

altenpflege.de Edition

Rövid tankönyvek az ápolóképzéshez - Fókuszban az idősgondozás

Theo Ahrens

Elfoglaltság, szórakoztatás és kognitív ösztönzés időotthonokban

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliográfiai adatok

Theo Ahrens – Rövid életrajz

Theo Ahrens, aki 1979-ben született München közelében, ápolási szakmák tanára és elhivatott ápolási pedagógus. Egy önkéntes szociális év teljesítése után egy kórházban végezte el az ápoló és betegápoló képzést, és értékes szakmai tapasztalatokat szerzett az intenzív osztályon. A tudás továbbadásának vágya vezérelte, ezért ápolási pedagógiát tanult, és 2009-ben kezdett tanárként dolgozni egy szakiskolában Münchenben. Theo közismert gyakorlatias és empatikus oktatásáról, amellyel a leendő ápolókat felkészíti a megterhelő szakmájukra. Magánéletében feleségével és két gyermekével Berlinben él, és önkéntesként munkálkodik a jobb ápolási képzési feltételekért. Ezt a könyvet egykori kolléganőjének, Annegretnek szenteli, aki már a 80-as években jelentős gyakorlati érdemeket szerzett e téren Münchenben.

Ez a rövid tankönyv az óráinak tanterveiből, mesterséges intelligencia felhasználásával lett megfogalmazva. A fordítás automatikusan történt.

Kiadta: altenpflege.de

Ár DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Észrevételeit és javaslatait kérjük, küldje a következő címre: team@altenpflege.de.

