

altenpflege.de Edition

Trumpieji vadovėliai slaugos mokymams - senyvo amžiaus žmonių slaugos dėmesio centras

Theo Ahrens

Įrodymais pagrįsta slauga senatvės priežiūroje (EBN)

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliografiniai duomenys

Theo Ahrens – Trumpa biografija

Theo Ahrens, gimęs 1979 netoli Miuncheno, yra slaugos profesijų mokytojas ir aktyvus slaugymo pedagogas. Po savanoriškų socialinių metų ligoninėje jis baigė sveikatos ir slaugos specialybę ir vertingą profesinę patirtį kaupė intensyviosios terapijos skyriuje. Paskatintas noro perduoti žinias, studijavo slaugos pedagogiką ir nuo 2009 m. dirba mokytoju vienoje profesinėje mokykloje Miunchene. Theo žinomas dėl savo praktinio ir empatiško mokymo, kuriuo ruošia būsimuosius slaugos specialistus jų reikalaujančiai profesijai. Asmeniškai jis gyvena su žmona ir dviem vaikais Berlyne ir savanoriškai siekia geresnių sąlygų slaugos mokyme.

Šią trumpą mokomąją knygelę sudarė jo pamokų mokymo planai panaudojant dirbtinį intelektą. Vertimas atliktas automatiškai.

Išleido altenpflege.de

Kaina DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Pasiūlymus ir pastabas prašome siųsti adresu team@altenpflege.de.

1/1-2412181528

Turinys

1	Įvadas 4
1.1	Šio glausto vadovėlio apie įrodymais pagrįstą slaugą (EBN) tikslai 4
1.2	EBN reikšmė senyvo amžiaus žmonių slaugoje. . . . 4
1.3	Slaugytojų vaidmuo taikant REM. . . . 5
2	Įrodymais grindžiamo slaugos pagrindai (EBN) 6
2.1	Evidence-based Nursing (EBN) kilmė 6
2.2	EBN tikslai ir principai 6
2.3	Skirtumai tarp įrodymais pagrįstos slaugos (EBN) ir patirties žinių. . . . 7
2.4	EBN svarba slaugos praktikoje 8
3	EBN proceso 6 žingsniai 9
3.1	1 žingsnis: Užduoties formulavimas ir klausimo suformulavimas 9
3.2	2 žingsnis: Literatūros paieška 9
3.3	3 žingsnis: Įrodymų kritinis vertinimas 10
3.4	4 žingsnis: Įrodymų įgyvendinimas slaugos praktikoje 11
3.5	5 žingsnis: Įvykdytų priemonių vertinimas 12
3.6	6 žingsnis: Slaugos praktikos dokumentavimas ir tobulinimas 13
4	PICO metodas tyrimų klausimams formuluoti 14
4.1	PICO metodo apibrėžimas ir tikslas 14
4.2	PICO metodo dalys 14
4.3	Pavyzdžiai klausimams, taikant PICO metodą 15
4.4	PICO metodo taikymas senatvės priežiūroje 16
5	Literatūros paieška įrodymais pagrįstai slaugai 18
5.1	Sistemingos literatūros paieškos svarba 18
5.2	Šaltiniai ir duomenų bazės EBN. . . . 18
5.3	Paieškos strategijos ir raktažodžių paieška 19
5.4	Skirtumai tarp pirminių ir antrinių šaltinių 20
6	Kritiškas įrodymų vertinimas 21
6.1	Įrodymų vertinimo apibrėžimas ir reikšmė 21
6.2	Kriterijai studijų kokybės vertinimui 21
6.3	Įrodymų lygių skirtumai 22
6.4	Iškraipymų ir metodinių klaidų (šališkumo) vengimas 23
7	Įrodymais pagrįstos slaugos įgyvendinimas slaugos praktikoje 24
7.1	Iššūkiai ir kliūtys diegiant EBN 24
7.2	Strategijos, kaip įveikti įgyvendinimo kliūtis 25
7.3	Slaugos komandos dalyvavimas įgyvendinant EBN 26
7.4	Pavyzdžiai, kaip EBN taikomas senyvo amžiaus žmonių priežiūroje 26
8	EBN priemonių vertinimas 28
8.1	Evalvacijos reikšmė slaugos praktikoje 28
8.2	Rodikliai priemonių veiksmingumui įvertinti 28
8.3	Metodai vertinimui 29
8.4	Dokumentacija ir slaugos praktikos tobulinimas 29
9	Vaidmenys ir atsakomybės įrodymais pagrįstoje slaugoje 31
9.1	Slaugytojų vaidmuo taikant EBN 31
9.2	Slaugos vadovybės ir vadybos vaidmuo įgyvendinant EBN 32
9.3	Tarpdisciplininio bendradarbiavimo reikšmė 32
9.4	Pagalba išorės ekspertų 33
10	EBN reikšmė slaugos kokybei 35
10.1	EBN ir kokybės vadybos sujungimas 35
10.2	EBN taikymas klaidų prevencijai ir rizikos mažinimui 35
10.3	EBN reikšmė slaugos proceso planavimui ir slaugos rezultatams 36
10.4	EBN indėlis į pacientų saugos didinimą 37
11	Įrodymais pagrįstos slaugos pavyzdžiai senyvo amžiaus žmonių priežiūroje 38
11.1	Sturzprävention durch evidenzbasierte Maßnahmen 38
11.2	Dekubitų profilaktika, paremta moksliniais įrodymais 39
11.3	Higienos priemonės infekcijoms išvengti 40
11.4	Mitybos valdymas esant nepakankamai mitybai 41
12	Etiniai ir teisiniai aspektai, susiję su įrodymais grindžiama slauga 42
12.1	Pacientų autonomijos svarba taikant EBN 42
12.2	Slaugytojų atsakomybė įgyvendinant EBN priemones 42
12.3	Duomenų apsauga ir konfidencialumas renkant ir vertinant duomenis 43
12.4	Teisiniai pagrindai 44
13	Iššūkiai įgyvendinant EBN slaugos praktikoje 46
13.1	Trūkstant laiko išteklių ir laiko spaudimas slaugos praktikoje 46
13.2	Trūkstant žinių ir mokymai apie EBN 47
13.3	Etiniai konfliktai įgyvendinant EBN 47
13.4	Technologiniai iššūkiai 48
14	Mokymai ir kvalifikacijos kėlimas apie įrodymais pagrįstą slaugą 50
14.1	EBK kompetencijų skatinimą orientuoto tęstinio mokymosi svarba 50
14.2	Mokymų turinys 51
14.3	Mokymo metodai 51
14.4	Slaugos mokymo įstaigų vaidmuo EBN mokymuose 52
15	Tyrimai ir naujos įrodymais pagrįstos slaugos srityje 53
15.1	Slaugos tyrimų reikšmė EBN plėtrai 53
15.2	Pavyzdžiai apie naujausius tyrimų rezultatus slaugos srityje 53
15.3	Inovacijos slaugos praktikoje per EBN 54
15.4	Slaugytojų dalyvavimas mokslinių tyrimų projektuose 55
16	Atvejų pavyzdžiai ir praktiniai pritaikymai 57
16.1	Atvejo pavyzdys: EBN taikymas griuvimų prevencijai 57
16.2	Atvejo pavyzdys: EBN taikymas pragulų profilaktikai 58
16.3	Atvejo analizė: Įrodymais pagrįstos mitybos priemonės esant mitybos nepakankamumui 59
16.4	Refleksija apie slaugos praktiką remiantis atvejų pavyzdžiais 60
17	Savirefleksija ir slaugos praktikos tobulinimas 61
17.1	Savirefleksijos svarba gerinant slaugos kokybę 61
17.2	Refleksija apie savo slaugos praktiką, atsižvelgiant į įrodymų pagrindu paremtą slaugą (EBN) 61
17.3	Slaugos praktikos plėtojimas taikant EBN 62
17.4	Supervizija ir kolegialios konsultacijos įgyvendinant EBN 63

1 Įvadas

1.1 Šio glausto vadovėlio apie įrodymais pagrįstą slaugą (EBN) tikslai

Ši trumpa mokomoji knyga siekia kelis tikslus, siekdama suteikti jums gilų supratimą apie įrodymais pagrįstą slaugą (EBN) ir pagerinti jūsų profesinius įgūdžius senyvo amžiaus žmonių priežiūroje

Pirmiausia knyga siekia supažindinti jus su EBN pagrindais ir principais. Jūs gausite žinių apie kilmę ir reikšmę praktikoje, kad galėtumėte priimti pagrįstus sprendimus slaugoje. Naudodamiesi konkrečiais pavyzdžiais ir procesais, išmoksite sujungti tradicines patirties žinias su moksliniais atradimais

