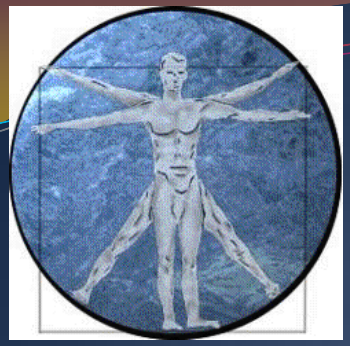


Παρεμβατική θεραπεία

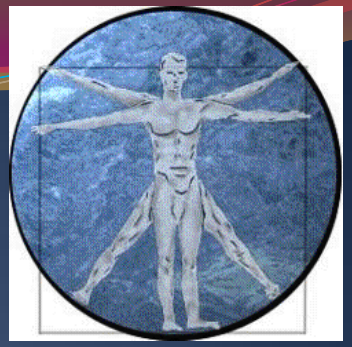
Προϋποθέτει συγκεκριμένη παρέμβαση.

Υπαρξιακή θεραπεία:

- **Δεν περιλαμβάνει παρέμβαση.**
- **Επιτυγχάνεται μέσα από το ίδιο το άτομο με επίτευξη μιας κατάστασης ισορροπίας.**
- **Είναι ανεξάρτητη από τον χρόνο: δεν είναι προβλέψιμο πόσο χρόνο θα απαιτήσει, μπορεί να είναι ακαριαία (θαυματουργή θεραπεία) ή μπορεί να χρειαστεί πολύ χρόνο**



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

- Είναι η θεραπεία της ολότητας του ατόμου
- Η άσκηση της ολιστικής Νοσηλευτικής βασίζεται στο σύνολο της Νοσηλευτικής γνώσης, έρευνας, θεωρίας και δεξιοτήτων
- Βασίζεται στη διαίσθηση και δημιουργικότητα ως πηγές γνώσης
- Προϋποθέτει την υιοθέτηση αυτο-φροντίδας εκ μέρους των νοσηλευτών

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ



Τι ΕΙΝΑΙ;

- **Η Νοσηλευτική φροντίδα που βασίζεται στην πεποίθηση ότι οι μεταβολές στη βιο-φυσική και ψυχοκοινωνική σφαίρα του ατόμου συμβαίνουν πάντα σε συνδυασμό και ταυτόχρονα.**
- **Διαχείριση της οργανικής ανταπόκρισης επιδρώντας πάνω στη συνείδηση του ατόμου και όχι μόνο πάνω στη βιοχημεία του.**

ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ



Τι ΔΕΝ είναι:

- Η απλή αντιμετώπιση ψυχοκοινωνικών προβλημάτων παράλληλα με τις σωματοβιολογικές διαστάσεις της φροντίδας (και το αντίθετο)
- Η απλή εφαρμογή συμπληρωματικών εναλλακτικών τεχνικών (complementary alternative therapies (CAT).
- Η ψυχο-νοητική θεραπεία και αποκατάσταση νοήματος.

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΔΙΠΟΛΟ: ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΑΤΟΜΟ

Ο Νοσηλευτής ως θεραπευτικό μέσο



Η έννοια του διαπροσωπικού εαυτού

θεωρείται ότι η ψυχονοητική σφαίρα ενός ατόμου ή μιας ομάδας ατόμων μπορεί να δράσει πάνω σε ένα άλλο άτομο και να πετύχει θεραπεία.

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ

- Κεντρική έννοια στη θεραπεία.
- Τρόπος προσέγγισης που μεταδίδει σεβασμό και εκτίμηση για το άτομο και την αξία του.
- Ποιότητα σχέσης που αντανακλά συνεργασία και συντροφικότητα και όχι παρεμβατικότητα.
- Κοινή εμπειρία θεραπευτή και νοσούντος που προάγει το θεραπευτικό δυναμικό και την αίσθηση ευεξίας
- Δημιουργία «θεραπευτικού πεδίου» στο προσωπικό και διαπροσωπικό τομέα ώστε το άτομο να νιώσει ασφαλές και να υπάρξει ευκαιρία εξισορρόπησης/ επούλωσης.



(ΑΗΝΑ, 2000)

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ

- **Θεραπευτική προσέγγιση βασισμένη πάνω στις ανάγκες, αξίες και στόχους του ατόμου. Δε μπορεί να υπάρξει θεραπεία χωρίς φροντίδα.**

- **Συμπεριφορά που δηλώνει ενδιαφέρον, ευθύνη, υπομονή, ευαισθησία και σεβασμό με κατεύθυνση θεραπευτική.**

- **Διαπροσωπική διεργασία κατά την οποία ο Νοσηλευτής υποβοηθεί, υποστηρίζει και ενδυναμώνει το άτομο με σκοπό την αναγνώριση ή/και κάλυψη αναγκών** ***(Leininger, 1991)***.



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

- **Η θεραπεία λαμβάνει χώρα διαμέσου του νοσηλευτή (*M. Escher*)**
- **Η θεραπεία γίνεται ευκολότερη όταν συμβεί ΚΑΙ ΜΕΣΑ στο νοσηλευτή**
- **Βοηθά τον ασθενή να έρθει σε επαφή με την έμφυτη αυτο-θεραπευτική ικανότητα**

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ

- διαθέσιμος/προσπελάσιμος, ακρόαση, συνειδητοποίηση του προνομίου να συμμετέχει στη διαδικασία νόσου/υγείας του άλλου,
- προσφορά του εαυτού
- το άτομο συνειδητοποιεί ότι η παρουσία του Νοσηλευτή είναι σημαντική

ΕΠΕΞΕΡΓΑΣΙΑ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

Μέριμνα κάλυψης πνευματικών αναγκών, υποστήριξη του ατόμου στο βίωμα των πνευματικών επιδράσεων της νόσου

ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

Δημιουργία θεραπευτικού περιβάλλοντος με έμφαση στο σύνολο και τις λεπτομέρειες

<u>Θεραπευτικό Περιβάλλον</u>

- Φυσικό περιβάλλον
- Δυναμική σχέσεων με συνεργάτες
- Δυναμική σχέσεων με ασθενείς



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ

- Συνειδητοποίηση και επεξεργασία προσωπικών τραυμάτων, σκέψεων, συναισθημάτων, αξιών και κινήτρων
- Συνειδητή επιλογή να συμμετέχει στην εμπειρία του άλλου
- Ισορροπημένη, και παραγωγική σχέση με τους άλλους (θεραπευτική ομάδα, λοιπό προσωπικό, σημαντικά πρόσωπα του ατόμου)

ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ



ΣΧΕΣΗ ΜΕ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ

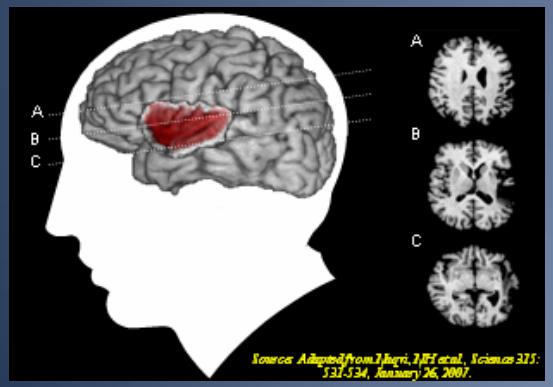
- Ο νοσηλευτής είναι υπεύθυνος για την επεξεργασία των προσωπικών του αντιδράσεων στη νόσο, και για την επούλωση των δικών του τραυμάτων.
- Αυτογνωσία και αυτο-συνείδηση προαπαιτούνται για την παροχή φροντίδας σε άλλους

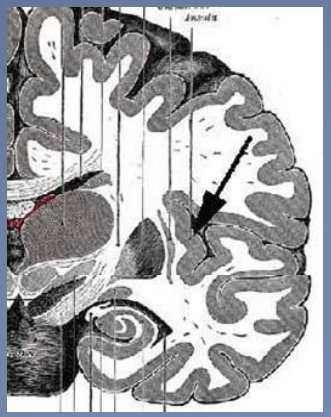
Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

