

9. STRUČNA SKRB ZA STARIJE OSOBE

◆Modeli skrbi za starije ljude ◆Cjelovita skrb za starije ljude ◆Ciljevi stručnog rada sa starijim osobama

MODELI SKRBI ZA STARIJE LJUDE

Najčešće stariji ljudi sami vode brigu o vlastitom stanju i zdravlju te znaju kad im je potrebna pomoć zdravstvenih ili socijalnih službi. Većina starih ljudi živi kod kuće, s obitelji ili sami. Problem se može pojaviti kad se pojave veće potrebe za dugoročnom njegom i skrbi, koje obitelj ili sama starija osoba ne može osigurati. Bitno je procijeniti kad je starijoj osobi potrebno pružiti neki oblik skrbi, te omogućuje li to da osoba i dalje živi kod kuće ili to više nije moguće, uz svu pomoć (Havelka i Despot Lučanin, 2007).

Osnovni oblici skrbi za starije osobe obično se dijele na institucionalne i izvaninstitucionalne, iako u današnje vrijeme dolazi do preklapanja ova dva oblika skrbi. Ustanove, osim svojim korisnicima, pružaju skrb osobama u lokalnoj zajednici, a npr. udruge iz lokalne zajednice mogu pružati usluge skrbi korisnicima ustanova za trajni smještaj

Izvaninstitucionalna skrb

Uključuje pružanje usluga u kući starije osobe: npr. dostava obroka, nabavka hrane, pomoć u kući, liječenje i njega u kući, radno-terapijske, kulturne i rekreativne, pravne, obrazovne, vjerske i socijalne usluge te mnoge druge.

Institucionalna skrb

Podrazumijeva ustanove za trajni smještaj i zbrinjavanje: domovi za starije i nemoćne osobe, za smještaj odraslih osoba s tjelesnim ili mentalnim oštećenjem te duševnih bolesnika. Ovih ustanova ima različitih prema standardima skrbi koju pružaju.

Ustanove za kraći smještaj jesu: gerijatrijske bolnice i odjeli.

Prednosti izvaninstitucionalne skrbi nad institucionalnom

Skrb u kući starije osobe ima neke prednosti nad skrbi u ustanovi. To su:

- Omogućuju zadovoljenje potreba najvećeg broja starijih ljudi - 98% živi sa svojim obiteljima ili kao samci u vlastitom domu.
- Potiču aktivnost starijeg čovjeka, duže ga održavaju neovisnim i usporavaju starenje.
- Odvijaju se u prirodnoj obiteljskoj sredini te su prihvatljiviji, dostupniji i prilagođeni su velikim individualnim razlikama među starijim ljudima.
- Potiču korištenje postojećih i razvijaju nove oblike obiteljskih i lokalnih izvora pomoći i podrške.
- Zahtijevaju manje ulaganje novca jer se temelje u velikoj mjeri na dobrovoljnom radu, podršci članova obitelji, dobrosusjedskoj pomoći i malim privatnim uslužnim servisima u lokalnoj zajednici.

CJELOVITA SKRB ZA STARIJE LJUDE

Podsjećamo, cilj skrbi za starije osobe je postizanje optimalnog starenja! To podrazumijeva sljedeće:

- Poboljšati kvalitetu života zdravih i bolesnih starijih osoba.
- Neki stari ljudi žive kvalitetno unatoč slabog zdravlja i obrnuto.
- Starija osoba istovremeno je član obitelji, prijatelj, umirovljenik, a možda i bolesnik.
- Svaka starija osoba je pojedinac za sebe.
- Pristup osoba koje skrbe o starijem čovjeku može podići kvalitetu života u starosti.

Cjelovita skrb za starije ljude može se osigurati na sljedeći način:

1. Preventivnim djelovanjem u lokalnoj zajednici poticati aktivnost i povoljno zdravstveno ponašanje starijih osoba da bi se povećala kvaliteta njihovog života i spriječila prerana pojava bolesti i nemoći.

