

altenpflege.de Edition

Lühikursused hoolduserialal - Eakate hoolduse keskmes

Theo Ahrens

Esmaabi ja hädaolukordade ohjamine

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliograafilised andmed

Theo Ahrens – Lühielulugu

Theo Ahrens, sündinud 1979 Müncheni lähedal, on hooldustööde õpetaja ja pühendunud õenduse pedagoog. Pärast vabatahtlikku sotsiaalaastat haiglas lõpetas ta tervishoiu- ja meditsiiniõe väljaõppe ning kogus väärtuslikku töökogemust intensiivraviosakonnas. Ajendatuna oma soovist teadmisi edasi anda, õppis ta õenduse pedagoogikat ja alustas 2009. aastal õpetajana Müncheni kutsekoolis. Theo on tuntud oma praktilise ja empaatilise õpetamise poolest, millega ta valmistab tulevasi õendustöötajaid ette nende nõudlikuks ametiks. Eraelus elab ta koos oma naise ja kahe lapsega Berliinis ning teeb vabatahtlikku tööd hooldusalse hariduse tingimuste parandamiseks.

See lühijuhend on koostatud tema tundide õppekavade alusel, kasutades tehisintellekti. Tõlge toimus automaatselt.

Toimetanud [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de)

Hind DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Copyright 2024 [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de)

Märkused ja parandusettepanekud palun saata aadressile team@altenpflege.de.

1/1-2412181521

Sisukord

1		Sissejuhatus	4
1.1		Esmaabi tähtsus eakate hoolduses	4
1.2		Õiguslikud alused (Abi osutamata jätmise, garantiikohustus)	4
1.3		Vastutus ja hooldajatöö roll hädaolukorras	5
2		Esmaabi alused	7
2.1		Mis on esmaabi	7
2.2		Esmaabi põhimõtted (rahu säilitamine, enesekaitse, hädaabikõne)	7
2.3		Erakorralise juhtumi lahendamise protsess (olukorra analüüs, enesekaitse, meetmed)	
8			
2.4		Hädaabikõne (112) – Mida tuleb arvestada?	9
3		Hädaolukorrad hoolduskäigus	10
3.1		Tüüpilised hädaolukorrad vanurite hoolduses	10
3.2		Toimetulek hädaolukordadega eakate puhul	11
3.3		Erilised väljakutsed (dementsus, piiratud liikuvus)	12
4		Elupäästvad esmaabimeetmed	13
4.1		Teadvusetus – stabiilne küliliasend. . . .	13
4.2		Hingamise seiskumine – elustamismeetmed (CPR)	14
4.3		Südame seiskumine – Defibrillaatori (AED) kasutamine	15
4.4		Lämbumisoht – meetmed hingamisteede takistuse korral (Heimliche võte)	16
4.5		Tugev verejooks – haavade hooldus ja verejooksu peatamine	17
5		Hädaolukorra juhtimine eriliste terviseprobleemide korral	19
5.1		Südameatakk – sümptomid, esmaabi, lähenemisviis	19
5.2		Ajuinsult – sümptome, FAST-test, esmaabi meetmed	20
5.3		Krambihood (epilepsia) – käitumine ja toetus	21
5.4		Hüpoglükeemia/Hüperglükeemia – Diabeedi erakorralised meetmed	22
5.5		Allergilised reaktsioonid/Anafülaksia – meetmed allergilise šoki korral	23
5.6		Kukkumised ja vigastused – ennetamine, murdude ja põrutuste hooldus	24
5.7		Alajahtumine ja ülekuumenemine – meetmed hüpertermia ja hüpothermia korral	26
6		Psüühiline tugi hädaolukorras	28
6.1		Toimetulek hirmude ja paanikaga hooldatavatel	28
6.2		Hädaolukordades dementsuspatsientide hooldus ja rahustamine	28
6.3		Kommunikatsioon lähedaste ja kolmandate isikutega hädaolukorras	29
7		Õiguslikud ja organisatsioonilised aspektid	31
7.1		Dokumenteerimine hädaolukordadest ja esmaabimeetmetest	31
7.2		Vastutusküsimused ja hooldustöötajate vastutus	32
7.3		Tööõiguslikud aspektid (tööülesanded, ületunnitöö hädaolukorras)	33
7.4		Toimetulek surma ja suremisega hädaolukorras	34
8		Praktilised harjutused ja näidisjuhtumid	35
8.1		Praktilised harjutused esmaabi andmiseks (stabiilne külgasend, CPR, AED)	35
8.2		Stsenaariumid ja juhtumiuuringud praktikast	36
8.3		Refleksioon hädaolukordadest – Mis läks hästi? Mida saab parandada?	37

