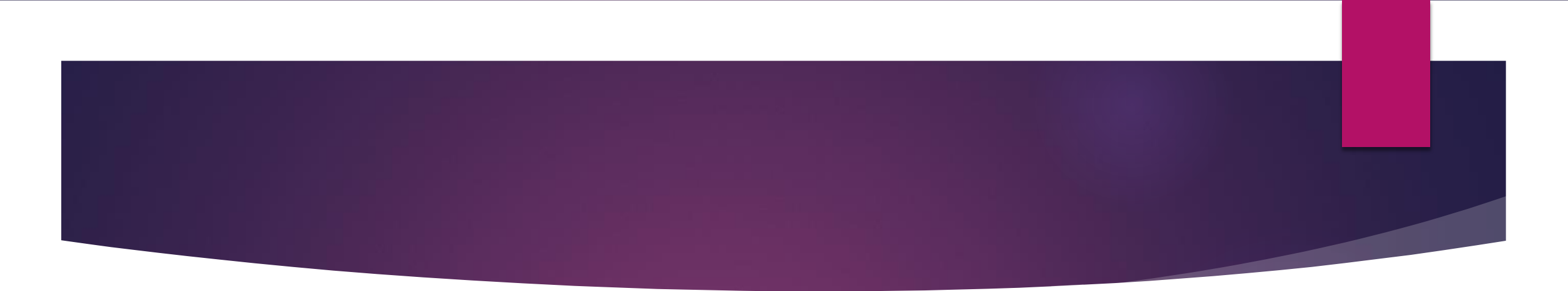




# Komunikacja z osobą chorą i niesamodzielną

- 
- ▶ Komunikowanie interpersonalne to wymiana informacji, rozumiana jako uzgodnienie znaczeń, rozumienie siebie i ludzi. Każde zachowanie człowieka (komunikat werbalny lub niewerbalny) nadawca i odbiorca komunikatu, kodowanie.

# Problemy komunikacji z osobami starszymi, chorymi, niesamodzielnymi.

- ▶ Możliwość adaptacji do nowej sytuacji bywa różna w zależności od możliwości psychofizycznych każdego człowieka. Dlatego tak ważne w procesie komunikacji staje się rozpoznanie stanu podopiecznego!
- ▶ Depresja
- ▶ Choroby otępienne
- ▶ Starość, starzenie się

# Depresja

- ▶ Depresja u osób starszych ma inne objawy niż te, które występują u osób młodszych. Często bliscy w ogóle ich nie zauważają, gdyż bywają mylone z typowymi objawami starzenia się. Ale przypisywane podeszłemu wiekowi kłopoty z pamięcią, koncentracją, bezsenność, osłabienie, brak apetytu i bóle mięśni mogą świadczyć o depresji w starszym wieku. Niezdiagnozowana i co za tym idzie nieleczona depresja u osób starszych jest niebezpieczna, gdyż częściej niż u ludzi młodszych prowadzi do podejmowania prób samobójczych. Brak zainteresowania, samotność i poczucie wyobcowania, odrzucenia i beznadziei jedynie pogłębiają chorobę. Szacuje się, że na depresję cierpi co trzeci polski senior.