1/-2412181531

Tartalomjegyzék

1 Előszó	4
1.1 A rövid tankönyv célkitűzései	4
1.2 A foglalkoztatás, szórakoztatás és kognitív stimuláció jelentősége az idősgondozásban	4
1.3 Útmutató tanulók számára: Hogyan használja a könyvet	5
2 Bevezetés	6
2.1 Az idősgondozás foglalkoztatásterápiájának alapjai	6
2.1.1 A foglalkoztatás és aktiválás meghatározása és céljai	6
2.1.2 Elméleti alapok (gerontológia, geriátria, életkori pszichológia)	7
2.1.3 Jogi és etikai szempontok (Otthontörvény, minőségi irányelvek, az ember méltósága)	7
2.1.4 Személyközpontú megközelítés Kitwood szerint	8
2.2 Korhoz kötődő változások és jelentőségük a foglalkoztatás szempontjából	9
2.2.1 Fizikai változások és azok hatásai a mobilitásra és a finommotorikára	9
2.2.2 Érzékszervi korlátozások (látás, hallás, tapintás)	10
2.2.3 Kognitív változások: demencia, memória csökkenése, gondolkodási folyamatok lassulása	11
2.2.4 Pszichoszociális változások: Magány, depresszió, szerepvesztés	12
2.2.5 Reszursorientált szemlélet: erősségek felismerése és kihasználása	12
3 Szükségletelemzés és személyközpontú ajánlattervezés	14
3.1 Az egyéni élettörténet-feldolgozás mint az értelmes foglalkoztatás alapja	14
3.2 A lakók részvétele: Aktív beleszólás a témaválasztásba, egyéni képességek és tehetségek bevonása	15
3.3 Beszélgetésvezetés lakókkal az igényfelméréshez	16
3.4 Célkitűzés: Az önállóság megőrzése, a kommunikáció elősegítése, az életöröm növelése	17
3.5 Dokumentáció és értékelés: Tervezés – Végrehajtás – Kiértékelés – Alkalmazkodás	17
4 Keretfeltételek és szervezés	19
4.1 Térkialakítás és biztonsági szempontok	19
4.2 Éjszakai kávézó vagy Stammtisch: Kötetlen esti találkozó a társas kapcsolatok erősítésére és az akadályok lebontására	19
4.3 Anyagbeszerzés: költség, minőség és haszon	20
4.4 Együttműködés az ápolócsapatban és a hozzátartozókkal	21
4.5 Külső szakemberek bevonása (zeneterapeuták, ergoterapeuták, gyógytornászok)	22
5 Kognitív serkentés	24
5.1 Memóriafejlesztés és gondolkodási játékok	24
5.2 Rejtvények, kvízkörök, életrajzi munka beszélgetőcsoportokban	25
5.3 Validáció és reminiscencia (Emlékezés munka)	25
5.4 Digitális médiák használata (tabletek, interaktív játékok, virtuális valóság)	26
6 Kreatív és kézműves tevékenységek	28
6.1 Festés, rajzolás, kollázsok készítése	28
6.2 Kézműves és kézimunka csoportok (kötés, horgolás, famegmunkálás)	29
6.3 Érzékszervi ingereket támogató ajánlatok (aromaterápia, tapintódobozok)	30
6.4 Évszakokhoz és témákhoz kapcsolódó projektek (húsvéti dekoráció, karácsonyi kézművesség)	31
7 Zene, tánc és mozgás	32
7.1 Közös éneklés, zenélés egyszerű hangszerekkel	32
7.2 Zenei terápiás megközelítések	33
7.3 Ülőtáncok, könnyű torna, mozgáscsoportok	34
7.4 Táncterápia és ritmusgyakorlatok	35
8 Játékok és szabadidős tevékenységek	36
8.1 Társasjátékok (tábla-, kártya- és kockajátékok)	36
8.2 Mozdás- és koordinációs játékok (tekés, boccia)	37
8.3 Generációk közötti programok (iskolai osztályok látogatásai, óvodai együttműködések)	38
8.4 Kirándulások, ünnepek és rendezvények (Közös kirándulások, születésnapi összejövetelek, kulturális események)	39
9 Kulturális és spirituális kínálatok	41
9.1 Felolvasó órák és irodalmi csoportok	41
9.2 Színház, filmvetítések és médiahasználat	41
9.3 Élettörténetekkel és hagyományokkal foglalkozó életrajzi workshopok	42
9.4 Vallási és spirituális ajánlatok (istentiszteletek, meditáció, lelkigondozás)	43
10 Reflexió és értékelés	45
10.1 Minőségi előírások foglalkoztatási ajánlatokhoz	45
10.2 Visszajelzések begyűjtése lakóktól, hozzátartozóktól és kollégáktól	46
10.3 Sikerkontrollok és az ajánlatok kiigazítása	47
10.4 Továbbképzés és szupervízió gondozó személyzet számára	48
11 Jövőbeli kilátások a foglalkoztatásterápiában	50
11.1 A digitális technológiák és robotika alkalmazása	50
11.2 Innovatív koncepciók (Green Care, állatasszisztált terápia)	50
11.3 Személyre szabott aktiváló intézkedések az Ápolás 4.0-ban	51
12 Zárzó és kilátások	53
12.1 A legfontosabb ismeretek összefoglalása	53
12.2 Ösztönzés kreativitásra és személyes elkötelezettségre	53
12.3 A holisztikus megközelítés jelentősége az idősök életminősége szempontjából	54

1 Előszó

1.1 A rövid tankönyv célkitűzései

A rövid tankönyv gyakorlatias és elméleti tudást közvetít az idősök életminőségének javítása érdekében, foglalkozási, szórakoztatási és aktiválási kínálatokkal ellátva ápolási intézményekben. Sajátos cselekvési útmutatásokat és elméleti alapokat kínál a szociális gondozást tanulóknak és szakembereknek, hogy megfelelő tevékenységeket tervezhessenek és valósíthassanak meg.

Különös hangsúlyt fektet a személyközpontú megközelítésre, amely figyelembe veszi a lakók egyéni szükségleteit és képességeit. Az itt rendelkezésre bocsájtott információk segítségével az idősgondozók képesek lesznek befogadó és megbecsült környezetet teremteni, amely pozitívan befolyásolja a lakók kognitív, szociális és érzelmi aspektusait egyaránt. Az a cél, hogy elmélyítse az átfogó megközelítések jelentőségének megértését és a módszereket a lakók szükségleteihez igazítsa.

