

MONITORIZAREA LA DISTANȚĂ A STĂRII DE SĂNĂTATE A PACIENȚILOR

- Monitorizarea sănătății la distanță *reprezintă* utilizarea tehnologiilor digitale pentru urmărirea stării de sănătate a beneficiarilor fără deplasarea acestora la unitatea medicală. Permite colectarea datelor privind tensiunea arterială, glicemia, pulsul, saturația oxigenului, greutatea și alte informații relevante, transmise către specialist pentru analiză.

Utilizarea acestor tehnologii în activitatea medicală independentă poate *contribui* la identificarea precoce a modificărilor stării de sănătate, susținerea aderenței pacientului la tratament și reducerea deplasărilor care nu necesită prezență fizică.

În practica din România pot fi utilizate, în funcție de nevoile pacientului și de tipul serviciilor oferite, telefonul mobil, aplicațiile de telemedicină, tensiometre și glucometre cu funcții de monitorizare digitală, pulsoximetre, platforme de videoconferință și fișele electronice de monitorizare.

Implementarea acestora presupune stabilirea indicatorilor monitorizați, instruirea pacienților, analiza și interpretarea datelor și intervenția atunci când valorile depășesc limitele normale.

Pe întreaga perioadă de monitorizare, ***este esențială asigurarea confidențialității și securității datelor pacienților***, cu respectarea prevederilor legale aplicabile privind protecția datelor cu caracter personal (GDPR).

❖ EXEMPLE DE ECHIPAMENTE UTILIZATE ÎN PRACTICA MEDICALĂ PENTRU MONITORIZAREA SĂNĂTĂȚII LA DISTANȚĂ

Tensiometrul electronic este un dispozitiv utilizat pentru măsurarea tensiunii arteriale și a pulsului, fiind recomandat persoanelor cu hipertensiune arterială sau boli cardiovasculare. Valorile sunt notate într-o aplicație dedicată sau sunt

transmise automat către personalul medical prin Bluetooth sau internet, prin intermediul unei aplicații dedicate (fiecare producător are, de regulă, propria aplicație)

- Exemple disponibile în România: OMRON M3, OMRON X2 Smart, Beurer BM57, Rossmax X5 BT. Acestea pot fi achiziționate din farmacii (Catena, Dr. Max, Help Net, Sensiblu), magazine de tehnică medicală (Tehnico Medicales, Vetro Design) și magazine online precum eMAG, Altex sau Farmacia Tei.

Glucometrul inteligent este folosit pentru determinarea nivelului glicemiei. Aplicația poate înregistra valorile glicemiei, data și ora măsurării și poate genera un istoric sau rapoarte. Unele modele salvează automat rezultatele și le transmit către aplicații mobile, facilitând monitorizarea persoanelor cu diabet zaharat.

- Exemple disponibile în România: Accu-Chek Guide, Contour Plus One, OneTouch Verio Reflect. Pot fi găsite în Farmacia Tei, Dr. Max, Catena, eMAG și magazine specializate în produse pentru diabetici.

Pulsoximetrul inteligent este utilizat în special pentru persoanele cu afecțiuni respiratorii sau cardiace, fiind un dispozitiv de mici dimensiuni care se aplică pe deget și măsoară saturația oxigenului din sânge și pulsul. Datele sunt transferate către o aplicație mobilă compatibilă.

- Exemple disponibile în România: Beurer PO30, OMRON Pulse Oximeter, Rossmax SB100. Se găsesc în farmacii, magazine de tehnică medicală și pe eMAG.

Cântarul electronic intelligent permite monitorizarea greutății corporale și, în funcție de model, poate măsura indicele de masă corporală, procentul de grăsime și masa musculară. Datele sunt transferate într-o aplicație mobilă compatibilă, fiind un instrument util în urmărirea persoanelor cu obezitate, insuficiență cardiacă sau alte afecțiuni cronice.

- Exemple disponibile în România: Xiaomi Mi Body Composition Scale 2, Huawei Scale 3, Beurer BF700, Withings Body+. Pot fi achiziționate din eMAG, Altex, Flanco, Media Galaxy și alte magazine de electronice.

Aplicațiile/ platformele de telemedicină sunt utilizate pentru consultații la distanță, pentru comunicarea dintre pacient și personalul medical. Prin intermediul acestor platforme, pacienții pot transmite date medicale, primi recomandări, programa consultații și comunica rapid cu medicul sau asistentul medical. Acestea sunt accesibile, în funcție de furnizor pe bază de abonament, contract de colaborare, unele oferind și perioade limitate de testare gratuită.

- Exemple utilizate în România: Telios Care, Medicaï, Atlas App, iClinic și Docbook. Aceste aplicații sunt disponibile prin site-urile dezvoltatorilor sau pot fi descărcate din Google Play și App Store.