# Otępienie starcze (demencja starcza)

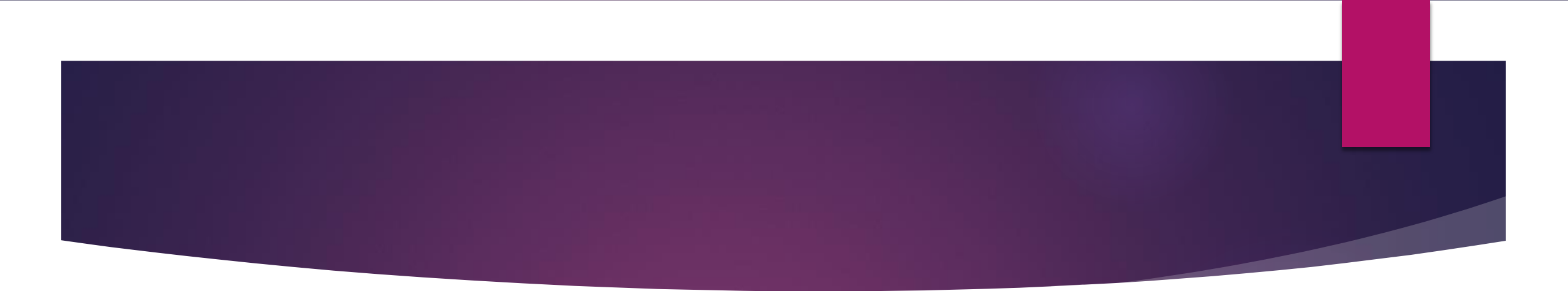
- ▶ Jest to pojęcie określające grupę objawów związanych z pogorszeniem funkcji poznawczych. Demencja starcza często jest utożsamiana z chorobą Alzheimera, jednak nie tylko ona jest przyczyną demencji. Otępienie starcze może być wynikiem także choroby Huntingtona, Parkinsona czy Creutzfeldta-Jakoba. Demencja objawia się m.in.: dużymi wahaniami nastroju (depresja, autoagresja), urojeniami u osób starszych, problemami z pamięcią i koncentracją, zanikami pamięci u osób starszych, zaburzeniami snu, brakiem właściwej oceny sytuacji, zaburzeniami mowy (mowa niewyraźna lub szczątkowa aż do zaniknięcia), zaburzeniami orientacyjno-przestrzennymi.

# Choroba Alzheimera

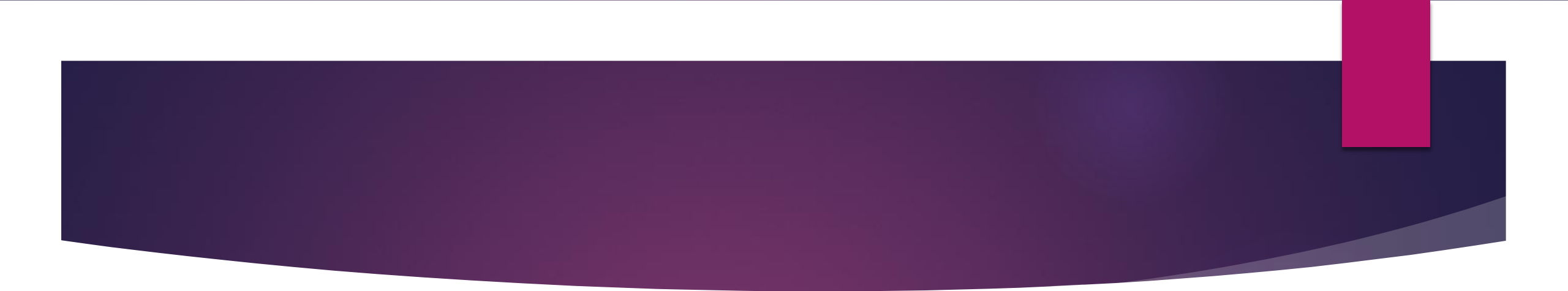
- ▶ Choroba ta polega na zwyrodnieniu mózgu na skutek odkładania białek o patologicznej strukturze. To z kolei prowadzi do śmierci neuronów, a więc także zmniejszenia ilości produkowanych przez nie substancji przekąźnikowych. Charakterystyczne dla tej choroby są postępujące zaburzenia pamięci i zachowania, które w zaawansowanym stadium całkowicie uniemożliwiają prawidłowe funkcjonowanie chorego. Wpływ na wystąpienie tego schorzenia mają czynniki genetyczne i środowiskowe, a głównie wiek. Ryzyko zachorowania zwiększają: nadciśnienie, niewydolność serca, cukrzyca typu II, mała aktywność fizyczna i brak kontaktów społecznych.
- ▶ Choroba Alzheimera bywa utożsamiana z demencją starczą – otępienie starcze jest jednak jedynie objawem tej choroby. Do wczesnych objawów zalicza się: zaburzenie pamięci świeżej, zaburzenia funkcji poznawczych, zaburzenia mowy, zaburzenia wzrokowo-przestrzenne. Rozpoznanie choroby na wczesnym etapie jest trudne.