1.2 A foglalkoztatás, szórakoztatás és kognitív stimuláció jelentősége az idősgondozásban

A foglalkoztatás és a szórakoztatás az idősotthonban elősegíti a lakók jóllétét. Erősítik a testi mozgékonyt és a motorikus képességeket. Célzott tevékenységekkel tovább megőrizhetők a szellemi képességek. A kognitív ösztönzés segít az agyi teljesítmény és a memória edzésében. Ez különösen fontos az életkorral összefüggő korlátozások esetén.

A foglalkoztatások és szórakoztató programok révén létrejövő társas interakciók megelőzik a magányt és az elszigeteltséget. A lakók így egyfajta összetartozás érzésére tesznek szert. A közös tevékenységek elősegítik a társadalmi eszmecserét és új barátságok kialakulását, ami nagymértékben növeli az élet elégedettséget.

A személyes érdeklődésre és biográfiai háttérre való odafigyelés révén a lakók aktívan bevonhatók a tevékenységek tervezésébe. Ez elősegíti az autonómiát és az önrendelkezést. Az egyéni megközelítés figyelembe veszi mindenki egyedi képességeit és preferenciáit, így hozzájárul az önmegvalósításhoz.

A testi aktiválás, a szellemi stimuláció és a társadalmi részvétel kombinációja döntő fontosságú az idősotthonokban élők életminősége szempontjából. Az ápolók központi szerepet játszanak a személyre szabott gondozás biztosításában. Támogatják a lakókat abban, hogy aktívan és értelmes módon vegyenek részt. Így valósítható meg egy motiváló és gazdagító idős ellátás.

1.3 Útmutató tanulók számára: Hogyan használja a könyvet

Kezdje a könyv szerkezetének áttekintésével. Minden fejezet az idősgondozásban nyújtott foglalkoztatás, szórakoztatás és kognitív serkentés sajátos aspektusaival foglalkozik. Olvassa el alaposan a bevezetőt, hogy szilárd megértést szerezzen az alapokról. Ez a tudás elengedhetetlen a következő tartalmak gyakorlati alkalmazásához.

A harmadik fejezetben megtudhatja, hogyan végezhet egyéni igényfelméréseket. Használja fel ezeket az információkat, hogy a tevékenységeket pontosan a lakók igényeihez igazítsa. Rendszeresen dokumentáljon és értékeljen, hogy ellenőrizze az ajánlatok hatékonyságát és elfogadottságát.

A negyedik fejezet a szervezésről és a keretfeltételekről szól. Vegye figyelembe az előadásokat a tér kialakításáról és a biztonsági szempontokról, hogy biztonságos és vonzó környezetet teremtsen. A zökkenőmentes együttműködés érdekében itt lényeges pont a gondozócsapattal való együttműködés.

Az ötödik-től a kilencedik fejezetig használjon gyakorlati példákat arra, hogy hogyan alakíthat ki kognitív serkentést, kreatív tevékenységeket, valamint zenei, tánc- és mozgásprogramokat. Mindegyik fejezet konkrét ötleteket és módszereket kínál a lakók életminőségének javítására.

A kulturális és spirituális programokkal foglalkozó fejezet során a különböző érdeklődési körök és élettörténetek tiszteletének középpontba állítására fókuszálhat. Ezek az ajánlatok döntő fontosságúak a lakók pszichikai és érzelmi támogatása szempontjából.

A tizedik fejezetben reflektáljon a minőségi szabványok, a visszajelzések és az ajánlatok folyamatos kiigazításának jelentőségére. A munkájával való kritikus szembenézés elősegíti a szakmai fejlődést.

A tizenegyedik fejezet kilátást nyújt a foglalkoztatásterápia jövőbeli perspektíváira. Tájékozódjon az innovatív technológiákról és fogalmakról, hogy lépést tartson az idősgondozás fejlődésével.

Használja ezt a könyvet kreatív és hatékony foglalkoztatási ajánlatok kifejlesztéséhez, amelyek jelentősen gazdagíthatják a lakók életét. Tekintse gyakorlati eszközként, amely kíséri és támogatja Önt az idősgondozási szakemberré válás útján.

