

Raskausdiabetes

Simulaatioharjoitus

2015

Alku


- * Tähän simulaatioharjoitukseen tarvitaan vähintään kaksi opiskelijaa, joista toinen on terveydenhoitaja ja toinen raskaana oleva nainen.
- * Halutessaan harjoitukseen voidaan ottaa myös esimerkiksi toinen terveydenhoitaja tai isää näyttelevä opiskelija. Harjoitukseen voidaan valita myös opponentit, jotka arvioivat harjoituksen onnistumista.
- * Simulaatioympäristössä on yleensä tarvittavat välineet valmiina: pöytä ja tuolit. Harjoitukseen voi ottaa myös mukaan ohjausmateriaalia, esim. raskausdiabetesopas ja muita oheisvälineitä, kuten verensokeri- ja verenpainemittari, virtsaliuskoja yms.

Esitiedot

Terveydenhoitajan vastaanotolle tulee 28-vuotias ensisynnyttäjä Tiina, joka on raskausviikolla 12+6. Edellisellä neuvolakäynnillä Tiinan virtsan glukoosipitoisuus on ollut yhdellä plussalla. Silloin päädyttiin seuraamaan tilannetta ja jatkoa katsottaisiin sen mukaan, mitä glukoosi seuraavalla neuvolakäynnillä näyttäisi.

Nyt Tiinan tullessa vastaanotolle virtsa oli jälleen plussalla, virtsaliuska näyttää gluk++. Koska virtsassa oli jo toistamiseen glukoosia, aloitetaan asiakkaalle yleensä verensokerin kotimittaus ja varataan aika sokerirasitukseen.

Miten toimit ja ohjaat Tiinaa, kun häneltä löytyy jo toistamiseen sokeria virtsasta?




Tiinan tullessa kolmannelle neuvolakäynnille, on hän jo käynyt sokerirasituksessa ja hänellä on todettu raskausdiabetes. Raskausdiabetes ei ole Tiinalle entuudestaan juurikaan tuttu asia, joten hän kaipaa tukea ja ohjausta.

Miten lähdet ohjaamaan Tiinaa, kun hänellä on todettu raskausdiabetes?

Asiakkaan ohjaus

- * Kerrotaan Tiinalle, mitä tarkoittaa, kun virtsasta löytyy glukoosia eli sokeria.
- * Kerrotaan Tiinalle, miksi hänelle aloitetaan verensokerin omaseuranta ja mikä merkitys säännöllisillä mittauksilla on.
- * Ohjeistetaan Tiinaa VRS-mittarin käytössä ja millä tavalla omaseuranta toteutetaan.
- * Kerrotaan Tiinalle, mitä sokerirasituskoete tarkoittaa ja mitä se pitää sisällään.

- 
- * Kerrataan Tiinan kanssa sokerirasituskokeen tulokset.
 - * Kerrotaan Tiinalle, mitä raskausdiabetes tarkoittaa, miten se vaikuttaa odottavaan äitiin, synnytykseen ja sikiön sekä syntyvän lapsen terveyteen.
 - * Annetaan Tiinalle elintapaohjausta: ruokavalio ja liikunta. Huomioidaan erityisesti raskauden aikaiset rajoitteet ravitsemuksessa ja liikunnassa.
 - * Kerrotaan mahdollisesta insuliinihoidosta.
 - * Tuetaan ja tsemptään Tiinaa positiivisessa ilmapiirissä. Tärkeää on, ettei ohjaus ole syyllistävä.
 - * Lopuksi kerrotaan, miten raskausdiabetesta huomioidaan äitiysneuvolakäynneillä sekä synnytysosastolla ja raskauden jälkeen.

Simulaatioharjoituksen purku

Harjoituksen purku voidaan tehdä heti harjoituksen päätyttyä. Harjoituksen purun jälkeen käydään läpi, mitä asioita harjoituksessa olisi pitänyt huomioida, jotta opiskelijoille jäisi oikea kuva ohjauksen sisällöstä.

Simulaatioharjoituksen purku

- * Opettaja aloittaa keskustelun kysymyksellä, esim. **Mistä harjoituksessa oli kyse?**
- * Tämän jälkeen ohjataan keskustelua tarkentavien kysymysten avulla. Esim. **Miten ohjaus onnistui? Mitä oli tärkeää ottaa huomioon?**
- * Tässä vaiheessa annetaan puheenvuoro mahdollisille opponenteille.
- * Tämän jälkeen kysytään, **mitä asioita he olisivat voineet tehdä toisin tai olisiko ollut muita ohjausvaihtoehtoja.**
- * Lopuksi voidaan kysyä, mitä eväitä harjoitus antoi työelämään vietäväksi. Voidaan myös kysyä opiskelijoilta mielipiteitä simulaatioharjoituksista ja niiden sisältymisestä opintojaksoon.
- * Vapaavalintainen puheenvuoro.