



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND

Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

Praktični savjeti za njegu osoba oboljelih od demencije

Ana Lucić, mag. psych.



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**E
UČINKOVITI
S
LJUDSKI
F
POTENCIJALI**

Upitnik za procjenu stupnja dezorijentiranosti (Fučkar, 1995.)

1. Koliko imate godina?
 2. Koliko je sati?
 3. Gdje stanujete (adresa), provjera točnosti odgovora?
 4. Koja je godina?
 5. Recite ime bolnice u kojoj se nalazite, tražite bolesnika da prepozna dvije osobe.
 6. Kada ste rođeni, datum?
 7. Tko je predsjednik države?
 8. Brojite unatrag, 20, 19...
 9. Navedite mjesec u godini (unatrag).
 10. Kada je počeo Prvi svjetski rat (godina)?
- Za svaki točan odgovor dobije se 1 bod. Manje od 7 bodova upućuje na dezorijentiranost.

procjena zadovoljavanja **osnovnih potreba** osoba s AB-om → prema teoriji motivacije **A. Maslowa**

- **fiziološke** potrebe (disanje/kisik, voda, hrana, odstranjivanje otpadnih tvari, spavanje)
- potrebe za **sigurnošću** (postojanost, poredak, red, predvidljivost događaja)
- potrebe za **ljubavlju i pripadanjem** → odnosi s drugima koji se temelje na odanosti, poštovanju, privrženosti i povjerenju
- potrebe za **poštovanjem** → poštovanje od drugih te samoga sebe
- potrebe za **samoaktualizacijom** → vrhunac razvoja ličnosti, težnja za iskorištavanjem svih sposobnosti



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**UČINKOVITI
Ljudski
POTENCIJALI**



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: UP.02.2.2.06.0455

Hranjenje

- **česta obilježja:** osoba ne može sama narezati hranu, koristiti pribor za jelo, otvoriti posudu s hranom, prinijeti hranu ustima

često navode:

- “*Ne mogu sam/a jesti.*”
- “*Preumoran/a sam za jelo.*”
- “*Možete li mi pomoći?*”



pixtastock.com – 54574407



CILJ:

- **sudjelovanje** u hranjenju primjereno vlastitim mogućnostima i stanju
- pokazivanje zanimanja za samostalno hranjenje, usprkos ograničenjima
- **zadovoljstvo** postignutim
- zadovoljenje nutritivnih potreba
- traženje pomoći kada je potrebna
- povećanje **stupnja samostalnosti**



INTERVENCije

- procjena **refleksa gutanja** i je li osoba sposobna sama uzimati hranu
- osiguravanje **mirne okoline** u kojoj će osoba biti usmjerena na jelo
- maknuti sve što **odvraća pozornost** od jela
- smjestiti u **odgovarajući položaj** (najbolje za stol)
- davati jasne i kratke **upute**
- podučiti kako sam/a koristiti **pribor**
- ohrabriti na **samostalno jedenje** i prepoznati umor

- provjeriti guta li hranu ili je zadržava u ustima
- **ne požurivati**
- **pohvaliti, poticati** da pojede koliko može
- nikada ga ne ostaviti samog (zbog rizika od aspiracije)
- pripaziti na temperaturu hrane
- prije spavanja, ograničiti tekućinu te izbjegavati napitke koji otežavaju san
- poticati na urednost te uzimanje **manjih zalogaja**

Higijena

- **česta obilježja:** ne može oprati pojedine dijelove tijela ili cijelo tijelo, ne može doći do kupaoalice, ne može regulirati protok vode i temperaturu

često navode:

- *“Možete li mi pomoći?”*
- *“Nemam snage za pranje.”*
- *“Preumoran/a sam za kupanje.”*

CILJ:

- **sudjelovanje** u provedbi higijene u skladu s mogućnostima i primjereno stanju
- **zadovoljstvo** postignutim unatoč ograničenjima te osobnom higijenom
- **interes** za održavanjem higijene

Intervencije:

- procijeniti **sposobnost** za samostalnim obavljanjem higijene
- radi lakšeg orijentiranja u vremenu → postupke održavanja higijene uvijek provoditi **u isto vrijeme**
- hrabriti, **pohvaliti**, poticanje na pranje
- zbog opasnosti od pada, **ne ostavljati samog/u**
- osigurati **privatnost**
- staviti pribor nadohvat ruke
- temperaturu vode prilagoditi

- koristiti se priborom koji omogućuje veću **samostalnost** i najmanje umora
- podučiti promatranju **kože** i praćenju promjena jasne i kratke upute kako se određeni pribor upotrebljava
- **mirna okolina** → koncentracija na kupanje



Dotjerivanje

česta obilježja:

- ne može zamijeniti ili dohvatiti odjeću
- ne može se svući ili **obučiti**
- ne može se koristiti zatvaračima ili zakopčati
- ne može se **urediti**

CILJ:

- **sudjelovanje** u dotjerivanju u skladu s vlastitim mogućnostima
- lijepo i **primjereno** obučen
- **pozitivna slika o sebi**

INTERVENCIJE:

- procijeniti sposobnost **samostalnog dotjerivanja**
- postupke izvoditi **u isto doba** dana
- paziti da se pri oblačenju ne ozlijediti
- dodavati komad po komad odjeće
- osigurati dovoljno **vremena i privatnost**
- pomoći u odabiru odjeće koja se **lako oblači**
- poticati na nošenje različite odjeće po danu i noći





PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: UP.02.2.2.06.0455

Održavanje kućanstva

ČESTA OBILJEŽJA:

- teškoće u korištenju prijevoza, telefona, glačanja, pranja, kupovanja odjeće ili namirnica, pripreme hrane, uzimanja terapije, trošenja novca

CILJ:

- vođenje kućanstva u skladu s mogućnostima
- traženje pomoći kada je potrebna



INTERVENCIJE:

- koristiti **podsjetnike** za odlazak liječniku i/ili u kupnju, satove
- pripremiti **popis** potrebne hrane
- **podsjetnik** za uzimanje lijekova
- poticati na **samostalnost** koliko je moguće
- **pomoći** u obavljanju poslova koje ne može



Visoki rizik od ozljede i pada

- nastaje zbog nemogućnosti prilagodbe na okolinu koja postaje opasna za njega
- **čimbenici rizika:** bolesti sustava za kretanje, nedostatak zaštitnih pomagala, uzimanje lijekova, opća slabost, poremećaj spavanja

CILJ:

- sprječavanje pada i ozljede

INTERVENCIJE:

- nadziranje te pomoć pri hodanju
- uklanjanje nepotrebnih stvari
- pomagala za lakše kretanje
- dovoljno svjetlosti u prostorijama
- prikladna obuća → koja se ne kliže
- mokre podove izbjegavati
- ako je potrebno, tijekom noći podići ogradu od postelje



Visok rizik od oštećenja kože

- ozljeda epidermalnog i dermalnog tkiva zbog trenja, pritiska, razvlačenja
- **čimbenici rizika:** bolesti zglobova, mišića, živčanog sustava, zabrane kretanja zbog bolesti ili stanja

CILJ

- očuvati integritet kože



INTERVENCIJE:

- svako 2h, ako je potrebno i češće, mijenjati položaj u postelji
- koristiti jastuke i kolutove za smanjivanje pritiska na rizičnim mjestima
- antidekubitalni madraci
- izbjegavati razvlačenje i trenje kože
- koristiti zaštitna sredstva
- visokoproteinska prehrana
- dovoljan unos tekućine → često nuditi

Visok rizik od opstipacije

- rizik od smanjene učestalosti ili izostanka stolice
kritični čimbenici:

- neadekvatan unos tekućine ili hrane
- zatamljivanje osjećaja za defekaciju
- dehidracija
- prekomjerna upotrebnna laksativa
- smanjeni unos prehrambenih vlakana

CILJ:

- osigurati redovitost stolice, unutar svaka 3 dana

INTERVENCIJE:

- hrana bogata vlaknima
- dovoljan unos tekućine
- evidentirati svaki dan je li pacijent imao stolicu
- hrana → prirodni laksativ
- omogućiti obavljanje nužde u sjedećem položaju
- vježbe masaže trbuha → crijevni motilitet
- ako nema stolicu → farmakološke intervencije ili klizma
- poticati na kretanje



