

altenpflege.de Edition

Кратки учебници за обучение в грижите - с акцент върху грижите за
възрастни хора

Theo Ahrens

Основи на грижите за възрастни хора

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Библиографски данни

Theo Аренс – Кратка биография

Тео Аренс, роден през 1979 г. близо до Мюнхен, е учител по здравни грижи и отдаден педагог в областта на грижите. След доброволческа социална година в болница, той преминава обучение за медицинска сестра и натрупва ценен опит в интензивното отделение. Воден от желанието си да предава знания, той изучава педагогика в грижите и започва през 2009 г. да работи като учител в специализирано училище в Мюнхен. Тео е известен с практичния и емпатичен подход в преподаването си, с който подготвя бъдещите здравни работници за техния изискващ професия. В личния си живот той живее с жена си и двете си деца в Берлин и се занимава доброволно с подобряване на условията в обучението по здравни грижи.

Тази кратка учебна книга е формулирана от учебните планове на неговите занятия, използвайки изкуствен интелект. Преводът е извършен автоматично.

Издадено от altenpflege.de

Цена DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Бележки и предложения за подобрения моля изпращайте на team@altenpflege.de.

1/1-2412181521

Съдържание

1 Увод	4
1.1 Цел и предназначение на обучението по старческа грижа	4
1.2 Значението на грижата за възрастни хора в обществото	5
1.3 Професионална етика и ръководни принципи в грижата за възрастни. . . .	6
2 Определение и основи на грижите за възрастни хора	8
2.1 Какво е грижа за възрастни хора? – Дефиниция и обхват на задачите	8
2.2 Форми на грижите за възрастни хора	9
2.3 Разграничение от други области на грижите	9
2.4 Цели на грижите за възрастни хора	10
3 Теории на грижите и грижа като наука	12
3.1 Значение на сестринската наука за грижата за възрастни хора	12
3.2 Преглед на важни теории на грижите	13
3.3 Примери за приложение на теории за грижи в практиката на грижите за възрастни хора	14
4 Процесът на грижа в старческите домове	16
4.1 Какво представлява процесът на грижа?	16
4.2 Шестте стъпки на процеса на грижа	16
4.3 Създаване на индивидуален план за грижи	17
4.4 Документация и отчетност в грижите за възрастни хора	18
5 Основни нужди на възрастните хора	20
5.1 Физически основни нужди в напреднала възраст	20
5.2 Психосоциални основни нужди на възрастните хора	21
5.3 Духовни и културни нужди в напреднала възраст	21
5.4 Запазване на човешкото достойнство в грижата за възрастни хора	22
6 Грижовни мерки и подкрепа в ежедневието	24
6.1 Грижа за тялото при възрастни хора	24
6.2 Подкрепа при хранене	24
6.3 Мобилизация и позициониране	25
6.4 Подкрепа при елиминация	26
6.5 Общуване с болка и оплаквания	27
6.6 Прилагане на лекарства и управление на медикаменти	27
7 Профилактика в грижите за възрастни хора	29
7.1 Важни профилактики	29
7.2 Мерки за профилактика на декубитус	29
7.3 Мерки за предотвратяване на падания	30
7.4 Справяне с рисковите фактори при възрастни хора	31
8 Хигиена и превенция на инфекции в грижата за възрастни хора	33
8.1 Основи на хигиената в грижата за възрастни хора	33
8.2 Лична хигиена на медицинския персонал	34
8.3 Почистване, дезинфекция и стерилизация на помощни средства в грижата. . . .	35
8.4 Мерки за предотвратяване на инфекции	36
9 Комуникация и интеракция в грижата за възрастни хора	38
9.1 Значение на комуникацията в грижата за възрастни хора	38
9.2 Основи на водене на разговори с нуждаещи се от грижи и техните близки	38
9.3 Справяне с предизвикателно поведение	39
9.4 Комуникация с хора с увреждания на възприятията	40
10 Наблюдение и оценка на необходимостта от грижи	42
10.1 Събиране на данни за грижите – Как да събирам информация?	42
10.2 Наблюдение и интерпретация на жизнените показатели	43
10.3 Разпознаване на промени във физическото и психическото състояние на възрастните хора	44
10.4 Оценка на компетенциите за самостоятелна грижа	45
11 Грижа за хора с особени нужди	47
11.1 Грижа за хора с деменция	47
11.2 Грижи за хора с хронични заболявания	48
11.3 Грижи за хора с физически и умствени увреждания в напреднала възраст	49
11.4 Работа с хора с депресии, тревожност и други психични разстройства	50
11.5 Палиативни грижи и придружаване в края на живота	52
12 Правни и етични аспекти на грижите за възрастни хора	54
12.1 Професионална етика и визия за грижите за възрастни хора	54
12.2 Права на нуждаещите се от грижи	55
12.3 Права и задължения на болногледачите	55
12.4 Защита на данните и документация според ОРЗД	56
12.5 Подход към етични дилеми	58
13 Самоподдържане и управление на здравето за медицински сестри. . . .	60
13.1 Стрес и натоварвания в професията на грижите. . . .	60
13.2 Стратегии за самоогрижване (Баланс между работа и личен живот, правила за почивки)	61
13.3 Насърчаване на здравето в професията на болногледача (ергономия, избягване на претоварване)	62
13.4 Профилактика на бърнаут и укрепване на резиланс у медицински персонал. . . .	63
14 Практически упражнения, казуси и рефлексия	65
14.1 Съставяне на индивидуален план за грижи – Упражнение с примерен модел	65
14.2 Примерен случай: Грижа за човек с деменция – планиране и изпълнение на мерките	66
14.3 Упражнения за рефлексия: Справяне с етични дилеми в грижата за възрастни хора	67
14.4 Упражнение: Наблюдение и документиране на промени при нуждаещите се от грижи	69
14.5 Изпълнение и рефлексия на хигиенни мерки	70
15 Специализирани знания за помощни средства и помощни средства за грижи	72
15.1 Преглед на помощни средства за грижа	72
15.2 Използване и управление на помощни средства в ежедневието. . . .	73
15.3 Технически асистентни системи	74
15.4 Работа с помощни средства за предотвратяване на декубитуси и падания	74
16 Дигитална трансформация в грижата за възрастни	76
16.1 Цифровизация в грижата – възможности и предизвикателства	76
16.2 Електронна документация за грижи	77
16.3 Дигитални помощни средства за грижи	78
16.4 Защита на данните в дигиталната среда за грижи. . . .	79

1 Увод

Тази книга предлага първи поглед върху задачите и предизвикателствата на грижата за възрастни хора. Тя е насочена към хора, които обмислят работа в тази област или току-що са започнали обучението или работата си. Целта е да се предаде основно разбиране за професията.

Грижата за възрастни хора е разнообразна и изисква комбиниране на професионални знания, практически умения и лична ангажираност. Основните познания по отношение на здравословните състояния, процесите на грижа и комуникацията са от съществено значение. В същото време трябва да сте наясно с емоционалните и физическите предизвикателства, които професията носи със себе си.

Тази книга служи като въведение и се допълва от други учебници, които разглеждат по-подробно отделни тематични области. Затова е препоръчително след прочитане да се информирате по-задълбочено, за да постигнете по-пълно разбиране и да бъдете адекватно подготвени за специфични ситуации. Съзнателното и добре информирано начало може значително да допринесе за удовлетворението и ефективността в тази смислена дейност

1.1 Цел и предназначение на обучението по старческа грижа

Обучението по грижи за възрастни предоставя необходимите компетенции за справяне с многобройните изисквания на тази професионална област. В центъра на обучението са предаването на специализирани знания, развитието на практически умения и насърчаването на социални компетенции. Целта е да се обучат специалисти по грижи, които да могат да действат грижливо, съчувствено и професионално.

Специализираните знания включват медицински основи, познания за заболявания в напреднала възраст и прилагането на грижи. Практическите умения се развиват чрез работата с медицински уреди, хигиенни техники и изпълнението на процеси на грижа. Социалните компетенции са от решаващо значение за ефективната комуникация с нуждаещите се от грижи и техните близки.

Друга цел на обучението е насърчаването на критическото мислене и подготовката за неочаквани ситуации. Специалистите по грижи трябва да бъдат способни да разпознават индивидуалните нужди на нуждаещите се от грижи и да адаптират съответния план за грижи. Добавят се и правни и етични знания, които са от съществено значение за практикуването на професията.

В обучението се отделя и внимание на устойчивостта на специалистите по грижи. Управлението на стреса, способността за самопомощ и защитата от бърнаут са необходими за дългосрочна работа в грижите за възрастни. Целта на това обучение е да се създаде осведоменост за собственото здраве и да се разработят стратегии за справяне със стреса.

Обучението по грижи за възрастни предлага основата за осигуряване на качествено обслужване на възрастни хора и професионално справяне с предизвикателствата на демографските промени. Чрез здрава обучение специалистите по грижи се овластяват не само да предприемат грижи, но и профилактични и рехабилитационни мерки за подобряване на качеството на живот на възрастните хора.

1.2 Значението на грижата за възрастни хора в обществото

Грижата за възрастни хора е съществена част от социалната структура, особено предвид демографските промени, характеризиращи се със застаряване на населението. Удължаването на средната продължителност на живота води до нарастваща нужда от грижи. Грижата за възрастни хора осигурява не само физическото благосъстояние на възрастните, но и запазва и насърчава тяхното качество на живот.

Семейните структури се променят и традиционната грижа в семейството става все по-предизвикателна. Професии в грижата за възрастни запълват тази празнина и предлагат професионална помощ, когато семейната подкрепа не е достатъчна. Грижещите се лица позволяват на възрастните хора да живеят по-дълго в познатата среда. Това влияе положително на тяхното психическо и физическо здраве.

Грижите за възрастни подкрепят социалното включване, като намаляват социалната изолация. Грижещите се често действат като важни социални фигури, които осигуряват редовен контакт и комуникация. Това също насърчава социалното участие на нуждаещите се от грижи и помага да се противодейства на самотата.

Грижата за възрастни също допринася за икономическата стабилност, като създава много работни места и така допринася за брутният вътрешен продукт. Секторът предлага разнообразие от професионални възможности за развитие, от основна грижа до специализирани роли.

В обществената дискусия грижата за възрастни играе важна роля в насърчаването на здравето и благосъстоянието на възрастните хора. Тя е от решаващо значение за запазването на независимостта и автономността на възрастните хора. В същото време тя е символ на хуманитарното и солидарно отношение към по-възрастното поколение, което отразява основни ценности на обществото.

В обобщение, грижата за възрастни хора е незаменим стълб в съвременното общество, който обхваща както социални, така и икономически аспекти и се отличава с нарастваща значимост в контекста на променящия се демографски профил.

1.3 Професионална етика и ръководни принципи в грижата за възрастни.

Етиката в професията на грижите за възрастни хора се основава на основните ценности на човешкото достойнство, автономия и грижа. Уважението към човешкото достойнство е от съществено значение. Медицинските сестри третират всяко лице с уважение и почтеност, независимо от неговото здравословно състояние или житейска ситуация. Насърчаването на автономията на нуждаещите се от грижи означава да се запази и уважава тяхната свобода на решение. Самоопределението е право, което трябва да бъде запазено и в старостта.

Грижата изисква емпатия и ангажираност. Медицинските сестри са задължени да се грижат за физическите, социалните и емоционалните нужди. Това включва уважително отношение към чувствата и притесненията на нуждаещите се от грижи. В същото време се поддържа професионална дистанция, за да се запази необходимата обективност.

Отговорността е още един основен стълб на професионалната етика. Медицинските сестри носят отговорност за своите действия и са призовани да отговарят за тях. Това включва и непрекъснатото обучение, за да се внедрят актуалните стандарти за грижи и научни открития в практиката.

Професионалните принципи в грижите за възрастни хора включват задължението за професионализъм, интердисциплинарност и работа в екип. Професионализмът се проявява в внимателното изпълнение на грижовни мерки и спазването на етичните стандарти. Сътрудничеството с колегите и с представители на други професии е от съществено значение, за да се осигури цялостна грижа.