Kitas tikslas yra struktūruoto požiūrio per EBN procesą perteikimas. Šis procesas apima šešis svarbius žingsnius, nuo klausimo formulavimo iki dokumentacijos ir priežiūros praktikos tobulinimo. Tai leidžia jums dirbti sistemiškai ir pagrįstai įrodymais

Knyga taip pat siekia paaiškinti jums praktinį metodų taikymą siekiant pagerinti priežiūros kokybę. Tai apima gerai žinomus požiūrius, tokius kaip PICO metodas, skirtas tyrimo klausimų formavimui, įrodymų kritiniam vertinimui ir literatūros paieškos technikoms

Be to, siekiama sukurti supratimą apie galimus iššūkius ir kliūtis EBN įgyvendinime bei strategijas, kaip juos įveikti. Pasitelkiant atvejų analizes ir praktikos pavyzdžius, jūs išmoksite, kaip EBN gali būti konkrečiai įgyvendinamas senyvo amžiaus žmonių priežiūroje

Galiausiai pabrėžiama nuolatinio mokymosi svarba. Mokomoji knyga parodo, kaip galite tobulinti priežiūros praktiką per mokymąsi ir savirefleksiją. Ji taip pat sutelkia dėmesį į etikos ir teisėtvarkos aspektus, kurie yra būtini profesionaliai veiklai

Apibendrinant, ši mokomoji knyga siekia suteikti jums reikalingus įrankius ir žinias, kad sėkmingai taikytumėte EBN savo kasdieninėje praktikoje ir pagerintumėte priežiūros kokybę

1.2 EBN reikšmė senyvo amžiaus žmonių slaugoje.

Evidence-based Nursing (EBN) yra esminės svarbos senelių priežiūroje, siekiant tvariai pagerinti priežiūros kokybę. Senelių priežiūroje svarbiausia yra gyventojų individualūs poreikiai ir gerovė. EBN leidžia planuoti ir vykdyti slaugos veiksmus, remdamasi geriausiais turimais įrodymais. Tai užtikrina efektyvesnius ir našesnius priežiūros procesus.

Taikant EBN senelių priežiūroje, galima pasiekti geresnių sveikatos priežiūros rezultatų, nes galima moksliniais pagrindais spręsti sveikatos problemas. Slaugos specialistai gali, pavyzdžiui, sumažinti riziką, tokią kaip pragulos ir kritimai, pasitelkdami naujausius tyrimų rezultatus ir taikydami juos praktikoje.

Be to, EBN skatina pritaikyti slaugą naujiems atradimams ir besikeičiančioms sąlygoms. Senelių priežiūroje itin svarbu dirbti pagal naujausius mokslo pasiekimus, kad būtų galima patenkinti sudėtingus ir dažnai lėtinius gyventojų sveikatos poreikius. EBN padeda integruoti mokslines žinias į kasdienę praktiką.

Taip pat EBN stiprina profesionalumą ir atsakomybę senelių priežiūroje. Slaugytojai raginami kritiškai vertinti, ar dabartinė praktika atitinka geriausius turimus mokslinius įrodymus. Toks požiūris skatina nuolatinį priežiūros kokybės gerinimą ir padeda vystyti įrodymais pagrįstą slaugos kultūrą.

Apibendrinant, EBN yra būtina senelių priežiūroje, siekiant optimizuoti slaugos praktiką ir užtikrinti gyventojų saugumą bei pasitenkinimą. EBN taikymas reiškia glaudesnę teorijos ir praktikos ryšį, taip užtikrinant aukštos kokybės, mokliškai pagrįstą priežiūrą.

1.3 Slaugytojų vaidmuo taikant REM.

Slaugos darbuotojai yra pagrindiniai veikėjai įgyvendinant įrodymais pagrįstą slaugą (EBN). Jų vaidmuo apima tiek inicijavimą, tiek įgyvendinimą ir vertinimą įrodymais pagrįstą slaugos procesą. Slaugos darbuotojai raginami kritiškai vertinti mokslinius rezultatus ir perkelti juos į praktiką. Šiuo atveju, aktualių mokslinių tyrimų rezultatų taikymas kasdienėje slaugoje yra esminės reikšmės.