2 Bevezetés

2.1 Az idősgondozás foglalkoztatásterápiájának alapjai

A foglalkoztatásterápia elősegíti az idősebb emberek jólétét, testi és szellemi egészségét. Magában foglalja a tervezett tevékenységeket, amelyek támogatják a képességeket, lehetővé teszik a szociális kapcsolatokat és hozzájárulnak az életminőséghez. A foglalkoztatásterápia meghatározása célzott tevékenységeket tartalmaz azzal a céllal, hogy megőrizze és fejlessze a meglévő képességeket.

Elméletileg a gerontológia, geriátria és időskor-pszichológia eredményeire támaszkodik. Ezek a tudományágak segítenek megérteni, hogyan befolyásolják az öregedési folyamatok az igényeket. A foglalkoztatásterápia elterjedt modelleket használ a programok kidolgozására, amelyek mind korhoz illeszkedők, mind vonzóak.

A jogi és etikai szempontok döntő fontosságúak. Az Otthonrendelet és a minőségi irányelvek meghatározzák azokat a standardokat, amelyek biztosítják, hogy a tevékenységek megfeleljenek a személyes igényeknek, miközben mindig tiszteletben tartják az emberi méltóságot.

A Kitwood-féle személyközpontú megközelítés az egyéni élettörténet fontosságát hangsúlyozza. A foglalkoztatásterápiát a lakók preferenciái, érdeklődései és tapasztalatai alapján kell kialakítani. Ez a megközelítés megakadályozza a megbélyegzést, és elősegíti a tiszteletet és megértést.

A foglalkoztatásterápia az idősebb emberek egyéni és kollektív szükségleteinek mély megértésére épül az ápolási intézményekben. Ez a holisztikus ápolás szerves része, amely a lakók testi, szellemi és érzelmi jólétét helyezi a középpontba.

2.1.1 A foglalkoztatás és aktiválás meghatározása és céljai

A foglalkoztatás és aktiválás célja az, hogy az idős emberek mindennapjait értelmesen alakítsák, valamint megőrizték vagy akár javítsák meglévő képességeiket. Minden foglalkoztatásnak tekintett tevékenység olyan, amely felkelti az érdeklődést és örömet okoz a lakóknak. Az aktiválás ennél egy lépéssel tovább megy, hiszen célja a lakók motiválása arra, hogy fizikailag, szellemileg vagy kreatívan tevékenykedjenek.

A foglalkoztatás és aktiválás céljai közé tartozik az önállóság elősegítése, a mobilitás fenntartása, valamint a szellemi frissesség támogatása. Erősödik a társadalmi interakció és kommunikáció, ami ellensúlyozza az elszigeteltséget és magányt. Az egyénre szabott ajánlatok előmozdítják az egyéni erőforrásokat és növelik az önértékelést. Különös figyelmet fordítanak a tevékenységek alkalmazkodására az egyes lakók fizikai és kognitív képességeihez, hogy elkerüljék a túlzott megterhelést és garantálják a biztonságot.

2.1.2 Elméleti alapok (gerontológia, geriátria, életkori pszichológia)

Gerontológia, geriátria és idősz pszichológia alapvető megértést nyújtanak a foglalkoztatásterápia kialakításához. A gerontológia az öregedés biológiai, pszichológiai és társadalmi aspektusait vizsgálja. Segít megérteni az életkorral járó összetett változásokat, és támogatja a rugalmasságot elősegítő stratégiák kifejlesztését az életminőség javítása érdekében.

A geriátria az öregedés orvosi kérdéseivel foglalkozik. Elemzi a korhoz köthető betegségeket és azok kezelési módszereit. Az olyan geriátriai szindrómák ismerete, mint a multimorbiditás és a törékenység, lehetővé teszi a tevékenységek alkalmazását az egészségügyi korlátok figyelembevételével és az önállóság elősegítésével.