1 Sissejuhatus

1.1 Esmaabi tähtsus eakate hoolduses

Vanurite hoolduses on esmaabi erilise tähtsusega, kuna hooldustöötajad puutuvad sageli kokku suurenenud riskiga, et vanemad inimesed satuvad hädaolukordadesse. See eriline vastutus nõuab pidevat valmisolekut tegutseda kiiresti ja tõhusalt. Vanematel inimestel on oma vanuse ja sageli ka mitmesuguste tervislike piirangute tõttu suurem risk hädaolukordadeks, nagu südameinfarkt, insult või õnnetused.

Esmaabi andmise võime aitab oluliselt kaasa hooldatavate turvalisusele ja heaolule. Kiire ja pädev sekkumine võib paljudel juhtudel oluliselt suurendada ellujäämisvõimalusi ja vähendada võimalike tüsistuste ulatust. Hooldustöötajad tegutsevad siin esimesena hädaolukorrale reageerimisel ja peavad omama põhjalikke esmaabioskusi.

Lisaks esmaabi tehnilisele osutamisele mängib olulist rolli ka psühholoogiline toetus. Hooldajad peavad olema teadlikud, et nad on sageli esimesed, kes puutuvad kokku hädaolukorra füüsiliste ja emotsionaalsete mõjudega. Kaastundlik suhtlemine ja rahustamine võivad olukorda oluliselt leevendada.

Regulaarselt koolitatud esmaabi oskused tugevdavad hooldustöötajate enesekindlust ja tegutsemisvõimet hädaolukorras. See mitte ainult ei paranda vanemate inimeste hooldamist, vaid kaitseb ka hooldajad võimalike õiguslaste tagajärgede eest hooletusse jäetud abi korral. Kokkuvõttes on esmaabi vanurite hoolduses oluline oskus, mis mõjutab oluliselt hooldatavate turvalisust ja elukvaliteeti.

1.2 Õiguslikud alused (Abi osutamata jätmine, garantiikohustus)

Õendusabi õiguslikud alused

Vanurite hoolduses mängivad õiguslikud alused kesksel rolli hädaolukordadega tegelemisel. Kaks peamist valdkonda on siinkohal abituse ja garantiiseisund. Need aspektid mõjutavad mitte ainult hooldustöötajate igapäevast tegutsemist, vaid ka nende tegevuse või tegevusetuse õiguslikke tagajärgi.

Abitus

Karistusseadustiku § 323c kohaselt on kohustus abi osutada, kui keegi satub hädaolukorda. Abitus esineb siis, kui abivajaja ei saa vajalikku abi, kuigi see oleks võimalik ilma olulise isikliku ohuta või muudest olulistest põhjustest tulenevalt. Hooldustöötajatele tähendab see kohustust tegutseda hädaolukordades kiiresti ja asjakohaselt. See hõlmab nii esmaabi kohest alustamist kui ka hädaabikõne tegemist.

Garantiiseisund

Garantiiseisund on vanurite hoolduses eriti asjakohane. Garantiiseisund tuleneb erilistest hoolduskohustustest, mis isikul lasuvad teiste isikute õiguste kaitseks. Hooldustöötajatel on nende hoole all olevate elanike või patsientide ees selline kohustus. Garantiiseisund kohustab neid õiguslikult ennetama kahjustusi, mis võivad nende hoolealuseid ähvardada.

Garantiikohustuse rikkumine võib kaasa tuua kriminaalõiguslikke tagajärgi, eriti kui sellest tuleneb tervisekahjustus. Hooldustöötajad on kohustatud tegema kõik endast oleneva, et ennetada või leevendada hädaolukordi, ja peavad olema pidevalt võimelised asjakohaselt reageerima.

Näide

Näide toob esile tagajärjed: hooldustöötaja märkab, et elanikul on insuldi tunnused, kuid ei reageeri või reageerib viivitusega. Sellist tegevusetust võiks hinnata kui abitust, eriti kui hooldustöötaja oleks oma erialase pädevuse tõttu pidanud hädaolukorda tuvastama. Samuti tekitab tema vastutus garantiina kohustuse sekkuda.

Hooldustöötajad peaksid olema teadlikud oma õigustest ja kohustustest. Regulaarne koolitus ja selge arusaam õiguslikest alustest on hädavajalikud, et vältida õiguslikke tagajärgi ja tagada hooldatavate isikute ohutus.

1.3 Vastutus ja hooldajatöö roll hädaolukorras

Hooldustöötajad kannavad hädaolukorras kesket vastutust. Sageli on nad esimesed, kes kriitilisele olukorrale reageerivad. Nende ülesanne hõlmab hädaolukordade viivitamatut äratundmist ja vajalike meetmete algatamist. Kiire ja tõhus reageerimine võib olla elupäästev.

Hooldustöötaja roll algab olukorra analüüsiga. Tuleb kontrollida, kas abivajajale on otsene oht. See hõlmab eluliste näitajate, nagu hingamine ja teadvus, hindamist. Vajadusel peab hooldustöötaja viivitamatult alustama esmaabi andmist ja hädaabikõne tegemist.

Hädaolukorra ajal vastutab hooldustöötaja ka hooldatava kaitse eest. Ta koordineerib abimeetmeid ja tagab kannatanu asjakohase hoolduse. Väliste päästemeeskondade saabumisel edastab ta vajalikku teavet, võimaldab sujuvat üleminekut ja hoolitseb jätkuvalt patsiendi heaolu eest.

Lisaks esmaabimeetmete praktilisele rakendamisele on hooldustöötajal ka ülesanne anda edasi rahu ja turvatunnet. See on otsustav, et stressirohket olukorda kontrolli all hoida ja anda abivajajale stabiilsuse tunne. Kaastundlik suhtlemine võib oluliselt kaasa aidata patsiendi olukorra rahustamisele.

Hooldustöötajaid tuleb regulaarselt koolitada, et nende teadmised oleksid ajakohased ning et nad saaksid hädaolukordades oma oskusi kindlalt ja enesekindlalt rakendada. See hõlmab mitte ainult esmaabi tehnilisi aspekte, vaid ka kriitilistes olukordades käitumist ja kannatanutega õige kommunikatsiooni toetamist.

Hooldustöötaja roll hädaolukordade haldamisel nõuab suurt vastutustunnet ja pädevust. Ainult pideva täiendõppe ja harjutamise kaudu saavad hooldustöötajad tagada, et nad tegutsevad hädaolukordades optimaalselt ja kaitsevad neile usaldatud abivajajaid.

preview

2 Esmaabi alused

2.1 Mis on esmaabi

Esmaabi hõlmab kõiki meetmeid, mida võetakse õnnetuste või ootamatute haiguste korral, et päästa kannatanute elu, takistada nende tervise halvenemist või leevendada nende valu. See on päästetegevuse vahetu algus, mis ulatub kuni professionaalse arstiabini. Eakate hoolduses tähendab see eelkõige ohuolukorra õigeaegset äratundmist ja põhiliste abimeetmete alustamist kuni kiirabi saabumiseni.

Esmaabi eakate hoolduses põhineb põhimõtetel nagu abistaja ja kannatanu kaitse, abi kiire kutsumine ning elupäästvate meetmete sihipärane rakendamine. Tähelepanu keskmes on olukorra vaatlemine ja hindamine: Kes on kannatanu? Kui tõsine on olukord? Millised meetmed on vajalikud?

Esmaabi ei tähenda täielikku meditsiinilist ravi, vaid ajaülesannet ja kannatanu tervises seisundi stabiilsena hoidmist. See võib hõlmata lihtsaid toiminguid, nagu hingamisteede vabastamine, verejooksu peatamine või teadvuseta inimese asetamine küliliasendisse. Eakate hoolduses on oluline olla alati valvas, et ebatavalisi sümptomeid varakult märgata.

Praktilised teadmised ja esmaabimeetmete regulaarne harjutamine on otsustava tähtsusega, et hädaolukorras kiirelt ja läbimõeldult tegutseda. Iga esmaabi kasutamine nõuab ka rahulikku ja kaalutletud lähenemist, et arvestada nii kannatanu füüsilist kui ka psüühilist olukorda.

2.2 Esmaabi põhimõtted (rahu säilitamine, enesekaitse, hädaabikõne)

Ruhe säilitamine on esmaabi andmisel esimene ja kõige olulisem põhimõte. Hädaolukorras on selge mõtlemine otsustava tähtsusega. Kui paanika vallandub, võivad tekkida vead. Hingake sügavalt sisse ja saage olukorrast ülevaade. Vältige kiirustatud liigutusi ja säilitage kontroll oma tegude üle.

