

Kratka priprava na obisk starostnika v domu starejših občanov (DSO)

Izr. prof. dr. Marija Petek Šter
Katedra za družinsko medicino



Vsebina

- Predstavitev starostnika
- Osnovna načela sporazumevanja s starostnikom



Značilnosti starostnikov v DSO

Starostniki v DSO:

- visoka starost
- kronične bolezni
- potreba po pomoči in oskrbi



Razlogi za prihod v DSO

- Zdravstveni (telesne in/ali duševne bolezni)
- Socialni (osamljenost)



Telesne težave

- Vid
- Sluh (naglušnost)
- Omejena sposobnost za telesne napore (bolezni srca in ožilja, pljuč)
- Težave z gibanjem (omejena pokretnost, uporaba tehničnih pripomočkov)
- Nestabilnost (vrtoglavica, oslabelost)
- Prehranjevanje, prehranjenosti
- Bolečina (kronična)
- Motnje v odvajanju urina/blata



Psihične težave

- Kognitivni upad (spominske težave, hitrejša utrudljivost, težave s prilagajanjem situaciji)
- Emotivne težave (depresivno razpoloženje, anksioznost)
- Nespečnost



Socialne težave

- Osamljenost
- Finančni problemi



Številna zdravila

- Številne kronične zdravstvene težave vodijo v polifarmakoterapijo (interakcije, stranski učinki)
- Samozdravljenje
- Problem sodelovanja pri zdravljenju z zdravili



Funkcionalna oviranost

- **Osnovne dnevne aktivnosti** (umivanje, oblačenje, uporaba stranišča/inkontinenca, hranjenje, gibanje)
- **Sposobnost za samostojno življenja** (nakupovanje, vožnja avtomobila oz. uporaba javnega prevoza, uporaba telefona, opravljanje hišnih opravil, ravnanje z denarjem)
- **Izpolnjevanje vloge v družbi, skupnosti in družini na ravni, kot pred oviranostjo** (rekreacija, delo)



Odnos s svojci/prijatelji/osebjem

- **Lahko se srečate z naslednjimi pritožbami:**
 - Imajo občutek, da so jih domači zapustili
 - Zamere do tistih svojce, ki so jih spravili v dom
 - Nezadovoljstvo s sostanovalcem/ko v domu
 - Osebje ima premalo časa zanje
 - Občutek izključenosti iz socialnega omrežja



Občutljive točke

- Zamera do svojcev
- Spoštovanje bolnikove avtonomije (svojci ali osebje odloča v bolnikovem imenu)
- Zlorabe in zanemarjanje (čustvene zlorabe)




Česa se starostniki bojijo?

- demenca (da jim bo um odpovedal)
- odvisnost od tuje pomoči
- hude bolečine
- smrti bližnje osebe (osamljenosti)
- lastne smrti



Načela sporazumevanja s starostnikom



Pomembni elementi sporazumevanja s starostnikom

- Vzpostavitev odnosa
- Spoštovanje bolnikove avtonomije
- Preverba bolnikovih kognitivnih sposobnosti
- Če je potrebno, je v pogovor potrebno vključiti tretjo osebo
- Pogovor zahteva več časa, kot pogovor z mlajšim bolnikom
- Nebesedno sporazumevanje je včasih pomembnejše od besednega sporazumevanja



Ovire pri sporazumevanju s starostnikom

- upad miselnih in čustvenih sposobnosti
- upad spomina in pozornosti
- ne-sprejemanje nasvetov ob ustaljenih miselnih vzorcih
- težave s sluhom



Nekaj priporočil za sporazumevanje s starostnikom

- Jasna, kratka, razumljiva in osebna, vsebinsko bogata sporočila
- Nebesedno sporazumevanje (nasmeh, stisk roke, očesni stik, mimika, dotik..)
- Empatija (vživeti se v njegovo stisko in objektivno presoјati)