Šių užduočių vykdymas reikalauja iš slaugos darbuotojų pagrindinių mokslinių metodų žinių ir gebėjimo kritiškai vertinti slaugos praktiką. Tokiu būdu jie prisideda prie nuolatinio slaugos kokybės atnaujinimo ir tobulinimo. Slaugos darbuotojai veikia kaip jungtis tarp teorijos ir praktikos, taikydami naujas žinias slaugoje ir reguliariai vertindami bei koreguodami nusistovėjusius procesus.

Be to, jie atlieka svarbų vaidmenį tarpdisciplininame bendradarbiavime. Slaugos darbuotojai turi gebėti mokslines žinias suprantamai perteikti, kad skatintų bendradarbiavimą su kitomis sveikatos priežiūros profesijomis. Šis bendradarbiavimas yra būtinas siekiant užtikrinti visapusišką pacientų priežiūrą ir palaikyti žinių perkėlimą į praktinį darbą.

Kitas aspektas yra pavyzdžio rodymas. Slaugos darbuotojai daro įtaką įrodymais pagrįstos slaugos kultūros vystymuisi jų įstaigose per savo veiksmus ir nuostatą. Aktyviai dalyvaudami žinių perdavime ir nuolat tobulindami savo kvalifikaciją, jie prisideda prie sąmoningumo apie įrodymais pagrįstą darbą skatinimo.

Galiausiai, jų vaidmuo taip pat apima dalyvavimą moksliniuose projektuose arba jų palaikymą. Tai leidžia identifikuoti ir atsakyti į praktikos klausimus, taip pat tirti įgyvendinimo strategijų poveikį slaugos kokybei ir pacientų pasitenkinimui. Todėl slaugos darbuotojai yra ne tik naudotojai, bet ir įrodymais pagrįstos praktikos kūrėjai.

2 Įrodymais grindžiamo slaugos pagrindai (EBN)

2.1 Evidence-based Nursing (EBN) kilmė

Evidence-based Nursing (EBN) kilo savo pradžią iš Evidence-based Medicine (EBM), kuri 1990-aisiais įtvirtino naują medicinos praktikos formą. EBM buvo sukurta remiantis Davydo Sackett, Gordono Guyatto ir kitų ekspertų darbais McMaster universitete Kanadoje. Šis požiūris buvo orientuotas į tai, kad medicininiai sprendimai būtų priimami remiantis geriausiais prieinamais moksliniais įrodymais, o ne tik ekspertų patirtimi.

Šis mokslinis metodas greitai buvo pritaikytas ir kitiems sveikatos apsaugos sektoriams, įskaitant slaugą, ir pavadinimas buvo pakeistas į Evidence-based Nursing. Slaugos įtraukimas buvo žingsnis siekiant sistematizuoti slaugos sprendimus, turint tikslą optimizuoti slaugos intervencijas ir padidinti pacientų saugumą.

Įtraukus tyrimų rezultatus ir klinikinę patirtį, papildytą pacientų pageidavimais ir vertybėmis, EBN siekė užpildyti spragą tarp teorijos ir praktikos. Slaugos terapinė nauda grindžiama nuolatiniu tyrimų, praktikos ir sisteminio slaugos procesų peržiūros ciklu. Šis ciklas skatina slaugytojus aktyviai dalyvauti gerinant slaugos kokybę per įrodymais pagrįstus sprendimus ir nuolat vertinti bei tobulinti savo praktiką.

Tarptautiniu mastu EBN domėjimasis nuolat augo, ir atsirado daugybė tinklų bei institucijų, kurios skatino jo plėtrą. Tokios organizacijos kaip Cochrane Nursing Care Field skatino EBN principų taikymą, analizuodamos praktikai svarbius klausimus ir stiprindamos jų suvokimą slaugos bendruomenėje.

Šiandien EBN laikomas esminėmis profesionalios slaugos prielaida ir yra integruotas į daugelį mokymo bei kokybės valdymo programų, nes tai leidžia slaugos specialistams priimti pagrįstus sprendimus, kurie padeda optimaliai rūpintis pacientais.

2.2 EBN tikslai ir principai

Evidence-based Nursing (EBN) siekia pagerinti slaugos kokybę, remdamasi pagrįstais sprendimais. Vienas iš pagrindinių EBN tikslų yra užtikrinti geriausią įmanomą slaugą, remiantis naujausiomis mokslinėmis žiniomis. EBN siekia optimizuoti slaugos procesą, sistemingai integruodama tyrimų rezultatus, klinikinę patirtį ir pacientų pageidavimus.