Az idősz pszichológia az életkorral kapcsolatos kognitív és érzelmi változásokat vizsgálja. Információkat nyújt az emlékezési folyamatokról, a tanulási képességről és az idők érzelmi alkalmazkodásáról. Ez lehetővé teszi a pszichológiai szükségletek integrálását a foglalkoztatási ajánlatokba és a mentális egészség támogatását.

Ezek a tudományágak együtt alkotják a foglalkoztatási programok kifejlesztésének elméleti alapját, amelyek egyénre szabottak. Segítenek megtervezni a tevékenységeket a fizikai, kognitív és érzelmi erőforrások figyelembevételével. Ezek az alapok egy holisztikus szemlélethez vezetnek, amely célzott intézkedésekkel tartja fenn és javítja a jólétet.

2.1.3 Jogi és etikai szempontok (Otthontörvény, minőségi irányelvek, az ember méltósága)

A Heimgesetz (HeimG) és a minőségi irányelvek meghatározzák az idősothonok lakóinak gondozására és támogatására vonatkozó mércéket. Biztosítják a lakók jogait, és jogi keretet szolgáltatnak a méltóságteljes életkörülmények garantálásához. A gondozási gyakorlatban ez azt jelenti, hogy minden tervezett tevékenység figyelembe veszi a személyes igényeket, és megfelel az idők egyéni kívánságainak.

A Heimgesetz átláthatóságot követel a foglalkoztatási tevékenységek kialakításában és megvalósításában. A gondozó intézmények kötelesek biztosítani, hogy minden ajánlat a lakók jólétét támogassa és tiszteletben tartsa autonómiáját. Ide tartozik a biztonsági szempontok figyelembevétele, az egészségügyi korlátozásokhoz való alkalmazkodás, valamint a tevékenységek dokumentálása és értékelése.

A minőségi irányelvek leírják az elvárásokat a gondozási minőséggel szemben. Követelik, hogy az ajánlatok folyamatosan továbbfejlesztésre kerüljenek, és az aktuális tudományos standardokhoz igazodjanak. Rendszeres értékelések szükségesek, hogy biztosítsák a foglalkoztatási ajánlatok magas minőségét.

Az emberi méltóságot minden helyzetben meg kell őrizni. Ez nemcsak jogi, hanem etikai alapelv is. A tevékenységeknek nem kell gyámkodónak lenniük, hanem tiszteletteljesen és egyenrangúan kell zajlaniuk. A lakókat tiszteletben kell tartani döntéseikben, még akkor is, ha ez azt jelenti, hogy nem kívánnak részt venni bizonyos ajánlatokban. Az etikai felelősség továbbá érzékenységet igényel a kulturális, vallási és személyes különbségekre.

Összefoglalva, a jogi és etikai szempontok a felelős foglalkozási terápia alappillérei. Biztosítják, hogy a gondozó intézmények ne csak a jogi standardoknak feleljenek meg, hanem olyan környezetet is teremtsenek, amely szolgálja a lakók személyes kibontakozását és jóllétét.

2.1.4 Személyközpontú megközelítés Kitwood szerint

A személy-központú megközelítés Tom Kitwood szerint a demenciával élő embereket helyezi a középpontba. Kiemeli az empátia, a tisztelet és az egyéni elismerés fontosságát. Kitwood bírálja a hagyományos ápolási megközelítéseket, amelyek az embereket a hiányosságaikra redukálják. Ehelyett minden embert egyedinek és értékesnek tekint, függetlenül a kognitív korlátoktól.

Kitwood „Personhood” koncepciója képezi e modell alapját. A „Personhood” azt a státuszt írja le, amelyet valaki a társadalomban kap, és amelyet az emberek közötti kapcsolatok erősíthetnek vagy gyengíthetnek. Kitwood számára alapvető fontosságú, hogy a demenciában szenvedő emberek megőrizzék ezt a státuszt a életminőségük biztosítása érdekében.