Медицинските сестри трябва да служат за пример. Това включва насърчаването на положителен работен климат и конструктивното справяне с конфликтите. Ethical Leadership, или етичното лидерство, вдъхновява другите и допринася за положителното развитие на практиката на грижи.

Значителен аспект на професионалната етика е работата с чувствителна информация. Поверителността на данните се спазва стриктно, за да се защити личното пространство на нуждаещите се от грижи. Информацията се предоставя само в рамките на необходимостта за грижи. Спазването на тези етични насоки позволява изграждането на доверителни отношения.

Професионалната етика отразява моралните принципи, които формират основата на грижите за възрастни хора. Тя създава рамка за професионално и уважително взаимодействие с нуждаещите се от грижи и представлява основата за общественото признание и уважение към професията на грижите.

preview

2 Определение и основи на грижите за възрастни хора

2.1 Какво е грижа за възрастни хора? –

Дефиниция и обхват на задачите

Личната грижа за възрастни хора обхваща грижата и подкрепата на по-възрастни хора с цел запазване и подобряване на качеството им на живот. Тя е насочена към физическите, психическите и социалните нужди. Личните асистенти на възрастните са отговорни за извършването на грижи, подкрепа при лична хигиена, мобилност и хранене, както и за администрирането на лекарства. Грижата се простира освен физическото обслужване и на социалното взаимодействие, като се взима предвид индивидуалната житейска история и навици на нуждаещите се от грижа.

Важна част от грижата за възрастни хора е комуникацията. Тя включва съчувствие и активно слушане, за да се способства за доверие и сигурност чрез надеждни взаимоотношения. Грижата за възрастни хора също така включва разпознаване и използване на налични ресурси. Тя насърчава самостоятелността и самоопределянето на възрастните хора, като укрепва наличните умения и предоставя подкрепа, без да подкопава самостоятелността им.

Освен това профилактиката на здравословните рискове е част от задълженията в грижата за възрастни хора. Профилактични мерки като превенция на падания и декубитуси са централни задачи. В сложни ситуации на грижа се поддържа тесен контакт с лекари и терапевти, за да се обезпечи цялостна грижа.

Грижата за възрастни хора е интердисциплинарна. Тя изисква сътрудничество с различни професионални групи и институции. Това включва роднини, лекари, терапевти и при необходимост законови настойници. Координацията на това сътрудничество осигурява на грижещия се човек непрекъснато обслужване.

Друг аспект на грижата за възрастни хора е документацията и оценката на процеса на грижа. Точните записки на всички дейности, наблюдения и промени осигуряват непрекъснатото адаптиране на плана за грижа към нуждите на нуждаещите се от грижа и допринасят за качеството на грижата. Грижата за възрастни хора е отговорна задача, която изисква както професионална компетентност, така и човешка топлина и съчувствие.

2.2 Форми на грижите за възрастни хора

Грижата за възрастни хора се организира в различни форми, за да отговори на индивидуалните нужди на нуждаещите се от грижа. Основните форми включват домашна грижа, стационарна грижа и полустационарна грижа.

Домашна грижа се извършва в домашната обстановка на нуждаещия се от грижа. Грижовни лица посещават човека у дома и извършват необходимите грижи там. Тази форма на грижа насърчава самостоятелността, тъй като се запазва обичайната среда. Типични дейности са помощ при лична хигиена, консултации по хранителни въпроси и осигуряване на редовното приемане на лекарства.

Стационарна грижа се предлага в учреждения, в които се настаняват възрастни хора. Това е често необходимо, когато нуждата от грижи е много голяма и е необходим всеобхватен 24-часов надзор. В тези учреждения се предлага широк спектър от грижи, който обхваща както медицинската грижа, така и социалните дейности. Целта е да се осигури максимално благосъстояние, както и сигурност и уют.

Полустационарна грижа предлага комбинация от другите две форми. Тя е особено подходяща за възрастни хора, които се нуждаят от интензивно наблюдение и подкрепа през деня, но искат да останат в домашната си обстановка през вечерните и нощните часове. Чести предлагания са дневните центрове, които насърчават социалното взаимодействие и предоставят подкрепа в основните грижи.