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: UP.02.2.2.06.0455

Visok rizik od urinarnih infekcija

- **kritični čimbenici:** urinarni kateter, nedovoljan unos tekućine, poremećaj prehrane, neodržavanje higijene

CILJ:

- pacijent će uredno mokriti

INTERVENCIJE:

- higijena urogenitalnog područja
- kod nepokretnih → redovito mijenjanje pelena
- dovoljno tekućine
- urinarni kateteri → izbjegavati ili minimum
- ako može → mokrenje u stojećem položaju



Europska unija
Zajedno do fondova EU



UČINKOVITI
Ljudski
POTENCIJALI

Visok rizik od respiratornih infekcija

KRITIČNI ČIMBENICI: oslabljen imunološki sustav, dugotrajno korištenje antibiotika, kontakt s infektivnim tvarima, itd.

CILJ: Pacijent će imati normalnu funkciju dišnog sustava

INTERVENCIJE:

- svakodnevno promatrati dubinu, ritam i zvukove pri disanju
- poučiti vježbama dubokog disanja (svaka 2h)
- aspirirati pacijenta, ako je potrebno
- redovito provjetravati prostorije

Nesanica

Problemi:

- kada se osoba iz noći u noć prevrće po postelji, brzo utone u san, ali se po noći probudi te ne može više zaspati
- kada legne → potreba za pomicanjem nogu, osjećaj trnaca u nogama

CILJ

- usvojiti normalan ciklus spavanja
- spavati 7h

INTERVENCIJE:

- odlazak na spavanje **u isto vrijeme**
- izbjegavanje kofeinskih napitaka kasno popodne
- osiguravanje mirne prostorije za naspavati se
- prije spavanja → **smanjiti aktivnost**



Potištenost/poremećeno opće funkcioniranje – socijalna izolacija

- subjektivan osjećaj usamljenosti te potreba za većom povezanosti s drugima, no nesposobnost uspostavljanja kontakata

ČESTA OBILJEŽJA:

- osjećaj osamljenosti, osjećaji dosade i tuge
- izražavanje potrebe za druženjem
- nekomunikativnost, nesigurnost u socijalnim situacijama

CILJ

- ne biti potišten, u interakciji s drugim ljudima

INTERVENCIJE:

- poticati na **aktivnosti** u skladu s mogućnostima
- razgovarati s njim i poticati ga na druženje
- poticati ga da sve što može napravi **sam**
- osigurati **socijalne kontakte** → prilagođeni željama i zdravstvenom stanju



Anksioznost

ČESTA OBILJEŽJA: umor, razdražljivost, verbalizacija napetosti i straha, smanjena komunikativnost, osjećaj bespomoćnosti

CILJ:

- smanjiti anksioznost zbog promjene okoline



INTERVENCIJE:

- govoriti polako i mirno
- davati kratke upute i **jasno** govoriti
- osigurati dovoljno vremena i biti **strpljiv**
- odgovarati na sva pitanja
- **izbjegavati sukobe** riječima
- **saslušati** kada zatraži



Neupućenost okoline

- nedostatak vještina i znanja o specifičnom problemu

ČESTA OBILJEŽJA: netočno izvođenje neke vještine, nepostojanje specifičnih znanja

CILJ:

- upoznavanje bolesnikove okoline s mogućim problemima i tijekom bolesti. Prihvaćanje bolesnika kao ravnopravnog člana zajednice.

INTERVENCIJE:

- educirati druge osobe koji su bliski pacijentu o načinu komunikacije

VIDEO – pomoć u pošti

- [https://www.youtube.com/watch?v=nmU4GX
Tah8Q](https://www.youtube.com/watch?v=nmU4GX<u>Tah8Q</u>)



Literatura:

- Tomek-Roksandić, S. Mimica, N. Kušan Jukić, M. i sur. (2017). *Alzheimerova bolest i druge demencije. Rano otkrivanje i zaštita zdravlja*. Zagreb: Medicinska naklada



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

HVALA

na PAŽNJI!



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda