**112/2021. sz. Et. 5. sz. melléklete**

**2. számú Szadai Felnőtt Háziorvosi Szolgálat éves beszámolója**

**2021.08.31.**

1. **Lakosság megrendítő egészségi állapota sokat javult a tavalyi helyzethez képest**

A szadai lakosság egészségi állapota továbbra is igen rossz helyzetben van, habár a helyzet valamelyest javult a 2020-as év statisztikásához képest:

* Magasvérnyomás (hypertensív) betegség: 595 fő - 35% (2020 - 41%)
* Ischaemiás szívbetegség: 301 fő – 18% (2020 - 22%)
* Zsír anyagcsere rendellenességei: 276 fő – 16% (2020 - 23%)
* Spondylopathiák és egyéb dorsopathiák (gerinc porckorong sérv): 266 fő – 16% (2020 - 19%)
* Diabetes mellitus (cukorbetegség): 212 fő – 12% (2020 - 15%)
* Pajzsmirigy rendellenességei: 137 fő – 8% (2020 - 10%)
* Rosszindulatú daganatok: 91 fő – 5% (2020 - 7%).

Összesen 2 644 krónikus gondozott betegséget kezelünk, ami statisztikailag azt jelenti, hogy minden egyes bejelentett lakosnak átlagosan 1,5 krónikus betegsége van (2 644/1 700 = 1,56).

Ez a szám tavaly (2020-ban) még 2 887 volt, ami a tavalyi létszámhoz képest (1.460 fő) azt jelentette, hogy minden egyes betegnek átlagosan 2,0 krónikus betegsége volt.

Miközben a praxisba bejelentett lakosok létszáma 240 fővel nőtt (+16%-os növekedés), addig a krónikus betegségek teljes száma 243 darabbal csökkent (-8%-os mérséklés).

Természetesen a valóságban még léteznek egészséges lakosok is – első sorban a fiatalabb 20-40 éves korosztályban, de az idősebb lakosok körében a krónikus betegségek halmozódása figyelhető meg:

* 40-50 évesek: jellemzően 2-3 krónikus betegség,
* 50-65 évesek: jellemzően 3-4 krónikus betegség,
* 65 év fölött: jellemzően 5 vagy annál több krónikus betegség.

Alábbi táblázat tartalmazza a praxisban gondozott összes krónikus betegségcsoport előfordulását, nemi eloszlását és százalékos arányát a teljes praxishoz képest (1 700 fő).

