

altenpflege.de Edition

Kısa Ders Kitapları için Bakım Eğitimi - Odak Noktası Yaşlı Bakımı

Theo Ahrens

Yaşlı bakımında sağlığı teşvik edici önlemler

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliyografik Bilgiler

Theo Ahrens – Kısa Biyografi

Theo Ahrens, 1979 yılında Münih yakınlarında doğmuş olup, hemşirelik meslekleri öğretmeni ve tutkulu bir bakım eğitimcisidir. Hastanede gerçekleştirilen bir Sosyal Hizmet Yılı'nın ardından, Sağlık ve Hasta Bakıcılığı eğitimi almış ve yoğun bakım ünitesinde değerli mesleki deneyim kazanmıştır. Bilgiyi aktarma arzusuyla harekete geçen Theo, bakım eğitimi üzerine eğitim almış ve 2009 yılında Münih'te bir meslek okulunda öğretmen olarak çalışmaya başlamıştır. Theo, gelecekteki bakım personelinin zorlu mesleklerine hazırlayan, pratik ve empati dolu dersleriyle tanınır. Özel hayatında, eşi ve iki çocuğuyla birlikte Berlin'de yaşamakta ve hemşirelik eğitimi şartlarının iyileştirilmesi için gönüllü olarak çaba göstermektedir.

Bu kısa öğretim kitabı, onun derslerindeki müfredat planlarından K.I. kullanılarak oluşturulmuştur. Çeviri otomatik olarak yapılmıştır.

Yayınlayan altenpflege.de

Fiyat DE/AT: 3,90 €

CH: 5 Fr

Telif Hakkı 2024 altenpflege.de

Öneri ve iyileştirme taleplerini lütfen team@altenpflege.de adresine iletin.