Isekaitse on esmatähtis. Enne tegutsemist kontrollige, kas teile endale on oht olemas. Ohukohad võivad olla elekter, tuli või kemikaalid. Vajadusel eemaldage end ohualast. Ainult siis, kui ise olete turvaliselt, saate tõhusalt aidata. Pidage meeles, et teie enda tervis peab säilima, et saaksite abivajajale kasu tuua.

Hädaabikõne on iga hädaolukorra lahendamise oluline osa. Valige viivitamatult 112. Andke järgmised andmed täpselt edasi: Kes helistab? Kus on hädaolukorra asukoht? Mis juhtus? Kui palju inimesi on kannatada saanud? Milline on vigastuste või sümptomite laad? Jääge telefonile, et vastata võimalikele lisaküsimustele, kuni dispetšer palub teil kõne lõpetada.

Kokkuvõttes on külma närvi säilitamine, isekaitse ja tõhusa hädaabikõne tegemine eduka esmaabi keskmeks. Ainult nii saab algatada õiged meetmed, et päästa kannatanute elu ja parandada nende tervislikku seisundit.

2.3 Erakorralise juhtumi lahendamise protsess (olukorra analüüs, enesekaitse, meetmed)

Situatsiooni analüüs

Hädaolukorra toimumiskohta hooldusasutuses saabudes tuleks läbi viia kiire ja põhjalik situatsiooni analüüs. See hõlmab asjaolude selgitamist: Mis on juhtunud? Kes on mõjutatud? Millised ohud on mõjutatud isikutele ja abistajale? Kas on näha sümptomeid või vigastusi? Need andmed on otsustava tähtsusega järgmiste sammude planeerimiseks ja vajaliku abi määramiseks.

Enesekaitse

Enesekaitse on kõrgeim prioriteet. Siseneda sündmuskohale ainult siis, kui pole otsest ohtu, näiteks tule, suitsu või laakil olevate teravate esemete tõttu. Kasutage vajadusel kaitsevahendeid, nagu kindad või maskid, et kaitsta end nakkuste või saastumise eest. Pidev ohuhindamine on vajalik, et tundmatuid riske ära tunda ja tõrjuda.

Meetmed

Meetmeid tuleb rakendada vastavalt kindlaks tehtud olukorrale. Elupäästvad esmaabinõud, nagu elustamine, hingamisteede taastamine või raskete verejooksude peatamine, on esmatähtsad. Vähem kiireloomuliste seisundite korral tuleks rakendada tavapäraseid esmaabi tehnikaid, nagu stabiilse küliliasendi rakendamine või alajahtumise korral sooja hoidmine. Vajadusel tuleks mõjutatud isiku seisundit pidevalt jälgida ja reageerida vastavalt muutustele.

Dokumenteerimine on hädaolukordade haldamise oluline osa. Protokollige tehtud meetmed ja mõjutatud isiku seisund, et edasi anda järgnevatele päästemeeskondadele põhjalik ülevaade. Märkige täpselt üles kellaajad, tähelepanekud ja muutused tervises seisundis.

Hädaolukorra edukas haldamine tugineb situatsiooni tähelepanelikule hindamisele, järjekindlale enesekaitsele ja vajalike esmaabi meetmete korrapärasele rakendamisele. Regulaarne koolitus ja harjutused kindlustavad, et hooldustöötajad jäävad hädaolukorras tegutsemisvõimeliseks ja kindlaks.

2.4 Hädaabikõne (112) – Mida tuleb arvestada?

Tõhusa hädaabikõne tegemiseks on oluline struktureeritud tegutsemine. Alustage hädaabinumbri 112 valimisega. Katkematu infovoog on oluline, et anda päästetöötajatele täielikud ja täpsed andmed.

Esmalt peate end tuvastama: "Kes helistab?". Andke oma nimi ja asutuse nimi. See aitab dispetšeritel konteksti mõista ja järelpärimiste korral paremini hinnata.

Seejärel öelge täpne hädaolukorra asukoht: "Kus on hädaolukorra asukoht?". See hõlmab täielikku aadressi, sealhulgas korrus või toa number. Hooldusasutustes võib olla mitu korrust ja tiiba, mis muudab täpse asukoha määramise veelgi olulisemaks.

Kirjeldage lühidalt juhtunut: "Mis juhtus?". Näiteks: "Elanik on kukkunud ja on teadvuseta". See teave annab päästemeeskondadele juba esmase ülevaate olukorra iseloomust.