A személy-központú megközelítés elemei közé tartozik a pozitív interakció, az egyéni támogatás és a biográfia-orientált tevékenységek. Az ápolókat arra ösztönzik, hogy használják a lakókról szerzett biográfiai ismereteket. Ez segít olyan tevékenységek kialakításában, amelyek kapcsolódási pontokat kínálnak a személyes életeseményekhez. A biográfiai munka fontos eszköz az identitás és az önértékelés előmozdítására.

A kommunikáció központi eszközként szolgál a személy-központú megközelítésben. A lakók aktív és tiszteletteljes bevonása a beszélgetésekbe és döntésekbe erősíti a hovatartozás érzését. Itt nemcsak a verbális, hanem a nonverbális kommunikációról is szó van. A testi közelség, a szemkontaktus és az együttérző hallgatás kapcsolatokat teremtenek és bizalmat erősítenek.

Kitwood hangsúlyozza, hogy a demenciával élő emberek jóléte nagymértékben az ápolás minőségétől és a társadalmi környezettől függ. Egy pozitív, személy-központú környezet lassíthatja a tünetek előrehaladását és javíthatja az életminőséget. A támogató hálózat kiépítése és a hozzátartozók bevonása szintén fontos.

Összefoglalva, Kitwood elutasítja a rutinszerű, hiányosság-orientált megközelítéseket, és egy átfogó személy-felfogást sürget. Az ő elvei úttörőek egy tiszteletteljes, az egyénhez igazított ápolás és foglalkoztatásterápia számára időotthonokban.

2.2 Korhoz kötődő változások és jelentőségük a foglalkoztatás szempontjából

Az életkorral összefüggő változások alapvetően befolyásolják a foglalkozási kínálatok kialakítását. A fizikai változások gyakran érintik az izomerőt, a mozgékonytságot és a finommotorikát. Ezek az aspektusok alkalmazkodott tevékenységeket igényelnek, amelyek elősegítik a mobilitást anélkül, hogy túlterhelnének. A finommotorikát erősítő gyakorlatok, mint például az egyszerű kézímunkák, itt hasznosak lehetnek.

Az érzékszervi korlátozások érinthetik a látást, hallást és tapintást. Látásproblémák esetén kontrasztos anyagokra és nagyobb betűméretre van szükség. A halláskárosodást tiszta beszéddel és hallókészülékekkel kell figyelembe venni. A tapintás érzékelésének csökkenését változatos érzékszervi élményekkel, tapintóállomásokkal vagy érzékszervi anyagokkal kell kezelni.

A kognitív változások, például a demencia miatt, kreatív megközelítéseket igényelnek. A memória romlása és a gondolkodási folyamatok lassulása türelmes kommunikációt és világos, egyszerű utasításokat követel. A játékos formájú memóriafejlesztés támogathatja a kognitív funkciókat.

A pszichoszociális változások, mint a magány, depresszió és szerepvesztés, érzékeny eljárást igényelnek. A csoporttevékenységek elősegítik a szociális interakciót és hozzájárulnak az új társadalmi szerepek kialakításához. Fontos, hogy támogató hálózatot építsünk, amely érzelmi biztonságot nyújt.

Egy erőforrás-orientált megközelítés döntő fontosságú. Az erősségek felismerése és hasznosítása kontroll és önértékelés érzését nyújtja a lakóknak. Az egyéni képességeknek kell állniuk a foglalkozási ajánlatok középpontjában, hogy elősegítsék a személyes sikereket. Ez a megközelítés erősíti az önbizalmat és támogatja az élet elégedettségét.

Minden intézkedést specifikusan a változásokhoz kell igazítani, hogy javítsák az életminőséget és támogassák a részvételt

2.2.1 Fizikai változások és azok hatásai a mobilitásra és a finommotorikára

Az időskor a test tipikus fizikai változásaival jár, amelyek hatással vannak a mobilitásra és a finommotorikára. Az izomtömeg és -erő csökken, amit szarkopéniának neveznek. Ez fokozott fáradtságot és a mozgékonytság csökkenését eredményezi. A mobilitást elősegítő intézkedések, mint például a célzott erő- és egyensúlygyakorlatok, elengedhetetlenek. Ezek csökkenthetik az esés kockázatát és támogathatják az önállóságot.