# Starość, starzenie się

- ▶ Starość jest etapem ontogenezy następującym po okresie dojrzałości. Początek starości powinien być mierzony określonym stopniem zużycia organizmu. Okres życia 60-65 lat wielu badaczy określa jako pre-aging lub wczesną starość. Wiele osób nie odczuwa wtedy jeszcze dolegliwości związanych z wiekiem, a wskaźniki populacji życia w zdrowiu są wysokie. Do dzisiaj jednak nie zdefiniowano żadnego parametru, którego można by użyć do określenia początku starości. Populacja osób w wieku podeszłym jest bardzo heterogenna, dlatego 65 lat jest umowną granicą rozpoczynającą okres geriatryczny zdrowia i życia pacjenta. Powszechnie stosowany jest podział demograficzny na podokresy wieku starszego:
- ▶ Okresy starości człowieka (wiek podeszły)
- ▶ starość wczesna 60-74
- ▶ starość późna 75-89
- ▶ starość bardzo późna (długowieczność) >90

- 
- ▶ Wiek biologiczny człowieka nie zawsze pokrywa się z wiekiem kalendarzowym i często u osoby starszej jest połączeniem indywidualnych i osobniczych predyspozycji genetycznych oraz warunków socjalno-ekonomicznych, w których żyje. Szczególnie starość późna wiąże się z zagrożeniami i trudnościami w utrzymaniu sprawności funkcjonalnej, a wielkie problemy geriatryczne występujące u pacjentów w tym wieku są codziennością.



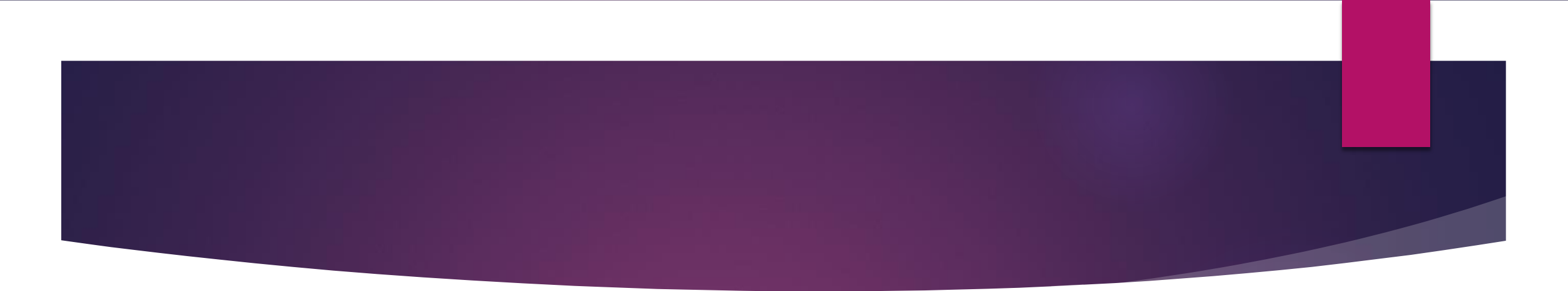
- 
- ▶ Starość należy rozpatrywać, w co najmniej trzech aspektach:
  - ▶ biologicznym,
  - ▶ psychologicznym,
  - ▶ społecznym.