1/1-2412181529

İçindekiler

1 Giriş 4	
1.1 Yaşlı bakımında sağlık teşvikinin önemi 4	
1.2 Sağlık Geliştirmede Bakım Personelinin Rolü 4	
2 Sağlığı Geliştirmenin Temelleri 6	
2.1 Sağlığın teşviki hedefleri 6	
2.2 Önleme ve Sağlığın Teşviki Arasındaki Farklar 6	
2.3 Sağlığın Teşviki için Teorik Modeller 7	
2.4 Sağlığın teşviki: Sakinler, bakım personeli ve toplum için önemi 8	
3 Ottawa Şartı'na göre sağlık teşviki 9	
3.1 Ottawa Şartı Hakkında Genel Bilgiler 9	
3.2 Ottawa Şartı'nın eylem alanları 9	
3.3 Ottawa Şartı'nın Yaşlı Bakımında Uygulanması 10	
3.4 Sağlığın Teşviki için Ottawa Şartı'na Göre Uygulama Örnekleri 11	
4 Yaşlı Bakım Kuruluşlarında Sakinler için Sağlığın Teşviki 13	
4.1 Hareketliliğin korunması ve teşviki 13	
4.2 Özerklik ve öz bakım becerisinin teşviki 14	
4.3 Sosyal Katılımın Desteklenmesi 15	
4.4 Beslenme Danışmanlığı ve Sağlıklı Beslenmenin Teşviki 16	
4.5 Bilişsel sağlığın desteklenmesi 17	
5 Hareket Geliştirme ve Mobilite 19	
5.1 Yaşlılıkta Hareketliliğin Sağlık için Önemi 19	
5.2 Hareket Programlarıyla Hareketliliğin Desteklenmesi 20	
5.3 Mobiliteyi teşvik eden yardımcı araçlar 21	
5.4 İmmobilite için risk faktörleri 22	
5.5 Bakımda Mobilite Destekleme Uygulama Örnekleri 23	
6 Beslenme teşviki ve sağlıklı beslenme 25	
6.1 Yaşlılıkta Beslenmenin Sağlık Üzerindeki Önemi 25	
6.2 Yaşlılıkta Beslenme İhtiyaçları (Besin Maddeleri, Sıvı İhtiyacı) 25	
6.3 Besinlere uygun beslenme danışmanlığı ve uyarılma 26	
6.4 Sıvı Alımının Teşviki 27	
6.5 Yaşlı bakımında sağlıklı beslenmeyi teşvik etmeye yönelik uygulama örnekleri 28	
7 Psikososyal sağlığın desteklenmesi 30	
7.1 Psikososyal sağlığın geneli ve yaşlılıkta önemi 30	
7.2 Psikolojik Sağlığın Desteklenmesi 30	
7.3 Sosyal ilişkilerin teşviki 31	
7.4 Yaşlı bakımında psikososyal sağlığın desteklenmesinde bakım personelinin rolleri 32	
7.5 Psikososyal sağlığın desteklenmesine yönelik pratik örnekler 33	
8 Bilişsel Aktivasyon ve Zihinsel Sağlık 35	
8.1 Yaşlılıkta zihinsel aktivitenin önemi 35	
8.2 Bilişsel Aktivasyon Yöntemleri 35	
8.3 Dijital teknolojilerin bilişsel aktivasyonda kullanımı 36	
8.4 Demansı Olan Bireylerde Ruh Sağlığının Desteklenmesi 38	
8.5 Uygulama örnekleri ile bilişsel sağlığın desteklenmesi 39	
9 Uyku sağlığının desteklenmesi 41	
9.1 Yaşlılıkta Uykunun Sağlık için Önemi 41	
9.2 Yaşlılıkta Uyku Bozuklukları 41	
9.3 Uyku sağlığını teşvik etme önlemleri 42	
9.4 Demanslı Kişilerde Uyku Problemleriyle Baş Etme 43	
9.5 Uyku sağlığını güçlendirmeye yönelik uygulama örnekleri 43	
10 Cilt sağlığının desteklenmesi 45	
10.1 Yaşlılıkta Cilt Sağlığının Önemi 45	
10.2 Vücut bakımı ve cilt koruma ile cilt sağlığının teşviki 45	
10.3 Bası yaralarının önlenmesine yönelik önlemler 46	
10.4 Cilt Hastalıklarıyla Başa Çıkma 47	
10.5 Deri sağlığını teşvik etmeye yönelik uygulama örnekleri 48	
11 Önleme yoluyla sağlığın teşviki 50	
11.1 Korunma Türleri 50	
11.2 Hastalıkların Önlenmesine Yönelik Önleyici Tedbirler 50	
11.3 Düşmelerin Önlenmesi 51	
11.4 Enfeksiyonların Önlenmesi 52	
11.5 Yaşlı bakımında önleme uygulama örnekleri 53	
12 Özbakım Yetkinliği ve Sağlık Eğitimi 55	
12.1 Öz bakım yetkinliğinin tanımı ve önemi 55	
12.2 Sakinlerin öz bakım yeteneğinin desteklenmesi 55	
12.3 Sağlık Eğitimi ve Hasta Bilgilendirmesi 56	
12.4 Yaşlı Bakımında Bakım Personelinin Öz Bakım Yetkinliğini Destekleme Rolü 57	
12.5 Öz Bakım Yetkinliğini Desteklemeye Yönelik Uygulama Örnekleri 58	
13 Aile üyelerinin sağlık teşvikine katılımı 60	
13.1 Angehörilerin sakinlerin sağlık teşviki için önemi 60	
13.2 Aile üyelerinin sağlık teşvik edici önlemlere dâhil edilmesi 60	
13.3 Aile Eğitimleri 61	
13.4 Aile üyeleri ile sağlık destekleyici önlemler hakkında iletişim 62	
14 Bakım Personelinin Özbakımı ve Sağlığının Korunması 64	
14.1 Bakım Personeli için Özbakımın Önemi 64	
14.2 Stresle Başa Çıkma Yöntemleri 64	
14.3 İş-Yaşam Dengesi ve Mola Yönetimi 65	
14.4 Sağlıklı Beslenme ve Hareket için Bakım Personeli 66	
14.5 Psikolojik Destek ve Süpervizyon 67	
15 Sağlığın teşviki konusunda etik ve hukuki yönler 69	
15.1 Sağlığı teşvik edici önlemlerde sakinlerin öz belirleme ve özerkliği 69	
15.2 Kültürel ve dini unsurların dikkate alınması 70	
15.3 Sağlığın Teşvikine Dair Hukuki Temeller (SGB V, SGB XI) 70	
15.4 Sağlığı teşvik etme alanında bakım personelinin sorumluluğu 71	
16 Vaka örnekleri ve pratik uygulamalar 73	
16.1 Vaka Örneği: Bir Bakım Kuruluşunda Hareket Teşvikinin Uygulanması 73	
16.2 Vaka Örneği: Dehidratasyon Riski Taşıyan Bir Sakin için Sıvı Alımının Teşviki 74	
16.3 Vaka Örneği: Dekübitüs Profilaksisi için Önlemler 75	
16.4 Vaka örnekleri temelinde bakım pratiğinin yansıtılması 76	

