

altenpflege.de Edition

Podręczniki skrócone do kształcenia pielęgniarek - Z naciskiem na opiekę nad osobami starszymi

Theo Ahrens

Aktywność, rozrywka i stymulacja poznawcza w domach opieki dla osób starszych

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Dane bibliograficzne

Theo Ahrens – Krótkie bio

Theo Ahrens, urodzony w 1979 roku w pobliżu Monachium, jest nauczycielem zawodów pielęgniarstkich i zaangażowanym pedagogiem pielęgniarstwa. Po odbyciu wolontariatu w szpitalu ukończył szkolenie na pielęgniarza zdrowia i opieki medycznej i zdobył cenne doświadczenie zawodowe na oddziale intensywnej terapii. Napędzany pragnieniem przekazywania wiedzy, studiował pedagogikę pielęgniarstwa i od 2009 roku pracuje jako nauczyciel w szkole zawodowej w Monachium. Theo jest znany z praktycznych i empatycznych lekcji, którymi przygotowuje przyszłych pracowników opieki na ich wymagający zawód. Przykład prywatny: mieszka z żoną i dwójką dzieci w Berlinie i angażuje się charytatywnie na rzecz lepszych warunków kształcenia w pielęgniarstwie. Książkę tę dedykuje swojej byłej koleżance Annegret, która już w latach 80. w Monachium zrobiła wiele praktycznych zasług dla tej dziedziny.

Ta krótka książka została sformułowana na podstawie planów lekcji i przy użyciu sztucznej inteligencji. Tłumaczenie zostało wykonane automatycznie.

Wydano przez altenpflege.de

Cena DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr

Copyright 2024 altenpflege.de

Sugestie i uwagi prosimy kierować na adres team@altenpflege.de.