Az ízületek merevsége és kopása gyakori jelenség. Így a tevékenységek nehezebbé és fájdalmasabbá válnak. Itt ajánlott az olyan mozgásgyakorlatok integrálása, amelyek az ízületek működését elősegítik, például kímélő mozgékonyági edzésekkel. Az ergonómiailag kialakított segédeszközök megkönnyíthetik a mindennapi tevékenységekben való részvételt.

A finommotoros képességek csökkennek, ami hatással van a mindennapi tevékenységekre, mint például a ruhák begombolása vagy tárgyak megfogása. A finommotorika fejlesztését elősegítő gyakorlatok, például a kis tárgyak megfogása és manipulálása segíthetik e képességek megőrzését. A kreatív tevékenységek, mint a festés vagy kézműveskedés szintén támogatják a finommotorikát.

Az egyensúlyérzék változásai és a reakcióképesség lassulása további fizikai kihívást jelentenek. Ezek befolyásolják a biztonságot járás és állás közben. Az egyensúlyi gyakorlatok célzottan bevethetők a stabilitás és járási képesség javítására.

A kiegyensúlyozott táplálkozás és a megfelelő folyadékfogyasztás fontos, hogy minimálisra csökkentsük a fizikai korlátozásokat. Mindkét tényező támogatja az izom- és csontfunkciók megőrzését.

A tevékenységek fizikai változások figyelembevételével történő hozzáigazítása nemcsak a részvételi hajlandóságot fokozza, hanem a lakók jólétét is. Gondosan kiválasztott, koruknak megfelelő ajánlatokkal célzottan lehet a mobilitást és a finommotorikát elősegíteni és megőrizni.

2.2.2 Érzékszervi korlátozások (látás, hallás, tapintás)

Szenzoros korlátozottságok idősebb embereknél gyakoriak. Ezek befolyásolják az érzékelést és megnehezítik a mindennapi tevékenységeket. Ezen korlátozások közé tartozik a látás, hallás és tapintás.

Látáskorlátozások közé tartozik a látásélesség csökkenése, periférikus látás elvesztése és a vakító fényérzékenység. Gyakori okok a szürkehályog, a makula degeneráció és a glaukóma. A látáskorlátozások kompenzálása érdekében magas kontrasztú anyagokat, nagyobb betűméretet és jó megvilágítást kell használni. Tapintható jelölések és akusztikus jelek további tájékozódási segítséget nyújtanak.

Halláskorlátozások, amelyeket gyakran presbakusis és fülbetegségek okoznak, kommunikációs problémákat eredményeznek és visszahúzódnak a társas tevékenységektől. Érthető beszéd, lassú beszéd és hallókészülékek használata támogatja az érintetteket. Csoportos tevékenységeket akusztikailag optimalizálni kell, hogy minimalizálják a visszhangokat és háttérzajokat.

Tapintásvesztések, mint a csökkent érzékenység és a textúrák megkülönböztetésének nehézségei befolyásolják a mindennapi életet. Szenzoros tevékenységek, amelyek bevonják a tapintásérzéklet, elősegítik az érzékelés feldolgozását. Ez magába foglalja érintődobozok, tapintható felületek és aromás anyagok használatát, amelyek óvatosságot igényelnek túlérzékenység esetén.

7 Ez csak egy előzetes

A teljes könyv elérhető a <https://www.altenpflege.de> oldalon bejelentkezett felhasználók számára. A regisztráció és a használat is ingyenes. Akik nem szeretnének regisztrálni, a 2. oldalon megadott összeget átutalhatják PayPalal a buchhaltung@factsoft.de címre, megadva a könyv címét és az e-mail-címüket. Ekkor e-mailben megkapják a PDF-et.

Az ingyenes hozzáférésen túl a rövid tankönyvekhez, a regisztráció az [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) oldalon lehetőséget nyújt közvetlen pályázásra az állásokra. Továbbá, saját ingyenes álláshirdetés feladására is. Legyetek Ti is az [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) közösség részesei