# Aspekt biologiczny

- Organizm ludzki zbudowany jest z ogromnej liczby komórek. Stanowią one podstawę budulcową narządów wewnętrznych i układów. W trakcie życia człowieka, komórki są wymieniane na nowe. W miarę upływu życia proces wymiany komórek ulega spowolnieniu, a liczba komórek zmniejsza się. Komórki są poddane działaniu szeregu czynników, powodujących ich uszkodzenia. Zmniejsza się także zawartość wody w komórce, co powoduje zaburzenia pracy organów komórkowych. Spowolnieniu ulega także metabolizm komórkowy. Skutkiem jest odkładanie w narządach i tkankach cholesterolu, wapnia i lipofucyny – barwnika starczego. Ubytki w masie mięśniowej, kostnej oraz tkance łącznej powodują obniżenie masy ciała. Zmniejszeniu ulega także objętość wody w organizmie. Zmianom podlega także wygląd skóry, która staje się sucha, mało elastyczna, cienka i szorstka. Pojawiają się zmarszczki. Zmiany w funkcjonowaniu zmysłów spowodowane są starzeniem się mózgu i degeneracją komórek odpowiedzialnych za tę funkcję. Zmiany w narządzie wzroku powodują upośledzenie widzenia. Z wiekiem pojawia się także niedosłuch i problemy z rozpoznawaniem zapachów. Występuje także pogorszenie rozpoznawania smaków. Z kolei zmiany w układzie sercowo- -naczyniowym polegają na zmianach w układzie naczyń krwionośnych. Powoduje to wiele groźnych dla życia schorzeń jak zawał mięśnia sercowego lub mózgu. Zaburzenia pracy układu odpornościowego powoduje zwiększoną częstotliwość zachorowań. Obserwuje się również zaburzenia układu nerwowego.

# Aspekt psychologiczny

- ▶ Starzenie w perspektywie psychologicznej oznacza zmiany, jakie pojawiają się pod wpływem czasu w osobowości, życiu emocjonalnym i duchowym człowieka. Proces ten przebiega pod wpływem zmian biologicznych zachodzących w całym organizmie człowieka, a zwłaszcza w mózgu. Zaburzenia w fizjologii pracy mózgu powodują osłabienie funkcji postrzegania, słuchu i wzroku. Powoduje to utrudniony kontakt ze światem zewnętrznym. Pojawiają się także zaburzenia pamięci krótkotrwałej oraz spowolnienie czasu reakcji. W okresie starości człowiek rozumie otaczający go świat często przez pryzmat swoich doświadczeń, z drugiej strony utrudniony kontakt ze światem spowodowany jest zaburzeniem fizjologii pracy mózgu. Konsekwencją tego jest poczucie osamotnienia i zawężenie kręgu zainteresowań. Częstym objawem starzenia się jest wzmożona drażliwość, zmienność nastroju, płaczliwość lub oziębłość uczuciowa. Objawy te są wynikiem zmniejszonej zdolności przystosowawczej do zmian zachodzących w otoczeniu.