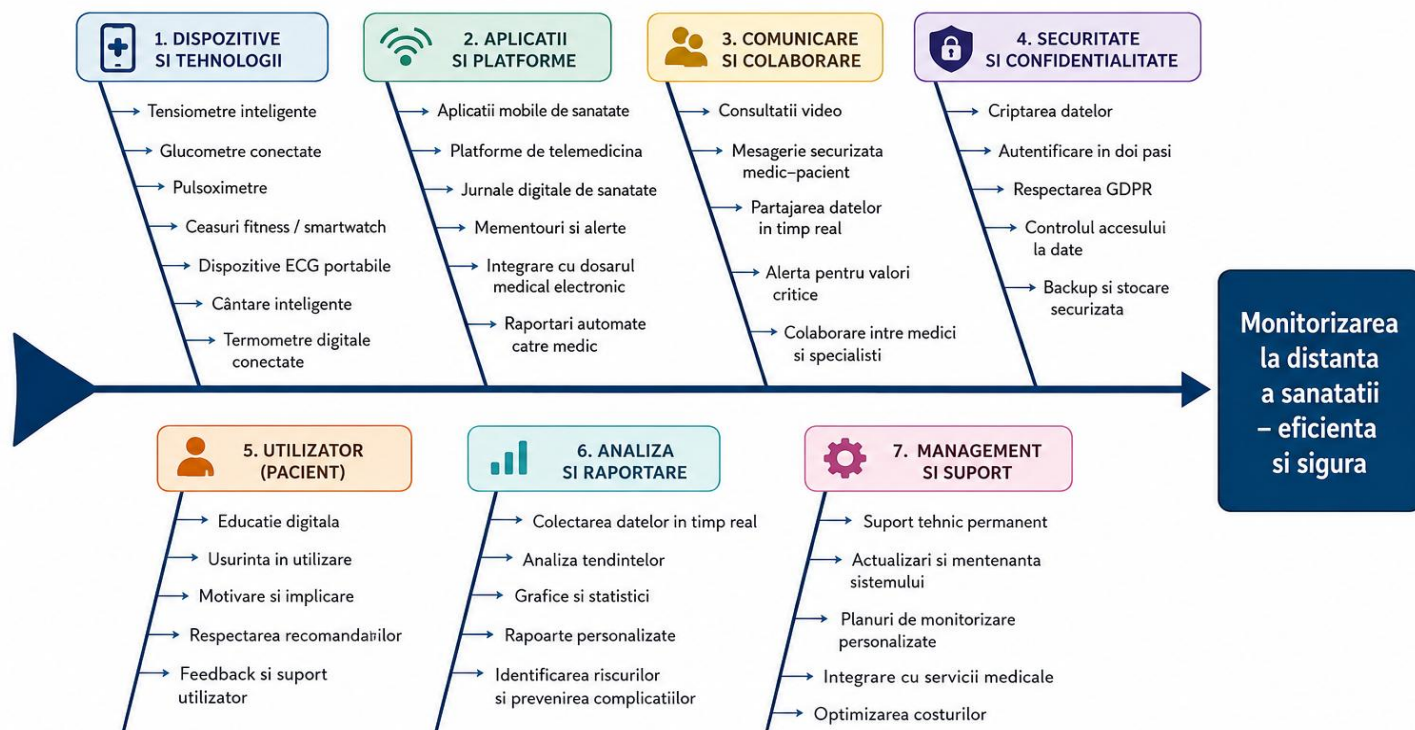
Ceasurile și brățările inteligente monitorizează în timp real ritmul cardiac, numărul de pași, calitatea somnului și nivelul activității fizice. Unele modele pot detecta căderile sau modificările importante ale ritmului cardiac și pot trimite alerte. Datele sunt transferate, de regulă, prin Bluetooth către aplicația asociată de pe telefon sau tabletă. Ulterior, acestea pot fi sincronizate cu platforma producătorului și, dacă aplicația permite, pot fi partajate cu personalul medical.

- **Exemple disponibile în România:** Apple Watch, Samsung Galaxy Watch, Huawei Watch GT, Xiaomi Smart Band și Garmin Venu. Pot fi achiziționate din eMAG, Altex, Flanco, Media Galaxy și magazinele operatorilor de telefonie mobilă.

În concluzie, monitorizarea sănătății la distanță reprezintă o soluție modernă și eficientă, care permite urmărirea unor parametri importanți ai stării de sănătate și transmiterea acestora către profesioniștii implicați în îngrijire. Utilizată responsabil, aceasta poate facilita identificarea precoce a modificărilor, continuitatea îngrijirii și o mai bună colaborare între pacient și specialiști.

Material realizat de **Roxana Munteanu - Asistent medical generalist, Uat Comuna Ceplenita**

INSTRUMENT DE MONITORIZARE A SANATATII LA DISTANTA



***Notă:** Acest material a fost elaborat pe baza contribuției proprii a autorului și a documentării din surse de specialitate. De asemenea, a fost utilizată inteligența artificială pentru sprijin în structurarea informațiilor și generarea imaginilor. Conținutul final a fost verificat, revizuit și este asumat integral de autor.*