1/-2412181531

Spis treści

1	Przedmowa	4
1.1	Cel podręcznika skróconego	4
1.2	Bedeutung von Beschäftigung, Unterhaltung und kognitiver Anregung in der Altenpflege	4
1.3	Wskazówki dla uczniów: Jak korzystać z tej książki	5
2	Wprowadzenie	6
2.1	Podstawy terapii zajęciowej w opiece nad osobami starszymi	6
2.1.1	Definicja i cele pracy i aktywizacji	6
2.1.2	Teoretyczne podstawy (gerontologia, geriatria, psychologia starości)	7
2.1.3	Aspekty prawne i etyczne (Ustawa o domach opieki, wytyczne dotyczące jakości, godność człowieka)	7
2.1.4	Podejście zorientowane na osobę według Kitwooda	8
2.2	Alterungsbedingte Veränderungen und ihre Bedeutung für die Beschäftigung	9
2.2.1	Fizyczne zmiany i ich wpływ na mobilność i motorykę małą	9
2.2.2	Ograniczenia sensoryczne (widzenie, słyszenie, dotyk)	10
2.2.3	Zmiany kognitywne: demencja, utrata pamięci, spowolnienie procesów myślowych	11
2.2.4	Psychospołeczne zmiany: samotność, depresja, utrata roli	11
2.2.5	Podejście zorientowane na zasoby: rozpoznawanie i wykorzystanie mocnych stron	12
3	Analiza potrzeb i planowanie oferty zorientowanej na osobę	14
3.1	Indywidualna praca z biografią jako podstawa sensownego zajęcia	14
3.2	Partycypacja mieszkańców: Aktywny udział w wyborze tematów, wniesienie indywidualnych umiejętności i zdolności	15
3.3	Prowadzenie rozmów z mieszkankami i mieszkańcami w celu ustalenia potrzeb	16
3.4	Cel: Zachowanie samodzielności, wspieranie komunikacji, zwiększenie radości życia	17
3.5	Dokumentacja i ocena: Planowanie – Realizacja – Ocena – Dopasowanie	17
4	Warunki ramowe i organizacja	19
4.1	Aranżacja przestrzeni i aspekty bezpieczeństwa	19
4.2	Kawiarenka nocna lub spotkanie towarzyskie: Swobodne, wieczorne spotkania w celu promowania kontaktów społecznych i przełamywania barier	19
4.3	Zaopatrzenie materiałów: koszty, jakość i wartość użytkowa	20
4.4	Współpraca w zespole pielęgniarstwa i z rodziną	21
4.5	Włączenie zewnętrznych specjalistów (muzykoterapeutów, terapeutów zajęciowych, fizjoterapeutów)	22
5	Kognitywne pobudzenie	24
5.1	Trening pamięci i gry umysłowe	24
5.2	Zagadki, quizy, praca biograficzna w grupach dyskusyjnych	25
5.3	Walidacja i reminiscencyjne opowiadanie (praca nad wspomnieniami)	26
5.4	Wykorzystanie mediów cyfrowych (tablety, gry interaktywne, wirtualna rzeczywistość)	26
6	Kreatywne i rękodzielnicze zajęcia	28
6.1	Malowanie, rysowanie, tworzenie kolaży	28
6.2	Grupy rękodzielnicze i robótkowe (dzierganie, szydełkowanie, prace w drewnie)	29
6.3	Oferty stymulujące zmysły (Aromaterapia, skrzynki do dotykania)	30
6.4	Projekty sezonowe i tematyczne (dekoracja wielkanocna, rękodzieło bożonarodzeniowe)	31
7	Muzyka, taniec i ruch	33
7.1	Wspólne śpiewanie, muzykowanie na prostych instrumentach	33
7.2	Podejścia muzykoterapeutyczne	34
7.3	Tańce siedzące, lekka gimnastyka, grupy ruchowe	35
7.4	Terapia tańcem i ćwiczenia rytmiczne	36
8	Gry i organizacja czasu wolnego	37
8.1	Gry towarzyskie (planszowe, karciane i kości)	37
8.2	Gry ruchowe i koordynacyjne (kręgle, boccia)	37
8.3	Międzypokoleniowe oferty (wizyty klas szkolnych, współpraca z przedszkolami)	39
8.4	Wycieczki, festyny i uroczystości (Wspólne wycieczki, urodzinowe spotkania, wydarzenia kulturalne)	40
9	Kulturowe i duchowe oferty	42
9.1	Godziny czytania i grupy literackie	42
9.2	Teatr, pokazy filmowe i korzystanie z mediów	42
9.3	Biograficzne warsztaty dotyczące życiorysów i tradycji	43
9.4	Religijne i duchowe oferty (nabożeństwa, medytacja, duszpasterstwo)	44
10	Refleksja i ewaluacja	45
10.1	Standardy jakości dla ofert zatrudnienia	45
10.2	Zasięganie opinii od mieszkańców, krewnych i współpracowników	46
10.3	Kontrola sukcesu i dostosowanie ofert	47
10.4	Doskonalenie zawodowe i superwizja dla opiekunów	48
11	Perspektywy zawodowe w terapii zajęciowej	50
11.1	Zastosowanie technologii cyfrowych i robotyki	50
11.2	Innowacyjne koncepcje (Green Care, terapia z udziałem zwierząt)	50
11.3	Zindywidualizowane środki aktywizacyjne w opiece 4.0	51
12	Słowo końcowe i perspektywy	53
12.1	Podsumowanie najważniejszych wniosków	53
12.2	Zachęcanie do kreatywności i osobistego zaangażowania	53
12.3	Znaczenie holistycznego podejścia dla jakości życia osób starszych	54

1 Przedmowa

1.1 Cel podręcznika skróconego

Krótki podręcznik przekazuje praktyczną i teoretyczną wiedzę na temat poprawy jakości życia osób starszych w placówkach opiekuńczych poprzez oferty zajęć, rozrywki i aktywizacji. Oferuje uczniom i profesjonalistom w opiece nad osobami starszymi konkretne instrukcje działania oraz podstawy teoretyczne, aby planować i realizować odpowiednie aktywności.