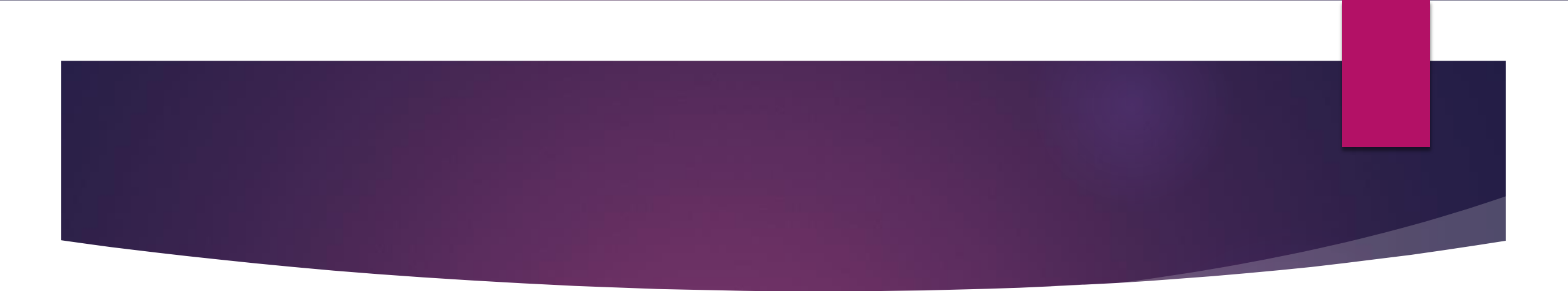
- 
- ▶ Zmiany zachodzące w mózgu w procesie starzenia powodują szereg zaburzeń, z którymi starszy człowiek nie zawsze potrafi sobie poradzić. Jest to nowy etap w życiu człowieka. Zmiany w narządach wzroku i słuchu często powodują alienację ludzi starych oraz pozbawienie ich relacji społecznych ze względu na swe upośledzenia. W konsekwencji prowadzi to do wycofania i depresji.

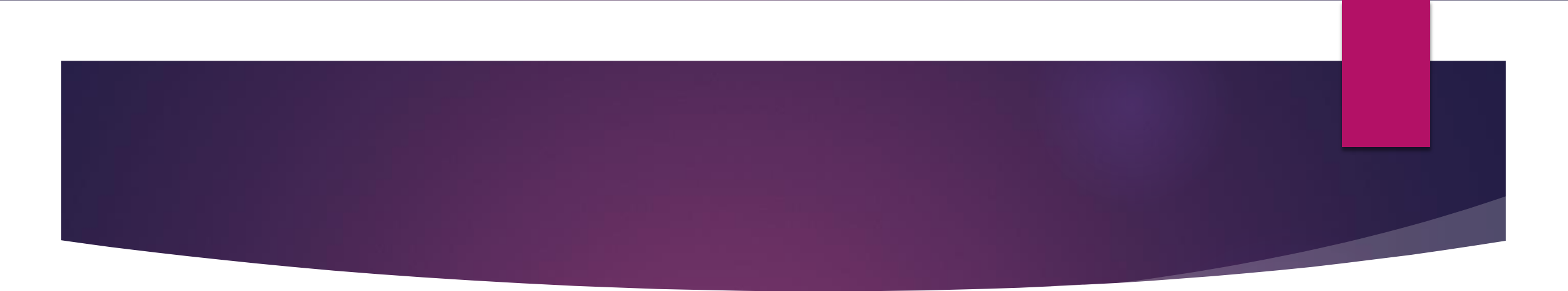
# Aspekt społeczny

- ▶ Starzenie społeczne jest zależne zarówno od człowieka, który znajduje się w okresie starości, jak i środowiska społecznego. Ważną rolę odgrywają role rodzinne pełnione w okresie starości. Najczęściej jest to rola babci i dziadka. Pomoc w wychowywaniu wnuków pozwala czuć się potrzebnym i użytecznym. Szerokie kontakty z rówieśnikami, hobby dają możliwość miłego spędzenia czasu i pozwalają na rozwój zainteresowań. W naszym społeczeństwie obserwuje się obniżenie pozycji społecznej człowieka starego jako osoby niepracującej zawodowo i utrzymującej się najczęściej ze skromnej emerytury. Starzenie się społeczeństwa wymaga kształtowania odpowiednich postaw wobec starości wykwalifikowanej kadry psychologów, pedagogów i socjologów oraz szeregu działań socjalnych. Pozytywne kreowanie obrazu starości jest konieczne, aby ludzie starsi mogli godnie przeżyć ostatni etap swojego życia.

