

REGULAMIN PROJEKTU

pt. „**Profilaktyka obrzęku limfatycznego po leczeniu raka piersi w województwie lubelskim i podlaskim**”

nr POWR.05.01.00-00-0033/20

współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego
w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020,
Osi Priorytetowej V Wsparcie dla obszaru zdrowia,
Działanie 5.1 Programy profilaktyczne

§1

Słownik pojęć

Projekt – Projekt „Profilaktyka obrzęku limfatycznego po leczeniu raka piersi w województwie lubelskim i podlaskim” (nr POWR.05.01.00-00-0033/20)

Instytucja Pośrednicząca – Ministerstwo Zdrowia.

Realizator Projektu – Białostockie Centrum Onkologii im. Marii Skłodowskiej – Curie w Białymstoku.

Kierownik Projektu – osoba zarządzająca Projektem ze strony Białostockiego Centrum Onkologii im. Marii Skłodowskiej – Curie w Białymstoku.

Uczestnik Projektu – osoba zakwalifikowana do udziału w projekcie, spełniająca kryteria uczestnictwa w projekcie zapisane w §3 niniejszego Regulaminu.

Data rozpoczęcia udziału w projekcie – data wypełnienia deklaracji uczestnictwa w miejscu realizacji projektu tj. u Realizatora Projektu, lub w jednostce wyłonionej w ramach konkursu ofert oferującej pełen zakres świadczeń przewidziany w projekcie.

Data rozpoczęcia udziału we wsparciu – data przystąpienia do pierwszej formy wsparcia, tj. data wizyty fizjoterapeutycznej przed zabiegiem.

Okres realizacji Projektu – od 01.01.2021 r. do 30.06.2023 r.

Osoby aktywne zawodowo – wszystkie osoby powyżej 15 r.ż., które są osobami pracującymi bądź pozostają bez pracy (osoby bezrobotne zarejestrowane albo niezarejestrowane w urzędach pracy, emeryci, renciści, uczniowie itp.) ale aktywnie poszukują zatrudnienia i są gotowe do jego podjęcia.

§2

Postanowienia ogólne

1. Regulamin określa zasady, warunki i procedury realizacji Projektu pt. „Profilaktyka obrzęku limfatycznego po leczeniu raka piersi w województwie lubelskim i podlaskim” w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020, Osi Priorytetowej V Wsparcie dla obszaru zdrowia, Działanie 5.1 Programy profilaktyczne.
2. Projekt jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.
3. Projekt realizowany jest w okresie 01.01.2021 r. do 30.06.2023 r.
4. Biuro Projektu mieści się w siedzibie Realizatora Projektu, ul. Ogrodowa 12, 15-027 Białystok.
5. Świadczenia będą realizowane w siedzibie Realizatora Projektu, w placówkach wyłonionych w trybie konkursu ofert.
6. Nadzór nad prawidłową realizacją projektu będzie sprawował Dyrektor Białostockiego Centrum Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie w Białymstoku (Realizator Projektu). Za realizację kluczowych działań odpowiadać będzie Zespół Projektowy. Wszyscy członkowie Zespołu Projektowego będą posiadali odpowiednią wiedzę, doświadczenie i kompetencje do realizacji powierzonych im zadań.
7. Głównym celem Projektu jest zmniejszenie, w okresie jego realizacji, o 10% ryzyka wystąpienia obrzęku limfatycznego u kobiet po leczeniu raka piersi poprzez edukację i rehabilitację oraz poprawę lub podtrzymanie wydolności fizycznej.
8. Cele szczegółowe Projektu:
 - a) Zwiększenie w trakcie okresu realizacji programu skuteczności wczesnej oceny ryzyka wystąpienia obrzęku limfatycznego oraz monitorowania wielkości kończyn górnych przez personel medyczny u co najmniej 50% uczestniczek programu.
 - b) Podniesienie w trakcie okresu realizacji programu poprzez edukację, świadomości profilaktyki przeciwobrzękowej u pacjentek i wprowadzenie działań prewencyjnych z nią związanych u co najmniej 70% uczestniczek programu.
 - c) Poprawa sprawności funkcjonalnej pacjentek poddanych leczeniu chirurgicznemu raka piersi w okresie wczesnym i kształtowanie lub podtrzymanie aktywności fizycznej w okresie późniejszym poprzez kinezyterapię ogólnokondycyjną u co najmniej 50% uczestniczek programu.