Szczególny nacisk położony jest na podejście zorientowane na osobę, które uwzględnia indywidualne potrzeby i umiejętności mieszkańców. Dostarczone informacje mają na celu umożliwienie opiekunom osób starszych stworzenie inkluzywnego i szanującego otoczenia, które pozytywnie wpływa zarówno na aspekty poznawcze, społeczne, jak i emocjonalne mieszkańców. Celem jest pogłębienie zrozumienia znaczenia holistycznych podejść oraz dostosowanie metod do potrzeb mieszkańców.

1.2 Bedeutung von Beschäftigung, Unterhaltung und kognitiver Anregung in der Altenpflege

Zatrudnienie i rozrywka w domu opieki wspierają dobrostan mieszkańców. Wzmacniają sprawność fizyczną i zdolności motoryczne. Dzięki ukierunkowanym działaniom zdolności umysłowe są dłużej zachowane. Poznawcza stymulacja pomaga trenować zdolność myślenia i pamięć. Jest to szczególnie ważne przy ograniczeniach związanych z wiekiem.

Interakcje społeczne poprzez zajęcia i programy rozrywkowe zapobiegają samotności i izolacji. Mieszkańcy doświadczają dzięki temu poczucia przynależności. Wspólne zajęcia wspierają wymianę społeczną i mogą prowadzić do powstawania nowych przyjaźni. To znacznie zwiększa zadowolenie z życia.

Poprzez uwzględnienie osobistych zainteresowań i biograficznych tła, mieszkańcy mogą być aktywnie zaangażowani w planowanie działań. To wspiera autonomię i samodzielność. Indywidualne podejście uwzględnia unikalne zdolności i preferencje każdej osoby, przyczyniając się tym samym do samorealizacji.

Połączenie aktywacji fizycznej, stymulacji umysłowej i uczestnictwa społecznego jest kluczowe dla jakości życia w domach opieki. Personel opiekuńczy odgrywa centralną rolę, aby zapewnić opiekę skoncentrowaną na osobie. Wspierają mieszkańców w aktywnym i sensownym uczestnictwie. W ten sposób może być zrealizowana motywująca i wzbogacająca opieka nad osobami starszymi.

1.3 Wskazówki dla uczniów: Jak korzystać z tej książki

Rozpocznij od przeglądu struktury książki. Każdy rozdział omawia specyficzne aspekty zatrudnienia, rozrywki i stymulacji poznawczej w opiece nad osobami starszymi. Przeczytaj dokładnie wprowadzenie, aby uzyskać solidne zrozumienie podstaw. Ta wiedza jest niezbędna do praktycznego zastosowania treści omawianych w kolejnych rozdziałach.

W trzecim rozdziale dowiesz się, jak przeprowadzać indywidualne analizy potrzeb. Wykorzystaj te informacje, aby dostosować działania do potrzeb mieszkańców. Regularnie dokumentuj i oceniaj, aby sprawdzić skuteczność i akceptację oferowanych aktywności.

Rozdział czwarty omawia organizację i warunki ramowe. Zwróć uwagę na opisy dotyczące aranżacji przestrzeni i aspektów bezpieczeństwa, aby stworzyć bezpieczne i atrakcyjne otoczenie. Współpraca z zespołem opieki jest tutaj kluczowym punktem, aby zapewnić płynne współdziałanie.

Wykorzystaj rozdziały od piątego do dziewiątego, aby zainspirować się praktycznymi przykładami, jak projektować stymulację poznawczą, kreatywne aktywności, a także oferty muzyki, tańca i ruchu. Każdy z tych rozdziałów oferuje konkretne pomysły i metody, aby poprawić jakość życia mieszkańców.

Podczas pracy z rozdziałem o ofertach kulturalnych i duchowych można postawić nacisk na spełnienie różnorodnych zainteresowań i historii życia. Te oferty są kluczowe dla wsparcia psychicznego i emocjonalnego mieszkańców.

W rozdziale dziesiątym zreflektuj znaczenie standardów jakości, opinii zwrotnych i ciągłego dostosowywania ofert. Krytyczna analiza swojej pracy sprzyja profesjonalnemu rozwojowi.