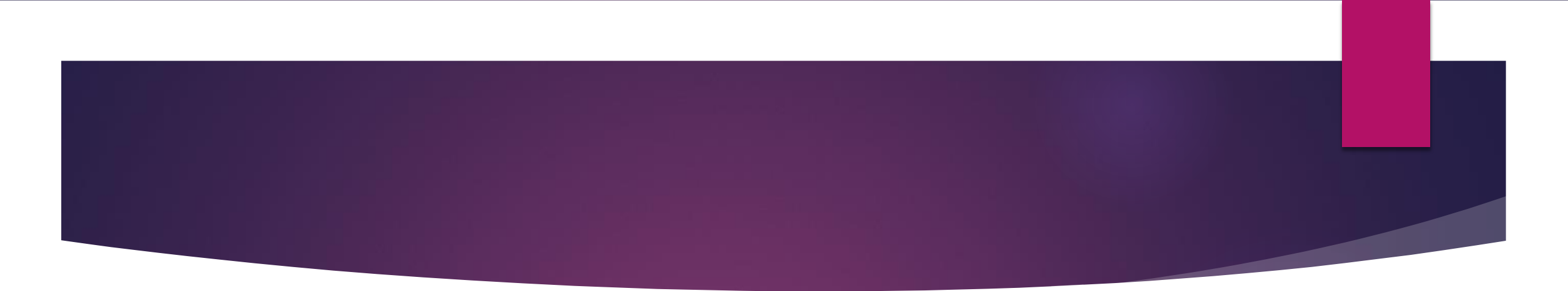
# Typy osobowości osób starszych

- ▶ Postawa konstruktywna. Człowiek, u którego dominuje taka postawa jest wewnętrznie zrównoważony, charakteryzuje go podobny nastrój i dające mu satysfakcję udane kontakty z ludźmi. Potrafi być krytyczny w stosunku do siebie, jednocześnie będąc tolerancyjnym w stosunku do innych. Akceptuje własną wartość oraz fakt przejścia na zasłużoną emeryturę. Posiada optymistyczny stosunek do życia, a konieczność śmierci przyjmuje ze spokojem. Jego bilans życiowy jest dodatni, dzięki czemu z ufnością liczy na pomoc otoczenia.

- 
- ▶ Postawa zależności. Jest charakterystyczna dla osób wykazujących bierność i zależność od innych. Są to ludzie ulegli wobec partnera lub dziecka, nie mający zbyt wygórowanych aspiracji życiowych, w związku z czym chętnie wycofują się z aktywności zawodowej. Środowisko rodzinne zapewnia im poczucie bezpieczeństwa i utrzymanie wewnętrznej harmonii.

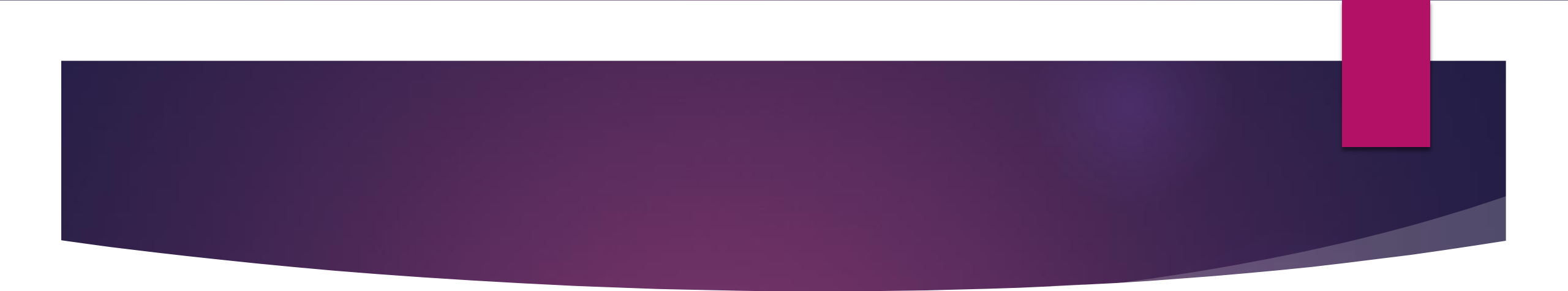
- 
- ▶ Postawa obronna. Charakteryzuje ludzi przesadnie opanowanych. Są sztywni w swych nawykach i przyzwyczajeniach, a także zaabsorbowani pracą zawodową i samowystarczalni. Ich poglądy bywają konwencjonalne, unikają wypowiadania własnego zdania, z trudem mówią o własnych problemach, bardziej zajmują się życiem zewnętrznym niż własnymi przeżyciami. Odczuwają zazwyczaj duży lęk przed śmiercią i niedołatwstwem. Zazdroszczą ludziom młodym i wykazują lekkie znerwicowanie.