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Betegség csoportok** | **Férfi** | **Nő** | **Összesen** | **%** |
| **(1700 Fő)** |
| **01. Rosszindulatú daganatok (C00-C97)** | **40** | **51** | **91** | **5%** |
| 02. A Vér és Vérképző szervek betegségei | 15 | 35 | 50 | 3% |
| 03. Vashiányos anaemia (D50) | 4 | 17 | 21 | 1% |
| **04. Pajzsmirigy rendellenességei (E00-E07)** | **25** | **112** | **137** | **8%** |
| **05. Diabetes mellitus (E10-E14)** | **104** | **108** | **212** | **12%** |
| 06. Egyéb endocrin mirigyek rendellenességei (E20-E350) | 1 | 10 | 11 | 1% |
| **07. Lipoprotein anyagcsere rendellenességei és egyéb lipidaemiák (E72)** | **142** | **134** | **276** | **16%** |
| 08. Pszichoaktív szer használata által okozott viselkedészavarok (F10-F19) | 17 | 2 | 19 | 1% |
| 09. Ebből: Alkohol okozta mentális és viselkedészavarok (F10) | 13 | 2 | 15 | 1% |
| 10. Schizophrenia, schizotypiás és paranoid rendellenességek (F20-F29) | 2 | 2 | 4 | 0% |
| 11. Mentális retardatio (F70-F79) | 4 | 1 | 5 | 0% |
| 12. Extrapyramidalis és mozgási rendellenességek (G200-G26) | 1 | 3 | 4 | 0% |
| 13. Ebből: parkinson-kór (G20) | 1 | 3 | 4 | 0% |
| 14. Alzheimer-kór (G30) | 0 | 0 | 0 | 0% |
| 15. Sclerosis multiplex (G35) | 0 | 1 | 1 | 0% |
| 16. Epilepsia (G40) | 10 | 7 | 17 | 1% |
| 17. Átmeneti agyi ischaemiák és cerebrovascularis betegségek (G45,G46) | 5 | 16 | 21 | 1% |
| 18. A szemlencse betegségei (H25-H28) | 10 | 20 | 30 | 2% |
| 19. Zöldhályog (glaucoma) (H40-H42) | 14 | 27 | 41 | 2% |
| 20. Vakság és csökkentlátás (H54) | 0 | 0 | 0 | 0% |
| 21. Vezetéses típusú, idegi eredetű és egyéb hallásvesztés (H900-H91) | 2 | 4 | 6 | 0% |
| 22. Idült rheumás szívbetegségek (I05-I09) | 0 | 0 | 0 | 0% |
| **23. Magasvérnyomás (hypertensív) betegségek (I10-I15)** | **309** | **286** | **595** | **35%** |
| **24. Ischaemiás szívbetegségek (I20-I25)** | **143** | **158** | **301** | **18%** |
| 25. Szívbetegségek egyéb formái közül (I34-I39) | 13 | 6 | 19 | 1% |
| 26. Cerebrovascularis betegségek (I60-I69) | 29 | 46 | 75 | 4% |
| 27. Idült alsó légúti betegségek közül (J40-J47) | 56 | 70 | 126 | 7% |
| 28. Asthma (J45) | 26 | 39 | 65 | 4% |
| 29. Gyomor-, nyombél-, gastrojejunális fekély (K25-K20) | 3 | 0 | 3 | 0% |
| 30. Nem fertőzéses vékony- és vastagbél gyulladás (K52-K52) | 11 | 10 | 21 | 1% |
| 31. A máj betegségei (K70-K77) | 19 | 11 | 30 | 2% |
| 32. Ebből: alkoholos májbetegség (K70) | 5 | 2 | 7 | 0% |
| 33. Seropositiv és egyéb rheumatoid arthritis (M05,M00) | 2 | 7 | 9 | 1% |
| 34. Fiatalkori izületi gyulladás (M08) | 0 | 1 | 1 | 0% |
| 35. Köszvény (M10) | 27 | 5 | 32 | 2% |
| 36. Deformáló hátgerinc-elváltozások (M40-M43) | 10 | 24 | 34 | 2% |
| **37. Spondylopathiák (M45-M49) Egyéb dorsopathiák (M50-M54)** | **111** | **155** | **266** | **16%** |
| 38. A csontsűrűség és csontszerkezet rendellenességei (M80-M85) | 10 | 76 | 86 | 5% |
| 39. Glomerularis és renális betegségek (N00-N08),(N10-N16) | 2 | 3 | 5 | 0% |
| 40. Veseelégtelenség (N17-N19) | 3 | 1 | 4 | 0% |
| **Összesen (2021):** | **1 189** | **1 455** | **2 644** | **156%** |
| **Összesen (2020):** | **1 357** | **1 530** | **2 887** | **92%** |

1. **COVID „járvány” és hatása a rendelő működésére**

A COVID járvány 2021 tovább változtatta a háziorvosi rendelőnk működését:

* Covid fertőzéstől való félelem jelentős terhet ró a háziorvosi munkára – eddig is mindig előforduló enyhe megfázások, köhögések, hasmenések stb. esetén a betegek ijedten telefonálnak a rendelőbe, Covid fertőzéstől félve. Ezen betegek napi nyugtatása, valamint az állam által biztosított Covid PCR teszt megrendelése nagyban nehezíti a háziorvosi munkát. A fenti többlet terhelés 2020 októbertől folyamatosan megfigyelhető, akár a 2021 nyári hónapjaiban, de jelentősen gátolja a háziorvosi rendelés zavartalan működését a járványos időszakban, pld. 2020 október-november vagy 2021 március-április, amikor a médiában naponta többször említették a több ezer napi fertőzött vagy több száz napi halott számát.
* 2021 februártól elkezdődött Covid oltás szabályszerűen megbénította a rendelő működését 2021 március-május hónapokban – átlagosan napi 2-3 óra túlóra és a háziorvosi gondozási feladatok elhanyagolása mellett tudtuk csak biztosítani a Covid oltások lebonyolítását a háziorvosi körzetünkben. Nem csak a Covid oltások kivitelezése jelentette a túlterhelésünket, de az oltások megszervezése, csak több órás telefonos egyeztetéssel volt megvalósítható, valamint a munkát nehezíttette, hogy egy fárasztó oltási nap után még 1-1,5 óra adminisztráció következett, amikor csak manuálisan tudtuk felvinni minden adott oltással kapcsolatos adatot az EESZT-be.
* a praxisba bejelentkezett közel 1.700 betegből 1.187 beteg részesült Covid oltásban, ami azt jelenti, hogy a **felnőtt lakosság 69,8%-a már beoltott**, ami meghaladja az országos átlagot.
* betegek jelentős részben telefonon intézik az apróbb orvosi kéréseket: rendszeresen szedett gyógyszerek felírása, beutaló kérése laborban vagy szakorvoshoz, néhány napos táppénz intézése, stb.
* ha panaszaik vannak, vagy személyesen meg akarják beszélni a vérnyomásuk, laborértékeik változását, akkor időpontot kérnek, így irányítható, kezelhető a napi betegforgalom, jelentős részben el tudjuk kerülni a tömegjeleneteket a váróban.
* a lakosság gyakorlatilag 100%-a elfogadta az elektronikus recept intézményét, a rendszer minimális kimaradásokkal működik (5 hónap alatt csak 2 alkalommal 2-3 óráig nem működött az EESZT) és még a rendelőben történő személyes megjelenéskor sem kérik a nyomtatott recepteket, így gyorsabban, csendesebben és környezetkímélőbben működik a lakosság gyógyszer ellátása.

1. **Lakosság életmód változtatásának első hatásai**

Az első pontban részletezett, szadai lakosság lesújtó egészségi állapotának javításában, a szakszerű orvosi ellátás mellett, az egészséges életmódra nevelésben látom a fő megoldást.

A civilizációs betegségek, valójában életmód betegségek – a jelenkori, modern életmódunk okozza őket. A tapasztalatom az, hogy a civilizációs betegségeket nem lehet gyógyszerekkel megoldani. Az életmód betegségeket - csak életmód változtatással lehet megoldani, megelőzni és kezelni!

Az egészséges életmód 3 alappilléren nyugszik:

* egészséges táplálkozás, amely ellentétes azzal, amit a hivatalos propaganda sulykol,
* rendszeres testmozgás, valamint
* vitamin, ásványi anyag és omega-3 zsírsav pótlás.

Őszintén hiszek abban, hogy az emberek egészségének megőrzéséhez az egészségügyi tájékoztatáson, egészséges életmódra nevelésen, valamint a krónikus betegségek szakszerű gondozásán keresztül vezet az út, így a mindenkori háziorvos tud a legtöbbet tenni a szadai lakosság testi és lelki egészségéért.

**1 év alatt 100 fölötti betegnél sikerült jelentős életmód váltást elérnem**, ami lehetővé tette több gyógyszer adagjának csökkentését, vagy akár teljes elhagyását – mindezt javuló közérzet, hangulat, munkabírás és labor leletek mellett. Ezt a munkát a jövőben is szeretném folytatni, a klasszikus háziorvosi feladatok ellátása mellett.

Ezzel is magyarázható, hogy **amíg tavaly még átlagosan 1,97 krónikus betegsége volt minden egyes bejelentett lakosnak, addig az idén „csak” 1,56**! Természetesen még van hova fejlődnünk.