Rozdział jedenasty oferuje wgląd w perspektywy przyszłościowe w terapii zajęciowej. Zapoznaj się z innowacyjnymi technologiami i koncepcjami, aby być na bieżąco z rozwojem w opiece nad osobami starszymi.

Wykorzystaj tę książkę, aby opracować kreatywne i skuteczne oferty zajęć, które mogą znacząco wzbogacić życie mieszkańców. Traktuj ją jako praktyczne narzędzie, które wspiera i towarzyszy Ci na drodze do stania się wykwalifikowanym pracownikiem opieki nad osobami starszymi.

2 Wprowadzenie

2.1 Podstawy terapii zajęciowej w opiece nad osobami starszymi

Terapia zajęciowa wspiera samopoczucie, zdrowie fizyczne i psychiczne osób starszych. Obejmuje zaplanowane działania, które wspierają umiejętności, umożliwiają kontakty społeczne i przyczyniają się do jakości życia. Definicja terapii zajęciowej obejmuje celowe działania mające na celu utrzymanie i promowanie istniejących umiejętności.

Teoretycznie opiera się na wiedzy z gerontologii, geriatrii i psychologii starzenia. Te dyscypliny pomagają zrozumieć, jak procesy starzenia wpływają na potrzeby. Terapia zajęciowa wykorzystuje powszechne modele do opracowywania programów, które są zarówno dostosowane do wieku, jak i atrakcyjne.

Aspekty prawne i etyczne są kluczowe. Ustawa o domach opieki i wytyczne jakościowe definiują standardy, które zapewniają, że działania odpowiadają osobistym potrzebom, jednocześnie zawsze szanując godność człowieka.

Podejście zorientowane na osobę według Kitwooda podkreśla znaczenie indywidualnej historii życia. Terapia zajęciowa powinna być dostosowana do preferencji, zainteresowań i doświadczeń mieszkańców. To podejście zapobiega stygmatyzacji i wspiera szacunek oraz zrozumienie.

Terapia zajęciowa opiera się na głębokim zrozumieniu indywidualnych i zbiorowych potrzeb osób starszych w placówkach opiekuńczych. Jest integralną częścią holistycznej opieki, która stawia na pierwszym miejscu fizyczne, psychiczne i emocjonalne dobro mieszkańców.

2.1.1 Definicja i cele pracy i aktywizacji

Zajęcia i aktywizacja mają na celu sensowne kształtowanie codziennego życia osób starszych oraz zachowanie lub nawet poprawę ich istniejących umiejętności. Zajęciem jest każda forma działalności, która budzi zainteresowanie i sprawia mieszkańcom radość. Aktywizacja idzie o krok dalej, ponieważ dąży do zmotywowania mieszkańców do aktywności fizycznej, umysłowej lub twórczej.

Cele zajęć i aktywizacji obejmują wspieranie samodzielności, zachowanie mobilności oraz wspieranie sprawności umysłowej. Wzmacniane są interakcje społeczne i komunikacja, co przeciwdziała izolacji i samotności. Dzięki trafnym ofertom rozwijane są indywidualne zasoby, a poczucie własnej wartości jest wzmacniane. Szczególny nacisk kładziony jest na dostosowanie aktywności do fizycznych i poznawczych zdolności poszczególnych mieszkańców, aby uniknąć przeciążenia i zapewnić bezpieczeństwo.

2.1.2 Teoretyczne podstawy (gerontologia, geriatria, psychologia starości)

Gerontologia, geriatria i psychologia starzenia się oferują podstawowe zrozumienie potrzebne do tworzenia terapii zajęciowej. Gerontologia bada biologiczne, psychologiczne i społeczne aspekty starzenia się. Pomaga zrozumieć złożone zmiany związane z wiekiem i wspiera rozwój elastycznych strategii mających na celu poprawę jakości życia.

Geriatria koncentruje się na medycznych aspektach starzenia się. Analizuje choroby związane z wiekiem oraz ich sposoby leczenia. Wiedza o syndromach geriatrycznych, takich jak wielochorobowość i kruchość, pozwala dostosować aktywności, uwzględniając zdrowotne ograniczenia i wspierać samodzielność.