- d) Zwiększenie dostępności do wiedzy i edukacji dla grupy docelowej programu w okresie jego trwania w zakresie konieczności podnoszenia aktywności fizycznej, utrzymania właściwej masy ciała i zastosowania odpowiedniej diety oraz wsparcia psychologicznego przez konsultację z właściwymi specjalistami oraz działania informacyjno-edukacyjne i udział w warsztatach psychologicznych u co najmniej 70% uczestniczek programu.
9. Zakres planowanego wsparcia:
- a) **Wizyty fizjoterapeutyczne** dostosowane będą do potrzeb kobiet w zależności od kwalifikacji do konkretnej grupy. Pierwsze wizyty odbędą się w czasie pobytu pacjentki na Oddziale Chirurgii Onkologicznej, na której zostanie bezpłatnie przekazany rękaw kompresyjny. Kolejne spotkania odbywać się będą zgodnie z zaplanowanymi działaniami w miesiącach odpowiadających danej grupie.
- b) **Zajęcia ruchowe** świadczenie zdrowotne realizowane w Klinice/Zakładzie Rehabilitacji/ Fizjoterapii / Poradni rehabilitacyjnej. W ramach pierwszych zajęć fizjoterapeuta oceni umiejętności przeprowadzenia przez pacjentkę ćwiczeń ruchowych, automasażu i dokona ewentualnej ich korekty, oceni znajomość zasad postępowania przeciwobrzękowego i samoobserwacji, w razie konieczności przekaze dalsze wskazówki. Następnie podejmowane będą zajęcia ruchowe. Zajęcia realizowane będą w grupach 8-10 os., 1-2 razy w tygodniu przez okres 6 tygodni. Czas trwania: 45 minut.
- c) **Porady psychologiczne** świadczenie zdrowotne nastawione na rozwiązanie zgłaszanego przez pacjenta, jego rodzinę lub opiekuna problemu. Porada obejmuje: wstępną rozmowę wywiad i obserwację, określenie problemu chorego (diagnozę) oraz zakończenie kontaktu przez przekazanie choremu psychologicznych obserwacji, wyjaśnień i skierowanie go do odpowiedniej dla niego formy leczenia. Poradę przeprowadza psycholog w I dobie po leczeniu chirurgicznym, a także w 1, 4-6 i 10-12 miesiącu po operacji, w zależności od grupy kobiet. Czas trwania porady: 60 minut.
- d) **Warsztaty psychologiczne** świadczenie zdrowotne realizowane w formie pracy grupowej polegające na wprowadzeniu zmian na poziomie zachowań. Nabycie wiedzy i umiejętności przydatnych do prawidłowego funkcjonowania. Praca na zasobach, umiejętnością radzenia sobie w sytuacji kryzysu pozyskanie umiejętności komunikacji społecznej czy zrozumienia procesu zdrowienia w celu poprawy jakości życia. Warsztaty realizowane będą w grupach ok. 12 osobowych, raz w tygodniu w okresie 1 miesiąca po zakończonym leczeniu chirurgicznym przez 12 tygodni. Czas trwania: 180 minut.

- e) **Porady dietetyczne** świadczenie zdrowotne polegające na ocenie stanu odżywienia dokonanej przez dietetyka na podstawie: wywiadu żywieniowego, subiektywnej globalnej ocenie stanu odżywienia SGA, badań biochemicznych, ocenie wskaźnika BMI. Do edukacji kobiet zostaną wprowadzone instrukcje związane z właściwym odżywianiem się, wykształceniem prawidłowych nawyków żywieniowych oraz zachowaniem zbilansowanej diety. Poradę przeprowadza dietetyk w I dobie po leczeniu chirurgicznym, a także w 1, 4-6, 10-12 miesiącu po operacji, w zależności od grupy kobiet. Czas trwania porady: 60 minut.
10. Udział w Projekcie jest bezpłatny, koszty pokrywane są ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