2. Osobama narušenog zdravlja ili socijalne situacije pružiti potrebne usluge skrbi u njenom domu kako bi što duže ostala kod kuće.

3. Uključiti dopunske usluge doma za starije osobe u lokalnoj zajednici (poludnevni ili cjelodnevni boravak), za one osobe kojima je teško biti veći dio dana samima kod kuće.

4. Kad više nije moguće skrbiti o starijoj osobi kod kuće, smjestiti ju u dom za starije osobe, po mogućnosti što bliže mjestu življenja.

5. Ponuditi starijoj osobi u ustanovi neke usluge izvaninstitucionalne skrbi, kao npr. savjetovalište, posjete volontera i sl. (Despot Lučanin, 2006).

CILJEVI STRUČNOG RADA SA STARIJIM OSOBAMA

Skrb starijim osobama pružaju različiti stručnjaci: zdravstveni djelatnici, psiholozi, socijalni radnici i mnogi drugi. Ciljevi stručnog rada u skrbi za starije osobe usmjereni su na stariju osobu kao korisnika skrbi te na njegovu obitelj, ako postoji i ako je dostupna.

Iako svaka struka ima neke specifične ciljeve i uloge u radu sa starijima, neki su ciljevi rada sa starijima zajednički svim strukama. Krajnji zajednički cilj je postići kvalitetan život starijih ljudi.

Psihološki aspekti skrbi za starije osobe

Sve stručne osobe, pružajući specifične oblike skrbi starijim ljudima, pružaju i neki oblik psihološke potpore. Zbog toga je dobro znati kako se odnositi prema starijim osobama. Mnoge promjene koje starost nosi, kao i često narušeno zdravlje, u nekih osoba izazivaju stres. Jaki stresovi mogu ubrzati opadanje tjelesnih i kognitivnih sposobnosti pa čak i povećati morbiditet i mortalitet starijih ljudi. Međutim, načini suočavanja sa stresom u starosti nisu drugačiji nego u mlađih osoba, a pomaže im bogato životno iskustvo.

Stručni djelatnik može ublažiti stres u starijih osoba na sljedeći način:

- Poticati samozbrinjavanje uz pomoć očuvanih sposobnosti.
- Pomoći da održe kontrolu nad vlastitim životom i sami donose odluke.

- Pružiti im osjećaj zaštite i sigurnosti.
- Poticati neovisnost, ali pomoći ovisnima.
- Poštivati njihovo iskustvo i njihovu različitost.
- Pružiti socijalnu i emocionalnu podršku.
- Konačno, omogućiti dostojanstvenu smrt poštivajući osobnost do kraja.

Uloga psihologa u skrbi za starije osobe

Jedan od najvažnijih ciljeva rada psihologa u skrbi za starije osobe jest pružiti klijentu mogućnost da odgovorno sudjeluje u planiranju i organiziranju skrbi o sebi na sljedeći način:

- Većim uključivanjem klijenta – dajući mu mogućnost da sam izrazi svoja očekivanja i potrebe, a ne netko drugi umjesto njega.
- Češćim dogovorima s obitelji – kad se članovi obitelji starije osobe više ne mogu nositi sami sa zahtjevima skrbi, dobro ih je uključiti u procjenu potreba za pomoći.
- Uključivanjem klijenta i osobe koja skrbi o njemu u planiranje i promjene programa skrbi, što dovodi do promjene stava o klijentu kao aktivnom korisniku, umjesto kao pasivnom primatelju pomoći.
- Poticanjem razumijevanja klijenata i skrbnika o pitanjima skrbi – objašnjavanjem uloge svakog stručnjaka u programu skrbi, što radi i zašto.
- Ublažavanjem neugode bolesnih i nemoćnih klijenata putem cjelovitog pristupa, dostupnog i razumljivog klijentu.

Uloga fizioterapeuta u skrbi za starije osobe

Ciljevi stručnog rada fizioterapeuta sa starijim osobama usmjereni su očuvanju i unaprjeđenju zdravlja, u postupcima prevencije, liječenja i rehabilitacije osoba s problemima raznih organskih sustava povezanih s pokretanjem. U tu svrhu, fizioterapeut:

- Brine o motoričkoj sposobnosti osobe i očuvanju pokretljivosti.
- Motivira osobu za aktivnost i kretanje.
- Smanjuje bol.
- Provodi vježbe disanja u svrhu bolje pokretljivosti.
- Potiče osamostaljivanje.
- Educira osobu: o samozbrinjavanju, o korisnosti tjelesne aktivnosti za zdravlje, o prilagodbi na bolest i starost, o rizičnim čimbenicima.
- Pruža emocionalnu podršku, psihološku, sluša, ohrabruje.
- Dodirom ostvaruje blisku komunikaciju s osobom.
- Podsjeća na pozitivne stvari u životu i potiče pozitivne misli osobe
- Potiče socijalizaciju osobe kroz grupni rad.

Uloga radnog terapeuta u skrbi za starije

Ciljevi rada radnog terapeuta sa starijim osobama usmjereni su očuvanju odnosno postizanju samostalnog obavljanja svakodnevnih aktivnosti u svrhu očuvanja ili poboljšanja zdravlja i kvalitete života osobe. Radni terapeut provodi sljedeće:

- Intervencije u aktivnostima svakodnevnog života, u cilju veće samostalnosti osobe.
- Prilagodba okoline u svrhu veće samostalnosti i neovisnosti osobe.
- Prevencija padova.
- Intervencije za održanje kognitivnih sposobnosti.
- Edukacija: o primjeni pomagala, o samozbrinjavanju, obitelji/skrbnika.
- Uspostavljanje ravnoteže između aktivnosti produktivnosti, slobodnog vremena i samozbrinjavanja, koja je često narušena zbog gubitka određenih socijalnih uloga.
- Poticanje socijalizacije kroz:
 - organizaciju i planiranje slobodnog vremena,
 - rad u grupi,
 - trening socijalnih vještina,
 - uključivanje u udruge.
- Poboljšanje kvalitete života.

Intervencije za očuvanje kvalitete života u starosti

Očuvanje ili poboljšanje kvalitete života u starosti krajnji je cilj svake stručne osobe koje skrbi o starijim ljudima. U tu svrhu, osim primjene stručnih postupaka, preporuča se:

- Procjena općeg stanja, zadovoljstva životom i potreba starije osobe.
- Pratiti učinkovitost intervencija povremenim ponovnim procjenama.
- Spremno reagirati na promjene u potrebama svake osobe.
- Uskladiti različite intervencije – zdravstvene, socijalne i druge!

Ciljevi usmjereni razvoju struke

Svaka stručna osoba u skrbi za starije svojim radom, osim klijentu, doprinosi i razvoju struke. Ti se ciljevi rada postižu na sljedeći način:

- Sudjelovanje u multidisciplinarnom timu – uloga stručne osobe je da razvija postupke kojima će se utvrditi najbolji, najučinkovitiji oblik skrbi za svakog klijenta, uvažavajući očekivanja i prihvatljivost za svakog pojedinca. Dakle, cilj je razviti fleksibilan, prilagodljiv sustav skrbi.

- Djelovanje u skladu s gledištem klijenta, što je vrlo teško kod osoba lošeg psihičkog stanja, ali u suradnji s klijentu bliskim osobama moguće ga je uključiti u planiranje skrbi.

- Razvijanje suradnje s članovima obitelji odnosno skrbnicima umjesto prebacivanja tereta skrbi na obitelj.

- Usvajanje i razvijanje novih znanja i vještina u stručnih osoba, osobito u multidisciplinarnom radu, kroz formalno i cjeloživotno obrazovanje.