Psychologia starzenia się analizuje zmiany poznawcze i emocjonalne w starości. Dostarcza wgląd w procesy pamięciowe, zdolność uczenia się i emocjonalne przystosowanie osób starszych. Umożliwia to integrację potrzeb psychologicznych w ofertach zajęciowych i wspieranie zdrowia psychicznego.

Wspólnie te dyscypliny tworzą teoretyczną bazę do opracowywania programów zajęciowych dostosowanych do potrzeb jednostki. Pomagają planować aktywności z uwzględnieniem fizycznych, poznawczych i emocjonalnych zasobów. Te podstawy prowadzą do holistycznego podejścia, które wspiera i utrzymuje dobrostan poprzez ukierunkowane działania.

2.1.3 Aspekty prawne i etyczne (Ustawa o domach opieki, wytyczne dotyczące jakości, godność człowieka)

Ustawa o domach opieki (HeimG) oraz wytyczne dotyczące jakości określają standardy opieki i wsparcia dla mieszkańców domów opieki senioralnej. Zapewniają prawa mieszkańców i służą jako ramy prawne gwarantujące godne warunki życia. W praktyce opiekuńczej oznacza to, że wszystkie zaplanowane działania muszą uwzględniać indywidualne potrzeby i życzenia seniorów.

Ustawa o domach opieki wymaga przejrzystości przy projektowaniu i realizacji ofert aktywizujących. Placówki opiekuńcze są zobowiązane zapewnić, że wszystkie oferty sprzyjają dobrostanowi mieszkańców i respektują ich autonomię. Obejmuje to uwzględnienie aspektów bezpieczeństwa, dostosowanie do ograniczeń zdrowotnych oraz dokumentację i ewaluację działań.

Wytyczne dotyczące jakości opisują oczekiwania odnośnie jakości opieki. Wymagają, aby oferty były ciągle rozwijane i dostosowywane do aktualnych standardów naukowych. Regularne oceny są konieczne, aby zapewnić wysoką jakość ofert aktywizujących.

Godność człowieka musi być zachowana w każdej sytuacji. Jest to nie tylko zasada prawna, ale i etyczna. Działania nie powinny być narzucające, lecz realizowane z szacunkiem i na równych prawach. Należy respektować decyzje mieszkańców, nawet jeśli oznacza to, że nie chcą uczestniczyć w określonych ofertach. Odpowiedzialność etyczna wymaga również wrażliwości na różnice kulturowe, religijne i osobiste.

Podsumowując, aspekty prawne i etyczne stanowią filary odpowiedzialnej terapii zajęciowej. Zapewniają, że placówki opiekuńcze nie tylko spełniają standardy prawne, ale także tworzą środowisko sprzyjające osobistemu rozwojowi i dobrostanowi mieszkańców.

2.1.4 Podejście zorientowane na osobę według Kitwooda

Podejście zorientowane na osobę według Toma Kitwooda stawia osobę z demencją w centrum uwagi. Podkreśla on znaczenie empatii, szacunku i indywidualnego uznania. Kitwood krytykuje tradycyjne podejścia do opieki, które redukują człowieka do jego deficytów. Zamiast tego postrzega on każdą osobę jako unikalną i wartościową, niezależnie od ograniczeń poznawczych.

Koncepcja Kitwooda "osobowości" tworzy podstawę tego modelu. "Osobowość" opisuje status, który ktoś uzyskuje w społeczeństwie i który jest wzmacniany lub osłabiany przez relacje międzyludzkie. Dla Kitwooda kluczowe jest, aby osoby z demencją zachowały ten status w celu zapewnienia sobie jakości życia.

Elementy podejścia zorientowanego na osobę obejmują pozytywną interakcję, indywidualne wsparcie i działania oparte na biografii. Opiekunowie są zachęceni do wykorzystania wiedzy biograficznej o mieszkańcach. Pomaga to w tworzeniu działań, które nawiązują do osobistej historii życia. Praca z biografią jest ważnym narzędziem do promowania tożsamości i poczucia własnej wartości.