§3

Grupy docelowe

1. Projekt skierowany jest do wszystkich kobiet w wieku aktywności zawodowej z rozpoznaniem rakiem piersi zakwalifikowanych do leczenia chirurgicznego, także z wielochorobowością, w trakcie i po zakończeniu chemioterapii, z powikłaniami leczenia chirurgicznego i uzupełniającego. Pierwszym kryterium kwalifikacji pacjentek jest poddanie pacjentki chirurgicznemu leczeniu raka piersi. Dalszy dobór chorych do udziału w programie opiera się na następujących kryteriach:
 - a) **grupa 1** kobiety zagrożone wystąpieniem obrzęku limfatycznego kończyny górnej BCRL: poddanie limfadenektomii pachowej ALND i chirurgicznemu leczeniu raka piersi (12 mies.) – kryterium kwalifikacji – limfadenektomia pachowa ALND;
 - b) **grupa 2a** kobiety w mniejszym stopniu zagrożone wystąpieniem obrzęku limfatycznego kończyny górnej po zabiegach z biopsją węzła wartowniczego SLNB i chirurgicznym leczeniu raka piersi (6 mies.) – kryterium kwalifikacji – biopsja węzła wartowniczego SLNB;
 - c) **grupa 2b** kobiety po zabiegach z biopsją węzła wartowniczego SLNB i chirurgicznym leczeniu raka piersi z późniejszym zastosowaniem radioterapii zagrożona, na skutek promieniowania wystąpieniem obrzęku limfatycznego 12 mies. po RTH – czyli ok. 13 mies. po operacji) – kryterium kwalifikacji – biopsja węzła wartowniczego SLNB wraz z późniejszą radioterapią.

2. Kobiety z grupy 1 zostaną objęte programem przez okres 12 miesięcy, z grupy 2a przez okres 6 miesięcy, natomiast grupy 2b przez około 13 miesięcy. Czas interwencji w ostatniej grupie będzie uzależniony od momentu rozpoczęcia i zakończenia radioterapii.
3. Kryteria wyłączenia oceniane przez lekarza chirurga onkologa i lekarza specjalistę rehabilitacji medycznej obejmują:
 - a) Kobiety po leczeniu raka piersi zakwalifikowane do zabiegu mastektomii z rozpoznanym obrzękiem limfatycznym kończyny górnej,
 - b) Kobiety po leczeniu raka piersi z odległymi przerzutami, znajdujące się w terminalnym okresie leczenia onkologicznego,
 - c) Kobiety po leczeniu raka piersi z oznakami zakażenia w rejonie kończyny górnej, z objawami niewydolności serca lub nerek, z zakrzepicą żył, ciężką niewydolnością płuc lub wątroby.
4. Projekt skierowany jest do osób przebywających na obszarze województwa podlaskiego i/lub lubelskiego. Pacjentki, deklarujące miejsce zamieszkania poza województwem podlaskim lub lubelskim, mogą przystąpić do projektu pod warunkiem złożenia oświadczenia, że nie korzystają i nie będą korzystały ze wsparcia w ramach Ogólnopolskiego programu profilaktyki obrzęku limfatycznego po leczeniu raka piersi u innego realizatora.
5. Wsparciem zostaną objęte 442 pacjentki, spełniające w/w kryteria.

§4

Proces rekrutacji

1. Pacjentki kierowane będą do projektu przez lekarza chirurga onkologa lub lekarza specjalistę rehabilitacji medycznej, bądź przez fizjoterapeutę po konsultacji z lekarzem chirurgiem onkologiem.
2. Rekrutacja Uczestników do udziału w Projekcie będzie przebiegać zgodnie z zasadą równości szans bez względu na światopogląd, wyznanie, przynależność rasową, etniczną, religię, orientację seksualną, sytuację na rynku pracy, wykształcenie, miejsce zamieszkania czy niepełnosprawność z zachowaniem założeń projektowych.
3. Rekrutacja będzie prowadzona przez Realizatora Projektu i w jednostce wyłonionej w ramach konkursu ofert oferującej pełen zakres świadczeń przewidziany w projekcie.