- 
- ▶ Postawa wrogości. Jest znamieną dla agresywnych, podejrzliwych i wybuchowych osób, które mają tendencje do przerzucania na otoczenie własnych pretensji. Cechuje ich brak realizmu oraz traktowanie starości jako ciężkiego okresu wyrzeczeń i ubóstwa, zniedołężnienia i braku sił. Zazdroszczą ludziom młodym, nie potrafią pogodzić się ze starością i boją się śmierci.
  - ▶ Postawa wrogości skierowana na samego siebie. Jest zwykle manifestowana przez osoby o ujemnym bilansie życiowym. W życiu tych osób było wiele niepowodzeń, dlatego niechętnie wracają do wspomnień życiowych. Są zwykle mało zaradne i nieaktywne, i nie przejawiają buntu przeciwko starości. Brak możliwości zaspokojenia potrzeby miłości jest powodem depresji, pretensji do siebie samych i żalu. Osoby te mają poczucie osamotnienia i zbędności a śmierć traktują jako wyzwolenie od cierpienia

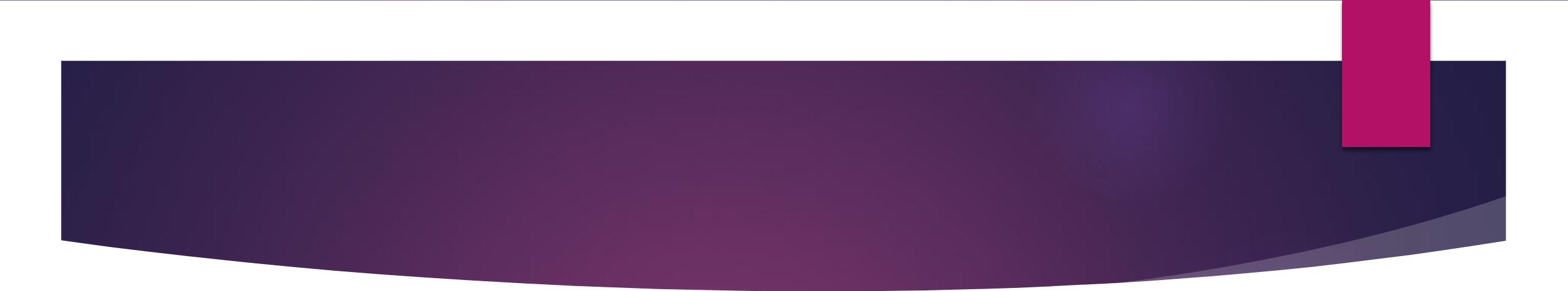
# Komunikacja oraz postawa w zawodzie Opiekun Medyczny