Komunikacja służy jako centralne narzędzie w podejściu zorientowanym na osobę. Aktywne i pełne szacunku włączanie mieszkańca w rozmowy i decyzje wzmacnia poczucie przynależności. Nie chodzi tu tylko o komunikację werbalną, ale także niewerbalną. Bliskość fizyczna, kontakt wzrokowy i empatyczne słuchanie tworzą więzi i promują zaufanie.

Kitwood podkreśla, że dobrostan osób z demencją w dużej mierze zależy od jakości opieki i środowiska społecznego. Pozytywne, zorientowane na osobę środowisko może spowolnić postęp objawów i poprawić jakość życia. Tworzenie wspierającej sieci i włączanie członków rodziny są również ważne.

Podsumowując, Kitwood postuluje odejście od rutynowych, deficytowych podejść na rzecz kompleksowego zrozumienia osobowości. Jego zasady są przełomowe dla pełnej szacunku, dostosowanej do jednostki opieki i terapii zajęciowej w domach opieki dla osób starszych.

2.2 Alterungsbedingte Veränderungen und ihre Bedeutung für die Beschäftigung

Zmiany związane z wiekiem mają znaczący wpływ na kształtowanie ofert aktywnościowych. Zmiany fizyczne często dotyczą siły mięśni, ruchomości i sprawności manualnej. Te aspekty wymagają dostosowanych działań, które wspierają mobilność, nie obciążając przy tym nadmiernie. Ćwiczenia wzmacniające sprawność manualną, takie jak proste prace ręczne, mogą być w tym przypadku sensowne.

Ograniczenia sensoryczne dotyczą widzenia, słuchu i dotyku. Problemy ze wzrokiem wymagają zastosowania materiałów o wysokim kontraście i większej czcionki. Niedosłuch uwzględnia się poprzez wyraźną mowę i pomoce słuchowe. Utraty zmysłu dotyku powinno się adresować poprzez różnorodne doznania sensoryczne, takie jak stacje dotykowe czy materiały sensoryczne.

Zmiany poznawcze, na przykład w wyniku demencji, wymagają kreatywnych podejść. Utrata pamięci i spowolnione procesy myślowe wymagają cierpliwej komunikacji oraz jasnych i prostych instrukcji. Treningi pamięci w formie zabawowej mogą wspierać funkcje poznawcze.

Zmiany psychospołeczne, takie jak samotność, depresja i utrata ról społecznych, wymagają wrażliwego podejścia. Działania grupowe wspierają interakcje społeczne i przyczyniają się do budowania nowych ról społecznych. Ważne jest stworzenie sieci wsparcia, która zapewnia bezpieczeństwo emocjonalne.

Podejście zorientowane na zasoby jest kluczowe. Rozpoznanie i wykorzystanie mocnych stron daje mieszkańcom poczucie kontroli i wartości siebie. Indywidualne zdolności powinny być w centrum ofert aktywnościowych, aby promować osobiste sukcesy. To podejście wzmacnia poczucie własnej wartości i wspiera satysfakcję życiową.

Każde działanie powinno być specyficznie dostosowane do zmian, aby poprawić jakość życia i wspierać uczestnictwo.

2.2.1 Fizyczne zmiany i ich wpływ na mobilność i motorykę małą

Wraz z wiekiem ciało podlega typowym zmianom fizycznym, które wpływają na mobilność i motorykę precyzyjną. Masa mięśniowa i siła zmniejszają się, co jest znane jako sarkopenia. Prowadzi to do zwiększonego zmęczenia i spadku sprawności ruchowej. Decydujące znaczenie mają działania promujące mobilność, takie jak ukierunkowane ćwiczenia siłowe i równowagi. Mogą one zmniejszyć ryzyko upadków i wspierać niezależność.

Często występują usztywnienia stawów i oznaki zużycia. W związku z tym czynności stają się bardziej wymagające i bolesne. Tutaj zalecana jest integracja ćwiczeń ruchowych, które wspierają funkcję stawów, na przykład poprzez łagodne treningi ruchowe. Ergonomicznie zaprojektowane pomoce mogą ułatwić udział w codziennych czynnościach.