§5

Realizacja planowanych interwencji

1. Planowana kolejność realizowanych działań:
 - a) Ocena ryzyka wystąpienia obrzęku limfatycznego: ocena zostanie przeprowadzona u pacjentek z ryzykiem BCRL, a więc po: ALND, z wysokim wskaźnikiem BMI >25, po radioterapii.
 - b) Ocena wydolności fizycznej: badanie przeprowadzone za pomocą testu marszu 6 min. (6-MWT).
 - c) Usprawnianie ruchowe:
 - w okresie szpitalnym leczenia onkologicznego wykonywanie ćwiczeń indywidualnych pod nadzorem fizjoterapeuty – co najmniej 2-4 interwencje fizjoterapeutyczne i samodzielne kontynuowanie ich w warunkach domowych,
 - w okresie późniejszym uczestniczenie w zajęciach ogólnokondycyjnych grupowych i treningu obwodowym prowadzonych przez fizjoterapeutę w formie ćwiczeń aerobowych wraz z gimnastyką oddechową.
 - d) Interwencje profilaktyki przeciwobrzękowej – indywidualna edukacja: postępowanie edukacyjne będzie związane z nauką pacjentek uproszczonej wersji ręcznego drenażu limfatycznego oraz nauką wykonywania ćwiczeń fizycznych udrażniających z założonym na kończynę górną rękawem kompresyjnym okrągłodzianym.
 - e) Edukacja prozdrowotna grupy docelowej: interwencja edukacyjna będzie opierała się na indywidualnym i ustnym przekazaniu przez fizjoterapeutę informacji dotyczących możliwych powikłań pooperacyjnych wpływających na obniżenie sprawności funkcjonalnej i jakości życia kobiet po leczeniu raka piersi wspieranych broszurą/płyta DVD.
 - f) Działania podejmowane w ramach wsparcia psychologicznego to: porady psychologiczne, warsztaty psychologiczne.
 - g) Ocena odżywiania i wykształcenie prawidłowych nawyków.

§6

Postanowienia końcowe

1. W sprawach nieuregulowanych niniejszym Regulaminem mają zastosowanie odpowiednie reguły i zasady wynikające z Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020, a także z przepisów właściwych aktów prawnych wspólnotowych i polskich, w szczególności kodeksu cywilnego (tekst jednolity: Dz. U. 2014 r., poz. 121), ustawy o ochronie danych osobowych (Dz. U. z 2002 r. Nr 101, poz. 926, z późn. zm.), wniosku o dofinansowanie Projektu.
2. Realizator Projektu zastrzega sobie prawo do zmiany treści niniejszego Regulaminu bądź wprowadzenia dodatkowych postanowień. Wszelkie zmiany wymagają formy pisemnej.
3. Regulamin będzie dostępny w siedzibie Realizatora Projektu oraz jednostkach współpracujących.
4. Realizator Projektu zastrzega sobie prawo do decydowania w sprawach nieobjętych Regulaminem oraz w sytuacjach spornych. Ostateczna interpretacja Regulaminu rekrutacji i uczestnictwa w Projekcie należy do Realizatora Projektu.
5. Niniejszy Regulamin wchodzi w życie z dniem podpisania i obowiązuje przez cały okres realizacji Projektu.
6. Załączniki do niniejszego regulaminu znajdują się w spisie załączników i stanowią integralną część Regulaminu.

Białystok,.....
/ Data /

.....
/ Podpis osoby zatwierdzającej /

SPIS ZAŁĄCZNIKÓW

Załącznik nr 1 Formularz zgłoszeniowy uczestnika projektu z makroregionu wschodniego

Załącznik nr 1a Formularz zgłoszeniowy uczestnika projektu spoza makroregionu wschodniego

Załącznik nr 2 Deklaracja uczestnictwa w projekcie

Załącznik nr 3 Oświadczenie uczestnika projektu

Załącznik nr 4 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 1

Załącznik nr 5 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 2

Załącznik nr 6 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 3

Załącznik nr 7 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 4

Załącznik nr 8 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 5

Załącznik nr 9 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 6

Załącznik nr 10 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 7

Załącznik nr 11 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 8

Załącznik nr 12 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 9

Załącznik nr 13 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym wizyta fizjoterapeutyczna 10

Załącznik nr 14 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym zajęcia ruchowe

Załącznik nr 15 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym porada psychologiczna

Załącznik nr 16 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym warsztaty psychologiczne

Załącznik nr 17 Oświadczenie uczestnika projektu i osoby wykonującej badanie diagnostyczne o udzielonym świadczeniu zdrowotnym porady dietetyczne.