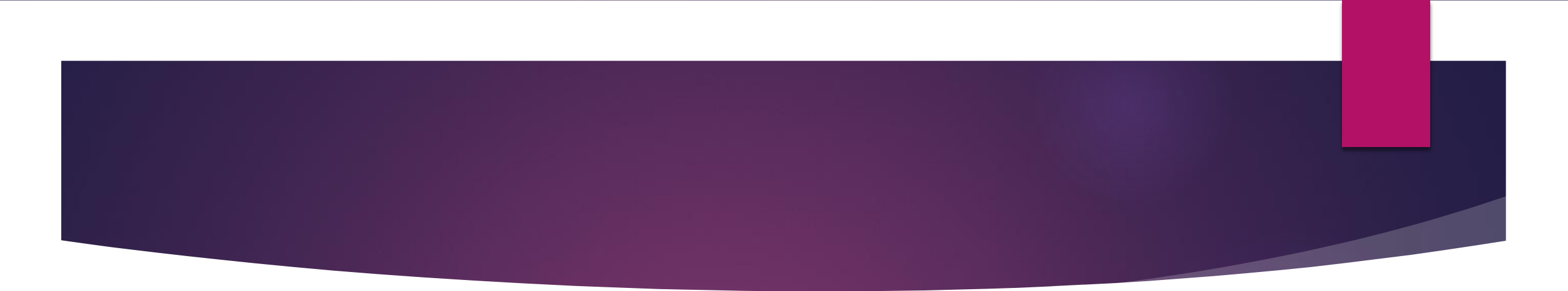
- ▶ Dbałość o podopiecznego wynikająca z wrażliwości na cierpienie, to ciągłe poszukiwanie i odkrywanie nowych, lepszych rozwiązań dla osób potrzebujących pomocy, rozpoznawanie indywidualnych potrzeb, a także chronienie ludzkiej godności.
- ▶ Sensem tego zawodu jest więc opiekuńcza troskliwość. Okres choroby dla człowieka może być czasem na przemyślenia, na które w dotychczasowym życiu nie było możliwości. Okres ten umożliwia zrozumienie, co jest najważniejsze w ludzkim istnieniu oraz umożliwia spojrzenie na wiele trudnych spraw z innej perspektywy. Choroba stwarza sytuacje do innego, a zarazem lepszego przeżywania związków międzyludzkich.
- ▶ Od postawy prezentowanej wobec pacjenta, zależy stosunek pacjenta do choroby i przystosowanie się do nowej, trudnej sytuacji życiowej

- 
- ▶ Ważnym zadaniem i wręcz obowiązkiem opiekuna medycznego jest działanie, dla dobra chorego człowieka, a podstawowymi zasadami są: • życzliwość, • nieszkodzenie, • przestrzeganie zasady autonomii pacjenta.
  - ▶ Niezmiernie istotny jest poziom reprezentowanych przez opiekuna zasad etycznych, gdyż jest on osobą mającą ogromny wpływ na pacjenta.

Postawa ma duży wpływ na niego, jego stosunek do choroby czy cierpienia.

- ▶ Opiekun medyczny musi charakteryzować się takimi cechami w pracy jak:
- ▶ rzetelność
- ▶ uczciwość
- ▶ Empatia
- ▶ Otwartość
- ▶ Wrażliwość
- ▶ Odpowiedzialność (moralna)

- 
- ▶ Opiekun towarzyszący podopiecznemu nawiązuje z nim relację.
  - ▶ Reakcje na problemy związane z pełnioną funkcją:
  - ▶ zmęczenie, agresja, złość, strach, obniżenie nastroju, bezsilność, niedocenienie
  - ▶ Praca nie powinna zatem zdominować życia prywatnego!!! Dlatego po pracy należy zadbać również o siebie- odpoczynek, relacje z bliskimi, zainteresowania, hobby.

- 
- ▶ Celem zapewnienia optymalnych warunków pracy i współpracy pomiędzy opiekunem, podopiecznym i jego najbliższymi istotne jest:
  - ▶ Jasne określenie roli i zadań opiekuna (Specyfiką modelu pracy opiekuna jest widzieć – reagować-przewidywać; nie wyręczać)
  - ▶ Poprawna komunikacja opiekuna z rodziną podopiecznego (na temat aktualnej sytuacji zdrowotnej np. czy brał leki, wykonywał ćwiczenia itp.)
  - ▶ Określenie wymiaru czasu pracy