ΔΙΑΙΣΘΗΣΗ

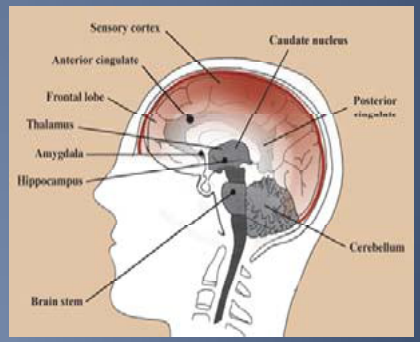
- Η άμεση αντίληψη γνώσης αντικειμένων και καταστάσεων χωρίς συνειδητή χρήση λογικής επεξεργασίας.
- Μπορεί να περιλαμβάνει λήψη πληροφοριών μέσω όλων των αισθητηριακών και αντιληπτικών οδών
- ΚΛΙΝΙΚΗ ΔΙΑΙΣΘΗΣΗ: Διεργασία μέσω της οποίας γνωρίζουμε κάτι για το άτομο που νοσηλεύουμε, παρότι δεν μπορούμε να το εκφράσουμε επαρκώς λεκτικά, και δεν μπορούμε να καθορίσουμε την πηγή της γνώσης.

Νησίδα και Διαίσθηση



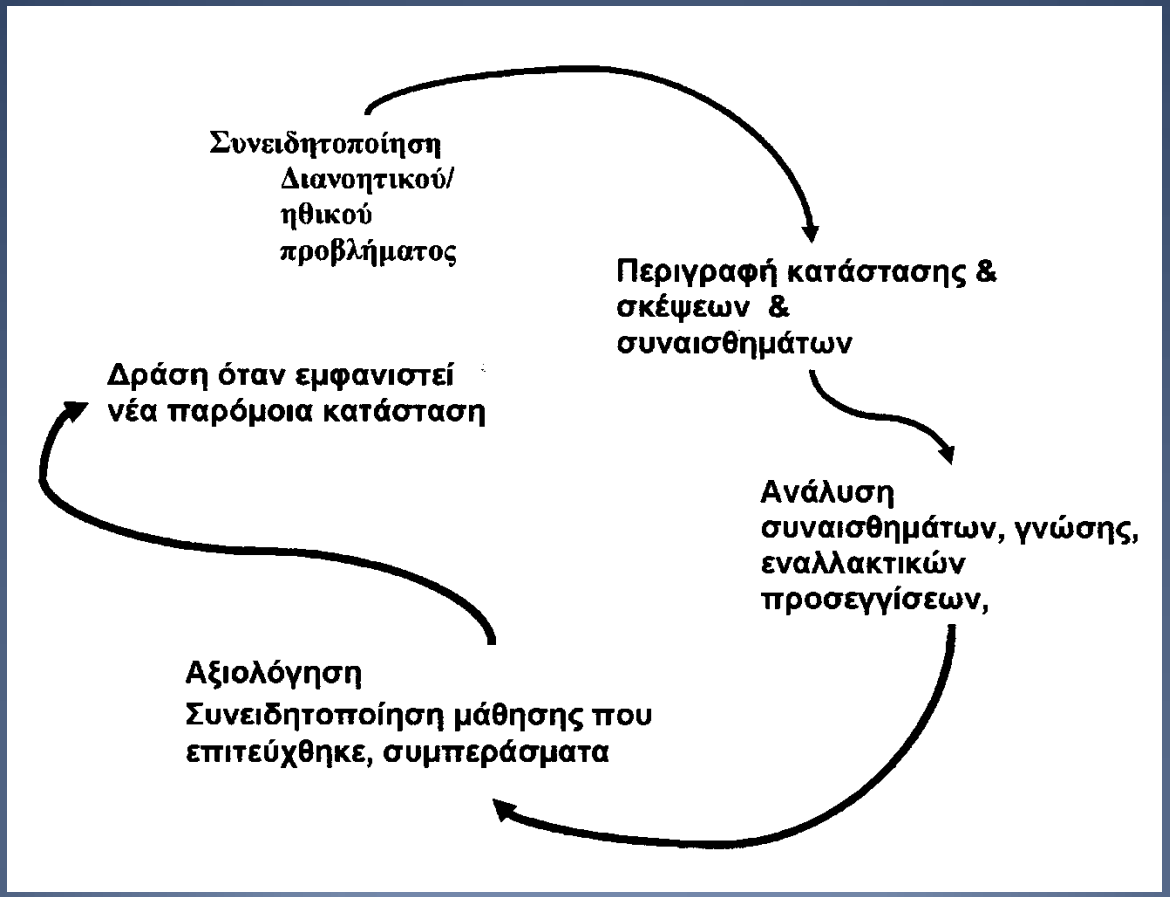


Πρόσθιο Τμήμα Έλικος Προσαγωγείου



Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

ΚΥΚΛΟΣ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΤΙΚΟΥ ΛΟΓΙΣΜΟΥ



Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ



ΚΥΚΛΟΣ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΤΙΚΟΥ ΛΟΓΙΣΜΟΥ

Αισθητική γνώση

Τι προσπαθώ να πετύχω, πώς αντιδρώ & γιατί; ποιες οι επιπτώσεις για τον ασθενή,

επιστήμη…; Πώς ένοιωθαν αυτά τα άτομα; Πώς το ξέρω;

Προσωπική γνώση

Πώς ένοιωσα; Τι εσωτερικοί παράγοντες με επηρεάζουν;

Ηθική γνώση

Οι ενέργειές μου είναι σε συμφωνία με τα πιστεύω μου; Γιατί όχι;

Εμπειρική γνώση

Η επιστημονική γνώση σε σχέση με την κατάσταση.

Διαλεκτική

Τι εναλλακτικές υπάρχουν; Μπορώ να χειριστώ την κατάσταση καλλίτερα; Τι θα κάνω στο μέλλον σε παρόμοιες καταστάσεις για να προκύψουν καλλίτερα αποτελέσματα για τον ασθενή και για μένα (άλλους);.

Ο ΝΟΣΗΛΕΥΤΗΣ- ΘΕΡΑΠΕΥΤΗΣ

ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΣ ΑΝΑΣΤΟΧΑΣΜΟΣ



ΣΤΟΧΟΙ

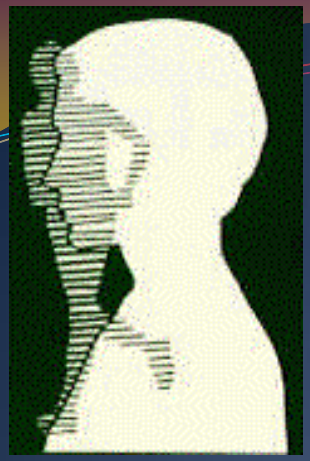
- **Επεξεργασία και απόδοση/αποκατάσταση νοήματος στις εμπειρίες**
- **Αποσαφήνιση κινήτρων/ στόχων**
- **Ενδυνάμωση**
- **Διαχείριση στρες**

ΑΡΧΕΣ-ΠΑΡΑΔΟΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ



Συνοψίζοντας…….

- Το «όλον» υπερβαίνει το άθροισμα των μερών του
- Μεταβολή σε ένα τμήμα επιφέρει μεταβολή στο «όλον»
- Η φύση της μεταβολής στο «όλον» δε μπορεί να προβλεφθεί από την μεταβολή στο επιμέρους τμήμα
- Η θεραπευτική διαδικασία είναι έμφυτη στο άτομο. Τάση προς ισορροπία και δημιουργία κατάλληλης σχέσης
- Η θεραπεία μπορεί να συμβεί χωρίς ίαση. Η ίαση μπορεί κάποτε να μην είναι δυνατή. Η θεραπεία είναι πάντα εφικτή.
- Η Υγεία και η Νόσος είναι αδιαχώριστες. Είναι, και οι δύο, φυσικές και απαραίτητες.
- Τα ζωντανά συστήματα δεν βρίσκονται σε μια σταθερή κατάσταση ισορροπίας, αλλά συχνά λειτουργούν εκτός ισοζυγίου. Η σταθερότητα εμπεριέχει τη μεταβολή.
- Οι σχέσεις μεταξύ των μερών ενός ζωντανού συστήματος, είναι μη γραμμικές, εκτείνονται προς όλες τις κατευθύνσεις και είναι περίπλοκες.
- Τα συμπτώματα μιας νόσου είναι σημάδια της απόπειρας του συστήματος να επανέλθει σε ισορροπία.
- Οι σκέψεις τα συναισθήματα και οι πράξεις επηρεάζουν την κατάσταση υγείας του ατόμου.
- Ο τύπος της προσωπικότητας επηρεάζει την κατάσταση υγείας.



ΑΡΧΕΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

Κάθε θεραπεία προέρχεται από τη μοναδική σωματο-νοητική ολότητα του ατόμου

Η νοσηλευτική είναι Τέχνη, και για να είναι τέχνη απαιτεί τέτοια αποκλειστική αφιέρωση και τόσο εντατική προετοιμασία, όσο και το έργο του ζωγράφου ή του γλύπτη… γιατί τι είναι ο άψυχος μουσαμάς ή το μάρμαρο, σε σύγκριση με το να έχεις να κάνεις με το ζωντανό σώμα….

…συχνά νομίζουμε ότι η ιατρική είναι θεραπεία, αλλά δεν είναι τέτοιο πράγμα. Η ιατρική είναι η επέμβαση στις λειτουργίες του σώματος, όπως και η χειρουργική είναι η επέμβαση στα όργανα και στα άκρα. Δε μπορεί να κάνει τίποτε παρά να αφαιρέσει κωλύματα, ούτε μπορεί να θεραπεύσει. Μόνο η φύση θεραπεύει…

Fl. Nightingale

Η ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗ ΩΣ ΘΕΡΑΠΕΙΑ



ΔΗΛΩΣΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑΣ, ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΩΝ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ

Σύμφωνα με τον Ν. 2121/1993 και τη Διεθνή Σύμβαση της Βέρνης (που έχει κυρωθεί με τον Ν. 100/1975) απαγορεύεται η αποθήκευση του παρόντος αρχείου σε βάση δεδομένων, η αναδημοσίευση, η αναμετάδοσή του σε ηλεκτρονική ή μηχανική ή άλλη μορφή και γενικά η αναπαραγωγή του με οποιοδήποτε τρόπο, συνολικά ή τμηματικά ή περιληπτικά, στο πρωτότυπο ή σε μετάφραση ή άλλη διασκευή. Κατ' εξαίρεση τα ανωτέρω επιτρέπονται κατόπιν προηγούμενης γραπτής άδειας της διδάσκουσας Καθηγήτριας Μαργαρίτας Γιαννακοπουλου.

Η αποτύπωση σε υλικό φορέα του περιεχομένου της επικοινωνίας κατά τη χρήση μεθόδων σύγχρονης/σε ταυτόχρονο χρόνο (live streaming) και ασύγχρονης (e-class ΕΚΠΑ) τηλεκπαίδευσης (e-learning), με τηλεφωνικά ή άλλα ηλεκτρονικά μέσα χωρίς τη συναίνεση των συμμετεχόντων στην επικοινωνία διώκεται ποινικά.

Όλοι οι συμμετέχοντες στο Μάθημα αναγνωρίζουν και σέβονται τη σημασία των δεδομένων προσωπικού χαρακτήρα και υποχρεούνται να συμμορφώνονται με τις διατάξεις του Γενικού Κανονισμού Προστασίας Προσωπικών Δεδομένων 2016/679/ΕΚ (για περισσότερες πληροφορίες βλ. τη διαδικτυακή σελίδα της Αρχής Προστασίας Δεδομένων Προσωπικού Χαρακτήρα www.dpa.gr).

ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΒΙΩΜΑΤΟΣ ΝΟΣΗΣΗΣ

- ***Σωματοαισθητικές***

συμπτώματα – αισθήσεις

- ***Νοητικές***

κατανοητό/ ακατανόητο
εφικτό/ ανέφικτο
με νόημα/ ή χωρίς

- ***Συναισθηματικές***

χαρά/ απελπισία
αποδοχή/ αποστροφή/ άρνηση
αισιοδοξία/φόβος
προσμονή/ σύγχυση

- ***Κοινωνικές***

κουλτούρα
απόδοση νοήματος

- ***Πνευματικές***

διάρθρωση νοήματος
αξίες
πίστη
επιλογές
επίτευξη δυναμικού

Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

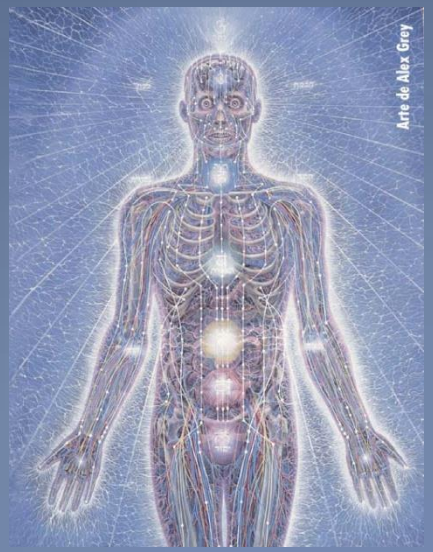
ΑΓΓΙΓΜΑ

•*απλό*

• *θεραπευτικό*





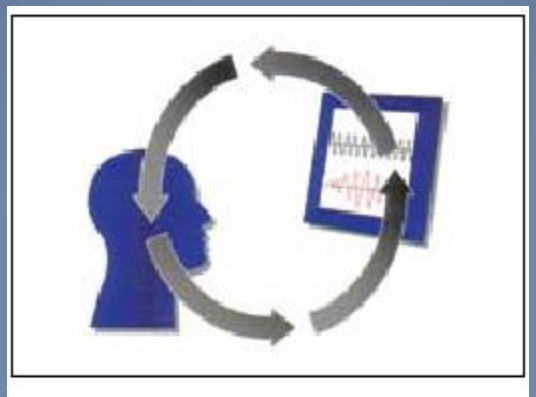


- *μείωση stress*
- *μείωση πόνου*
- *ζωτικά σημεία*
- *ανοσολογικοί παράμετροι*
- *βελτίωση βιώματος*
- *βελτίωση ψυχοσυνδρόμου*
- *προαγωγή επούλωσηζ*

Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

ΒΙΟΑΝΑΔΡΑΣΗ

- Μέθοδος με την οποία διδάσκεται ο έλεγχος διαφόρων βιολογικών λειτουργιών του σώματος με τη βοήθεια ειδικών μηχανημάτων που τις καταγράφουν.
- Ο ασθενής λαμβάνει με ειδικά ηλεκτρόδια, συνδεδεμένα με το κεντρικό μηχάνημα, την τροφοδότηση των πληροφοριών (feedback) για το τι συμβαίνει στο σώμα του.
- Στόχος της εκπαιδευτικής θεραπείας με τη βιοανάδραση είναι να διδαχθεί ο ασθενής αυτοελεγχόμενες επιδεξιότητες με τις οποίες επιχειρεί την τροποποίηση της έντασης μιας βιολογικής λειτουργίας σε επιθυμητά επίπεδα



Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ

ΕΙΚΟΝΟΠΟΙΗΣΗ-ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟΣ

ΠΡΟΣΕΥΧΗ

ΧΙΟΥΜΟΡ





Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

Είναι μία μορφή πνευματικής συγκέντρωσης που επιτυγχάνεται με τη βαθιά χαλάρωση, την απομάκρυνση κάθε σκέψης και εξωτερικών ερεθισμάτων από τη συνειδητότητα του υποκειμένου.



ΨΥΧΟ- ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ

- ↓ **Μεταβολισμός, Αρτηριακή Πίεση**
- ↓ **Κορτιζόλη, γαλακτική ρίζα**
- ↓ **Χοληστερόλη**
- ↓ **Ελεύθερες ρίζες O2**
- ↓ **Στρες, ευερεθιστότητα**
- ↓ **Βιολογική ηλικία**
- ↑ **δερματική αντίσταση (↓ στο στρες)**
- ↑ **Όγκος εγκεφαλικής φαιάς ουσίας**
- ↑ **Αυτοεκτίμηση**
- ↑ **Μνήμη, συγκέντρωση**
- ↑ **Δημιουργικότητα**

Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ



ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΣΗ ΧΑΛΑΡΩΣΗΣ

Το αντίθετο της αντίδρασης στρες

- **Μείωση του μεταβολισμού**
- **Μείωση καρδιακής συχνότητας**
- **Μείωση πίεσης**
- **Ελάττωση της εγκεφαλικής δραστηριότητας**
- **Βελτίωση ανοσολογικής ικανότητας**
- **Κυτταρικές επιδράσεις αντίθετες του στρες**

Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

ΕΙΚΟΝΟΠΟΙΗΣΗ

Χρήση φαντασίας για την συγκέντρωση του νου σε θετικές νοητικές εικόνες που επικεντρώνονται σε ένα θεμιτό αποτέλεσμα, είτε έχουν ως σκοπό να διεγείρουν μια φυσιολογική θεραπευτική διεργασία





Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

ΠΡΟΣΕΥΧΗ



- Η προσευχή ενδεχόμενα επιτείνει το αυτό-θεραπευτικό δυναμικό του ατόμου.
- Ερευνητικές μελέτες εστιάζουν στη θετικότερη κλινική πορεία ατόμων που πιστεύουν και στο ρόλο του νοσηλευτή στην υποστήριξη των εκφράσεων πίστης.

Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική

ΧΙΟΥΜΟΡ



ΓΕΛΙΟ

- Ευνοϊκή επίδραση στην οξυγόνωση και στη λειτουργία του καρδιαγγειακού:
- Ενεργοποιεί τα φυσικά φονικά ανοσιακά κύτταρα, δηλαδή την ομάδα κυττάρων που καταπολεμά τους ιούς και τον καρκίνο,
- Αυξάνει τους αριθμούς των ενεργοποιημένων Τ κυττάρων τα οποία βρίσκονται σε ετοιμότητα να αντιμετωπίσουν λοιμώξεις και τραυματισμούς, αυξάνει τα επίπεδα των ανοσοσφαιρινών
- Αυξάνει τα επίπεδα κυττοκινών και μεταβάλλει τα επίπεδα νευροπεπτιδίων
- Μειώνει τα επίπεδα της κορτιζόλης, ντοπαμίνης και αδρεναλίνης, των κλασικών δηλαδή ορμονών του στρες.

Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική



ΝΕΥΡΟΠΕΠΤΙΔΙΑ
Συμπερασματικά…..

- Η συμμετοχή του εγκεφάλου στα φαινόμενα της νόσου μπορεί να παρομοιαστεί με ένα εσωτερικό φαρμακείο. Τα συναισθήματα και γενικά η αντίληψη της κατάστασης «κατεβάζουν» ορισμένα φάρμακα από το ράφι και τα διοχετεύουν στην κυκλοφορία.
- Ανάλογα με το πως αισθανόμαστε, διαφορετικά «φάρμακα»- ορμόνες θα διοχετευθούν στο αίμα μας για να επηρεάσουν το σύνολο των λειτουργιών του οργανισμού.
- Εάν φοβόμαστε, οι ορμόνες αυτές μπορεί να είναι τοξικές, εάν έχουμε ελπίδα, μπορεί να προάγουν την επούλωση.
- Το ρόλο του «εσωτερικού φαρμακείου» παίζει τόσο ο υποθάλαμος-υπόφυση, όσο και στο σύνολό του όλος ο εγκέφαλος και σε μικρότερο βαθμό όλα τα όργανά μας, ως και το ενδοθήλιο των αγγείων μας.
- Οι ορμόνες αυτές που εκκρίνονται από τον εγκέφαλο βρίσκονται ακόμη υπό μελέτη.

Εναλλακτικές Πρακτικές στην Ολιστική Νοσηλευτική



Συμπερασματικά…..

- **Το φαινόμενο αυτό αποτελεί και την οργανική βάση της ολιστικής αρχής της νοσηλευτικής, και πρακτικών όπως η ψυχολογική υποστήριξη, η θεραπευτική διαπροσωπική σχέση κτλ.**
- **Πρέπει να γίνει σαφές ότι η ψυχολογική υποστήριξη, ή η νοητική προετοιμασία ενός ασθενούς κατά τη νοσηλεία του δεν εξυπηρετεί μόνο ανθρωπιστικούς σκοπούς- να τον κάνει δηλαδή να αισθάνεται μεγαλύτερη ασφάλεια και αισιοδοξία.**
- **Οι υποστηρικτικές αυτές τεχνικές φαίνεται ότι έχουν σαφή ευεργετικά οργανικά αποτελέσματα σε κυτταρικό και κλινικό επίπεδο, όπως δείχνουν πολλές ερευνητικές μελέτες.**