

המטופל במרכז- קבוצות מיקוד עם מטופלים לזיהוי אתגרים תזונתיים ופתרונם

רונית אנדוולט^{1,2}, יוספה כחל¹, פאינה צודיקוב¹, אורית יונה¹.

אגף התזונה, משרד הבריאות¹, בית הספר לבריאות הציבור באוניברסיטת חיפה².

רקע

תחלואה-כרונית מהווה אתגר בפני מערכת-הבריאות ובפני הפרט המתמודד עם מחלה לאורך שנים רבות עם עליות ומורדות מבחינות רבות. הפן התזונתי הוא החלק בו למטופל קיימת תחושה של יכולת השפעה הרבה ביותר מאחר והשפעתו על בחירת התרופות קטנה יחסית. מגוון הטיפולים התזונתיים הקיימים בשוק מהווים אתגר למטופל ולמערכות הבריאות בבחירת הטיפול המתאים ביותר לפרט.

מטרה

הכרות עם עולם הידע התזונתי והאתגרים התזונתיים העומדים בפני המטופלים הסובלים מתחלואה כרונית

שיטות

התקיימו מספר קבוצות מיקוד של מטופלים השייכים לארגון גג של עמותות לעזרה עצמית של מתמודדים עם תחלואה כרונית, נרשמו עיקרי הדברים ואוחדו לתמות מרכזיות.

תוצאות

התמות-המרכזיות שעלו: מחלות-כרוניות דורשות התייחסות תזונתית ויש התעלמות של הרופאים מהנושא. שינויים תזונתיים מיטיבים עם המחלה, קיים חיפוש אחר תזונה מתאימה למחלות השונות ופונים לעיתים למטפלים לא מוכרים כולל נטורופטיים. קיימות בעיות ספציפיות של תחלואה המחייבת תזונה מוגבלת כמו בצליאק והבעיות המרכזיות הן בעיקר באוכלוסייה במגזרים השונים. קיימות דיאטות רבות שאנשים עובדים על פיהם למשל בטרשת נפוצה יש שימוש בדיאטה מסוימת (פרי וולס) דיאטות רו-פוד, דיאטות נטולות גלוטן וחלב. במחלות אחרות דיאטות פליאוליתיות כמו מחלת מפרקים. בעת מתן טיפול תרופתי אין התייחסות להשלכות התזונתיות למשל בעת מתן סטרואידים לא תמיד אומרים שיש להימנע מסוכר ומלח. יש שימוש נרחב בתוספי תזונה ללא כל פיקוח או הנחיה מקצועית, הרבה הולכים למטפלים שונים שנותנים הדרכה תזונתית לרב לא לדיאטניות ויש הגבלות תזונתיות ניכרות, הקו המאפיין את כולן זה הורדת מזון מעובד ומזונות עם אינדקס גליקמי גבוה. בחלק מהמקרים יש הטבה שנובעת מירידה במשקל ואימוץ הרגלי אכילה הדוקים. פייסבוק מהווה מקור עשיר למידע לרב העמותות. לחולים יש קבוצות פייסבוק פנימיות סודית שרק החברים יכולים לראות ושם יש מקור מידע רב על שיטות טיפול כולל תזונתיים חלקן ניסיוניות או המתבססות על תיאורי מקרה.

סיכום ומסקנות

התזונאים והצוות המטפל אינם ערים למידע הרב הקיים בקרב המטופלים ולמקורותיו וחשוב להנגיש את המידע ולאפשר למטופלים מידע וטיפול תזונתי מותאם שלא יסכן את בריאותם.