Vienas iš EBN principų yra geriausių turimų įrodymų naudojimas. Tai reikalauja kritiško tyrimų kokybės vertinimo ir mokslškai patvirtintų slaugos intervencijų taikymo. EBN skatina nuolatinį praktikos tobulinimą nuolatinio vertinimo ir prisitaikymo būdu. Be to, svarbų vaidmenį atlieka tarpprofesinis bendradarbiavimas, nes jis leidžia keistis žiniomis ir į pacientą pažvelgti visapusiškai.

EBN taip pat reiškia pacientų orientuotą slaugą. Tai reiškia, kad slaugos procese turi būti integruoti pacientų norai ir vertybės, siekiant parengti individualius slaugos planus. Kitas principas – autonomijos skatinimas slaugytojams, teikiant mokymus ir prieigą prie aktualios informacijos, taip stiprinant jų profesinius sprendimų priėmimo gebėjimus.

Apibendrinant, EBN tikslai ir principai yra orientuoti į slaugos priemonių kokybės ir saugumo didinimą, pacientų priežiūros individualizavimą ir profesinį slaugytojų tobulėjimą. Šių tikslų ir principų įgyvendinimas padeda slaugytojams efektyviai veikti besikeičiančioje slaugos aplinkoje.

2.3 Skirtumai tarp įrodymais pagrįstos slaugos (EBN) ir patirties žinių.

Evidence-based Nursing (EBN) ir patirtinis žinojimas skiriasi savo požiūriu į slaugos sprendimų priėmimą. EBN remiasi sistemingu mokslinių tyrimų rezultatų naudojimu, siekiant priimti pagrįstus sprendimus. Priešingai, patirtinis žinojimas remiasi asmeniniais išvalgomis ir praktiniais slaugos specialistų kasdienėje profesinėje veikloje įgytais patyrimais.

EBN mokslinis požiūris siekia sistematizuoto metodo, kuris remiasi kontroliniais tyrimais ir objektyviais duomenimis. Sprendimai priimami remiantis geriausia turima įrodymais. Tikslas yra racionalizuoti ir standartizuoti slaugos koncepcijas, siekiant pagerinti pacientų saugumą ir paslaugų kokybę. Įrodymais grindžiama praktika reikalauja, kad slaugos darbuotojai būtų susipažinę su naujausiais tyrimų rezultatais ir įtrauktų juos į savo sprendimų priėmimo procesą.

Patirtinis žinojimas kyla iš praktinio slaugos žinių taikymo bėgant metams. Jis susiformuoja asmeninių vertinimų, intuicijos ir individualių poreikių supratimo, kurie remiasi empatiškais santykiais su slaugomais asmenimis, pagrindu. Toks žinojimas laikomas situaciniu ir lanksčiai pritaikomu, tačiau jam dažnai trūksta objektyvaus patvirtinimo moksliniame įrodyme.

Svarbus skirtumas yra patikrinamumas: EBN leidžia aiškesnį taikomų priemonių stebėjimą per dokumentuotus įrodymus. Patirtinį žinojimą sunkiau dokumentuoti ir perduoti, nes jis remiasi subjektyvia patirtimi. Abu požiūriai gali būti tarpusavyje sujungti. Subalansuotas EBN ir patirtinio žinojimo naudojimas siūlo visapusišką priežiūros strategiją, nes moksliniai įrodymai gali būti papildyti praktine slaugos darbuotojų patirtimi.

EBN ir patirtinio žinojimo sąveika gali taip pat pagerinti slaugos kokybę, derinant EBN pagrįstą griežtumą su patirtinio žinojimo prisitaikymo gebėjimu. Labai svarbu integruoti abu požiūrius į pacientų orientuotą slaugą, siekiant pasiekti optimalius rezultatus slaugomiems asmenims.

2.4 EBN svarba slaugos praktikoje

EBN yra lemiamas slaugos kasdienybėje, nes sudaro pagrindą mokslškai pagrįsti slaugos priemonės. Naudojant įrodymus, slaugytojai gali teikti pirmenybę veiksmingoms intervencijoms, standartizuoti procedūrinės instrukcijas ir taip ženkliai pagerinti slaugos kokybę. Įtraukiant įrodymais pagrįstą praktiką, mažinamos rizikos ir klaidos, atpažįstant ir šalinant nereikalingas ar pasenusias priemones.