Всяка форма на грижа за възрастни има специфични предимства и предизвикателства и може да бъде индивидуално съобразена с нуждите на възрастния човек. Изборът на подходящата форма зависи от различни фактори, включително степента на нужда от грижи, желанията на нуждаещия се от грижи и наличните ресурси.

2.3 Разграничение от други области на грижите

Грижата за възрастни хора се различава от другите области на грижа, като болнична и детска грижа, в няколко решаващи аспекта. Докато при болничната грижа медицинският аспект е на преден план за лечение на остри заболявания и постоперативни състояния, грижата за възрастни се фокусира повече върху дългосрочната подкрепа, насърчаване на качеството на живот и цялостната грижа за възрастните хора. Потребностите на тези клиенти често включват непрекъсната помощ при хронични заболявания и възрастови ограничения, които са допълнени с превантивни мерки и социално взаимодействие.

Грижата за деца се фокусира върху развитието и насърчаването на децата от бебета до юношество. Целта е да се осигури здравословно израстване и да се предотвратят забавяния в развитието. Тук педагогическите аспекти и подкрепата на детското развитие играят централна роля. За разлика от това, грижата за възрастни често поема задачи, които се фокусират върху запазването на съществуващи способности и съпровождането в старостта, като насърчаването на самостоятелността е най-важната цел.

Още една характеристика на грижата за възрастни в сравнение с други области на грижа е наличието на по-разнообразен социален и психологически спектър, който обхваща от преживявания на загуба и траур до теми на краеността. Тези теми изискват специална чувствителност и експертност при справяне с емоционалните нужди на възрастните хора.

Междудисциплинарното сътрудничество в грижата за възрастни е от по-високо значение в сравнение с болничната и детската грижа, поради честата комбинирана наличност на няколко хронични заболявания и социални стресови фактори при възрастни лица, нуждаещи се от грижи. Това изисква тясна координация между различни специалистични дисциплини, за да се осигури цялостна грижа.

2.4 Цели на грижите за възрастни хора

В грижата за възрастни основният фокус е подпомагането на самоопределението, автономията и качеството на живот на по-възрастните хора. Основна цел е да се запази и подобри качеството на живот чрез индивидуална грижа и подкрепа. Нуждите на по-възрастните хора са разнообразни и изискват адаптивен подход.

Централна цел на грижите за възрастни е запазването и насърчаването на самоопределението на нуждаещите се от грижи. Това означава да се остави на възрастните хора колкото се може повече контрол върху живота и ежедневните им решения. Грижовните служители подкрепят чрез целенасочени мерки и мотивират нуждаещите се от грижи да запазят или възвърнат своята самостоятелност.

Автономия в грижата за възрастни означава да се даде възможност на по-възрастните хора, въпреки физическите или умствени ограничения, да изразяват и осъществяват своите индивидуални желания и житейски навици. Специалистите по грижа трябва да гарантират, че тези решения са уважавани и по възможност реализирани.

Освен това грижата за възрастни се стреми към насърчаване на физическото, психическото и социалното здраве и запазване или развитие на съществуващите способности. Това включва и интеграцията в социални мрежи и насърчаване на социалния обмен, за да се предотвратят самотата и изолацията.

Друга цел на грижата за възрастни е избягването на престои в болници и подкрепата на нуждаещите се от грижи, за да останат колкото е възможно по-дълго в своята обичайна среда. Превантивните мерки за намаляване на риска, като превенция на падания и насърчаване на здравето, също са част от целите.

7 Това е само предварителен преглед

Пълната книга е достъпна на <https://www.altenpflege.de> за регистрирани потребители. Регистрацията и използването са безплатни. За тези, които не желаят да се регистрират, сумата, посочена на страница 2, може да бъде преведена чрез PayPal на buchhaltung@factsoft.de, като се посочат както заглавието на книгата, така и имейл адреса. След това PDF файлът ще бъде изпратен по имейл.

Освен безплатния достъп до кратките учебници, регистрацията на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) позволява директно кандидатстване за работни места. А също така и възможността сами да публикувате безплатно обява за работа. Станете и вие част от общността на [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).