Zdolności motoryczne precyzyjne maleją, co wpływa na codzienne czynności, takie jak zapinanie ubrań czy chwytanie przedmiotów. Ćwiczenia wspomagające rozwój motoryki precyzyjnej, na przykład chwytanie i manipulowanie małymi obiektami, mogą pomóc w zachowaniu tych zdolności. Również twórcze działania, takie jak malowanie czy rękodzieło, wspierają rozwój motoryki precyzyjnej.

Zmiany w zmyśle równowagi i spowolniona reakcja to kolejne fizyczne wyzwania. Wpływają one na bezpieczeństwo podczas chodzenia i stania. Ćwiczenia równowagi mogą skutecznie poprawić zdolność do stania i chodzenia.

Zrównoważona dieta i odpowiednie nawodnienie są ważne, aby zminimalizować ograniczenia fizyczne. Oba czynniki wspomagają utrzymanie funkcji mięśni i kości.

Dostosowanie aktywności z uwzględnieniem tych fizycznych zmian zwiększa nie tylko chęć uczestnictwa, ale także dobrostan mieszkańców. Dzięki starannie dobranym, odpowiednim dla wieku ofertom można ukierunkowanie wspierać i zachować mobilność oraz motorykę precyzyjną.

2.2.2 Ograniczenia sensoryczne (widzenie, słyszenie, dotyk)

Ograniczenia sensoryczne są częste u osób starszych. Wpływają one na percepcję i utrudniają codzienne czynności. Do tych ograniczeń należą widzenie, słyszenie i dotyk.

Ograniczenia widzenia obejmują zmniejszenie ostrości wzroku, utratę widzenia peryferyjnego aż po wrażliwość na światło. Częstymi przyczynami są zaćma, zwyrodnienie plamki żółtej i jaskra. Aby kompensować ograniczenia widzenia, należy używać materiałów o wysokim kontraście, większej czcionki i dobrego oświetlenia. Oznaczenia dotykowe i sygnały akustyczne oferują dodatkową pomoc w orientacji.

Ograniczenia słuchu, często spowodowane presbykuzą i chorobami ucha, prowadzą do problemów komunikacyjnych i wycofania się z aktywności społecznych. Wyraźna wymowa, wolniejsze mówienie oraz użycie aparatów słuchowych wspierają dotknięte osoby. Zajęcia grupowe powinny być akustycznie zoptymalizowane, aby zminimalizować echa i hałas w tle.

Utrata zmysłu dotyku, taka jak zmniejszona wrażliwość i trudności w różnicowaniu tekstur, wpływają na codzienne życie. Aktywności sensoryczne angażujące zmysł dotyku wspierają przetwarzanie percepcyjne. Obejmuje to użycie skrzynek sensorycznych, powierzchni dotykowych i materiałów aromatycznych, które wymagają ostrożności przy nadwrażliwości.

Dostosowania w otoczeniu, takie jak antypoślizgowe podkładki i dobrze widoczne poręcze, zwiększają bezpieczeństwo i wspierają samodzielność. Specjalne pomoce, takie jak mówione zegarki i kolorystycznie do siebie pasujące przybory, są praktycznym uzupełnieniem.

7 To tylko podgląd

Pełna książka jest dostępna na <https://www.altenpflege.de> dla zarejestrowanych użytkowników. Rejestracja i korzystanie są bezpłatne. Osoby, które nie chcą się rejestrować, mogą przekazać kwotę podaną na stronie 2 za pomocą Paypala na adres buchhaltung@factsoft.de, podając zarówno tytuł książki, jak i adres e-mail. Następnie otrzymają PDF wysłany e-mailem.

Oprócz bezpłatnego dostępu do podręczników rejestracja na [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de) umożliwia bezpośrednie aplikowanie na oferty pracy. Można także samemu zamieścić bezpłatne ogłoszenie o pracy. Dołączcie również do społeczności [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de).