EBN sukuria tiltą tarp mokslo ir praktikos, suteikdamas galimybę nuolat analizuoti ir optimizuoti slaugos procesus. Tai skatina dinamišką mokymosi aplinką slaugytojams, kuri yra orientuota į praktinį mokslinių tyrimų rezultatų taikymą. Tai ne tik didina profesionalumą, bet ir pasitenkinimą darbe, kadangi slaugytojai gali priimti įrodymais pagrįstus sprendimus, kurie prisideda prie globojamų asmenų gerovės.

Dar vienas aspektas, rodantis EBN svarbą, yra įrodymais pagrįsto bendravimo stiprinimas tarpdalykiniuose kolektyvuose. Bendras įrodymais pagrįstas atskaitos taškas pagerina bendradarbiavimą su gydytojais, terapeutais ir kitomis sveikatos apsaugos specialistais, o tai lemia išsamesnę ir efektyvesnę priežiūrą. Be to, EBN yra kokybės orientuoto slaugos valdymo pagrindas, padedantis efektyviai naudoti išteklius ir efektyviais veiksmais mažinti slaugos išlaidas.

EBN skatina aktyviai dalyvauti slaugos plėtroje. Slaugytojai įgalinami dalyvauti moksliniuose projektuose ir generuoti naujas žinias, kurias galima integruoti į praktiką. Šis žinių plėtros ir praktinio pritaikymo atsiliepimo ciklas yra esminis slaugos pažangai ir pritaikymui prie esamų iššūkių. Taip EBN tampa pagrindine varomąja jėga už naujovių diegimą slaugos praktikoje, kuri turi atitikti vis sudėtingesnę slaugos aplinką.

3 EBN proceso 6 žingsniai

3.1 1 žingsnis: Užduoties formulavimas ir klausimo suformulavimas

Pirmame Evidence-based Nursing (EBN) proceso etape dėmesys sutelkiamas į aiškų slaugos užduoties arba slaugai svarbios problemos apibrėžimą. Tikslus klausimo formulavimas yra esminis, siekiant tikslingai ieškoti įrodymais pagrįstų sprendimų. Klausimas turėtų būti konkretus, glaustas ir svarbus slaugos praktikai. Tai palengvina tolesnį tyrimą ir esamų įrodymų analizę.

Klausimo formulavimas apima problemos identifikavimą, specifinių paveiktos pacientų grupės poreikių supratimą bei norimų slaugos rezultatų paaiškinimą. Struktūruotas klausimo formulavimo požiūris sudaro pagrindą veiksmingai paieškai ir įrodymų pagrįstų žinių taikymui praktikoje.

Patikrintas būdas tiksliai suformuluoti mokslinių tyrimų klausimus yra PICO metodas, kurį išsamiai aptarsime atskirame skyriuje. Jis padeda sistemingai identifikuoti ir sudėlioti esminius klausimo elementus. Naudojant PICO metodą, klausimas tampa ne tik aiškiau suformuluotas, bet ir tolesnė literatūros paieška tampa efektyvesnė.

Tiksliai suformuluoto klausimo pavyzdys galėtų būti toks: „Kaip reguliari fizinio aktyvumo programos vykdymas veikia griuvimų dažnį senelių globos namų gyventojams lyginant su įprastine fizine veikla?“ Šiuo atveju aiškiai apibrėžtos problema, intervencija, lyginamoji grupė ir norimas rezultatas, kurie sudaro pagrindą įrodymais pagrįstai analizei.

3.2 2 žingsnis: Literatūros paieška

Antrame įrodymais pagrįstos slaugos proceso žingsnyje vykdoma sisteminė literatūros paieška. Tikslas yra identifikuoti svarbius, aktualius ir kokybiškus įrodymus, siekiant atsakyti į suformuluotą klausimą. Struktūrizuota paieška padeda išvengti informacijos spragų ir užtikrina išsamią duomenų bazę sprendimų priėmimui.

Pirmiausia būtina pasirinkti tinkamas duomenų bazines. Pagrindinės yra medicininės ir slaugos duomenų bazės, tokios kaip PubMed, CINAHL ar Cochrane Library. Vokiečių kalba atliekamoms studijoms LIVIVO dažnai būna naudinga. Kiekvienas šių šaltinių turi specifinių privalumų ir trūkumų, atsižvelgiant į prieigos galimybes ir aprėpties sritis.