Andke teada, kui palju inimesi on mõjutatud: "Kui palju inimesi on mõjutatud?". Kui on kaasatud mitu elanikku või töötajat, edastage see kohehelt.

Selgitage kannatanute seisundit: "Millised on vigastused või sümptomid?". Piirduge oluliste ja ilmselgelt märgatavate asjaoludega, nagu hingamisraskused, tugev verejooks või teadvusetus.

Vestluse lõpetamiseks jääge liinile, kuni dispetšer on saanud kõik vajalikud andmed ja palub teil lõpetada kõne. See tagab, et võimalikud küsimused saavad kohehelt vastused ja edasised juhised edastatakse.

Tõhus hädaabikõne nõuab täpset ja selget suhtlust. See struktuur väldib arusaamatusi ja tagab, et päästetöötajad jõuavad sündmuskohale optimaalselt ettevalmistatuna

Tõhus hädaabikõne

3 Hädaolukorrad hoolduskäigus

3.1 Tüüpilised hädaolukorrad vanurite hoolduses

Vanurite hoolduses esineb regulaarselt teatud hädaolukordi. Hooldajad peaksid olema nendeks valmistunud ja suutma kiiresti reageerida. Kõige sagedasemate hädaolukordade hulka kuuluvad:

Kukkumised: Eakad inimesed on eriti ohustatud kukkumise eest, olgu see siis tingitud pearinglusest, tasakaaluhäiretest või piiratud liikuvusest. Sellised kukkumised võivad põhjustada verevalumeid, luumurde või peatraumasid. Pärast kukkumist on lisaks füüsilisele hooldusele oluline jälgida segasust või pearinglust.

Hingamisraskused: Hingamisraskusi võivad põhjustada kroonilised haigused nagu KOK, südamepuudulikkus või astma. Ägedatel juhtudel tuleks rakendada hapniku andmist ja hingamistehnikaid rahustamiseks ja toetamiseks.

Südame-veresoonkonna probleemid: Ägedad kaebused nagu rinnavalgu või südamerütmihäired nõuavad kiiret tegutsemist. Esmaabimeetmed hõlmavad kannatanu paigutamist mugavasse asendisse ja eluliste näitajate jälgimist kuni kiirabi saabumiseni.

Diabeetilised hädaolukorrad: Hüpoglükeemia (veresuhkru langus) ja hüperglükeemia (veresuhkru tõus) vajavad kiiret äratundmist ja reageerimist. Tüüpilised sümptomid on segasus, higistamine või teadvushäired hüpoglükeemia puhul ning väsimus või janu hüperglükeemia puhul. Hüpoglükeemia korral tuleks kiiresti manustada glükoosi.

Teadvusetus: Kui inimene kaotab teadvuse, tuleb rakendada stabiilset külgsomitust, et hoida hingamisteed vabana, enne kui tehakse täiendav hindamine hingamise ja pulsi osas.

Krambihood: Krambihoo ajal tuleb inimest kaitsta vigastuste eest, ilma jäsemeid aktiivselt manipuleerimata. Pärast hoogu tuleks inimene asetada stabiilsesse külgsomitusse.

Aspiratsioonioht: See esineb toidu või vedelike hingamisteedesse sattumisel ja võib põhjustada hingamisraskust. Heimliche võtet võib kasutada eluohtlikes olukordades hingamisteede vabastamiseks.

Hooldajad peaksid alati olema tähelepanelikud, et varakult tuvastada muutusi klientide tervises seisundis, ja olema esmaabis koolitatud tegutsema. Kiire reageerimine võib vältida tõsisid tagajärgi ja tagada hooldatavate heaolu.

7 See on ainult eelvaade

Täielikku raamatut saab <https://www.altenpflege.de> registreeritud kasutajatele. Registreerimine ja kasutamine on tasuta. Need, kes ei soovi registreeruda, võivad saata 2. lehel nimetatud summa PayPali kaudu aadressile buchhaltung@factsoft.de, märkides nii raamatu pealkirja kui ka e-posti aadressi. Seejärel saadetakse neile PDF e-postiga.

Lisaks tasuta juurdepääsule lühikursuse raamatutele võimaldab registreerimine [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) lehel otse töökohtadele kandideerida. Samuti saate ise tasuta töökohakuulutuse postitada. Olge ka teie osa [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) kogukonnast.