Tikslinė paieškos strategija maksimaliai padidina paieškos efektyvumą. Pagalvokite, kurie raktažodžiai ir paieškos terminai labiausiai tinka. Naudokite sinonimus ir terminus, norėdami išplėsti paiešką. Atkreipkite dėmesį į galimybę naudoti Boole'o operatorius, tokius kaip AND, OR bei NOT, norėdami kryptingai valdyti paiešką. Sumani šių terminų kombinacija prisideda prie rastų šaltinių svarbos ir kiekio.

Norint užtikrinti aukštą duomenų kokybę, svarbu atsižvelgti tiek į pirminius, tiek į antrinius šaltinius. Pirminiai šaltiniai pateikia originalių tyrimų rezultatus, tuo tarpu antriniai šaltiniai analizuoja ar apibendrina esamus tyrimų rezultatus.

Surinkus literatūrą, atliekama pirmoji peržiūra ir pirminė atranka. Kritiniai veiksniai yra šaltinių aktualumas, taip pat jų mokslinė kokybė ir svarba. Pagrindinis dėmesys skiriamas recenzuotiems tyrimams ir publikacijoms, kurios yra atliktos metodiškai tiksliai.

Svarbi yra išsami paieškos proceso dokumentacija. Užsirašykite visus naudojamus raktažodžius, duomenų bazes, filtrus ir rastų tyrimų skaičių. Šis skaidrumas leidžia padaryti, kad paieška būtų atkartojama ir prireikus būtų galima patobulinti. Kiekviena parengta paieška turėtų nuosekliai atitikti pirmojo žingsnio klausimą, kad galiausiai būtų pasiekta įrodymais pagrįsta sprendimo.

3.3 3 žingsnis: įrodymų kritinis vertinimas

Trečiasis žingsnis įrodymais pagrįstos slaugos (Evidence-based Nursing, EBN) procese yra įrodymų kritinis vertinimas. Šis vertinimas yra esminis, norint užtikrinti rastų tyrimų kokybę, aktualumą ir patikimumą. Tikslas yra identifikuoti geriausius prieinamus įrodymus ir tokiu būdu priimti pagrįstus slaugos sprendimus.

Pradėkite nuo tyrimų kokybės vertinimo. Čia svarbiausia yra metodinis griežtumas ir tyrimų vykdymas. Pagrindiniai aspektai yra tyrimo dizainas, imties dydis, randomizacija ir maskavimas. Šie elementai prisideda prie šališkumo sumažinimo ir padidina rezultatų patikimumą.

Įrodymų aktualumas pasireiškia tuo, kaip gerai tyrimų rezultatai taikomi nurodytam klausimui ir konkrečiai slaugos praktikai. Atsižvelkite į tai, ar tyrimo populiacija atitinka jūsų pacientus ir ar aprašytos intervencijos yra įgyvendinamos jūsų slaugos kontekste.

Įvertinkite rezultatų patikimumą, kad galėtumėte įvertinti tyrimų teigiamumo lygį. Pagrindiniai veiksniai yra vidinis patikimumas, tai yra išvadų patikimumas pačiame tyrime, ir išorinis patikimumas, kuris susijęs su rezultatų perkėlimu į kitus kontekstus.

Naudokite vertinimo skalės, tokias kaip GRADE kriterijai, norėdami sistemingai įvertinti metodinę kokybę ir tyrimų patikimumą. Šie įrankiai padeda aiškiai apibrėžti įrodymų kategorijas ir leidžia klasifikuoti tyrimus pagal jų įrodymų lygį.

Savo vertinimus užrašykite aiškiai ir suprantamai. Dokumentuokite tyrimų stiprybes ir silpnybes. Šie užrašai yra esminiai priimant sprendimus praktikoje ir leidžia pagrįstai perduoti bei aptarti įrodymais pagrįstas žinias slaugos komandoje.

7 Tai tik peržiūra

Visą knygą galite rasti <https://www.altenpflege.de> prisiregistravusiems vartotojams. Registracija ir naudojimasis yra nemokami. Kas nenori registruotis, gali pervesti mokestį, nurodytą 2 puslapyje, per Paypal į buchhaltung@factsoft.de ir nurodyti tiek knygos pavadinimą, tiek savo elektroninio pašto adresą. Tada PDF failas bus atsiųstas elektroniniu paštu.

Be nemokamos prieigos prie trumpųjų vadovėlių, registracija [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) suteikia galimybę tiesiogiai teikti paraiškas darbams. Taip pat galima paskelbti nemokamą darbo skelbimą. Tapkite ir jūs [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) bendruomenės dalimi.