1 Giriş

1.1 Yaşlı bakımında sağlık teşvikinin önemi

Sağlığın teşviki ve korunması yaşlı bakımında

Yaşlı bakımında sağlık teşviki, yaşlıların yaşam kalitesini sürdürülebilir bir şekilde artırmayı hedefler. Yaşın ilerlemesiyle birlikte kronik hastalıklar ve fonksiyon kaybı riski artar. Sağlık teşvik edici önlemler, bedensel, ruhsal ve sosyal kaynakları güçlendirerek bu duruma karşı gelir. Merkezî bir hedef, bağımsızlığın korunmasıdır. Bu sayede sakinler toplumsal hayata daha uzun süre aktif olarak katılabilir ve onurlarını koruyabilirler.

Korunma ve sağlık teşviki, hastalıkların görülme sıklığını azaltır ve böylelikle uzun vadede bakım maliyetlerini düşürür. Sağlık sistemlerini rahatlatır ve ekonomik istikrara katkıda bulunur. Bireysel düzeyde, sağlık teşviki bakım ihtiyacını azaltır ve refahı artırır. Hareket programları ve beslenme danışmanlığı gibi önlemler, bakım veren yakınları günlük yaşam zorluklarıyla daha iyi başa çıkmalarında destekler.

Sosyal entegrasyon ve ruhsal sağlık gibi psikososyal faktörler refah üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir. Destekleyici ağların kurulması ve sosyal aktivitelerin teşvik edilmesi yoluyla yalnızlık azaltılır ve ruhsal sağlık güçlendirilir. Sakinler, depresyon ve anksiyete durumlarının görülme sıklığını azaltan duygusal destek alır.

Sağlık teşvikin önemi, iyileştirilen yaşam kalitesi ve artan memnuniyetle yansır. Bakım çalışanları burada, sakinleri teşvik programlarına katılmaları için motive edip ilham vererek bütüncül bir rol oynar. Bireysel ihtiyaçlara cevap veren arabulucular ve destekçiler olarak görev yaparlar.

Özetle, yaşlı bakımında sağlık teşviki hem sakinlerin yaşam sevincini artırır hem de bakım süreçlerini optimize eder. Bütünleştirici bir bakım yaklaşımının önemli bir parçasıdır.

1.2 Sağlık Geliştirmede Bakım Personelinin Rolü

Bakım personeli, huzurevi tesislerinde sağlık teşviki konusunda merkezi aktörlerdir. Rollerini birkaç kilit unsuru kapsar: sağlık teşvik edici önlemlerin değerlendirilmesi, planlanması, uygulanması ve değerlendirilmesi.

Değerlendirme, bakım personelinin sakinlerin sağlık durumunu analiz ettiği ilk adımdır. Fiziksel, psikolojik ve sosyal ihtiyaçları incelerler. Bu analiz, sağlık teşviki için bireysel hedefler belirlemek için bir temel oluşturur.

Planlama aşamasında, bakım personeli kişiye özel önlemler geliştirir. Bu önlemler, sakinlerin bireysel ihtiyaçlarına ve yaşam gerçeklerine göre şekillenir. Burada doktorlar ve terapistler gibi disiplinler arası işbirliğine başvurulur. Bu, planlanan önlemlerin kapsamlı ve bütüncül olmasını garanti eder.

Uygulama, koordineli bir yaklaşım gerektirir. Bakım personeli, önlemleri sakinlerin günlük yaşamına entegre eden doğrudan iletişim kişileri olarak görev yapar. Sakinleri aktif katılım için motive eder ve desteklerler. Bu, empati, iletişim becerisi ve güven oluşturma yeteneğini gerektirir.

Değerlendirme aşamasında, bakım personeli önlemlerin etkililiğini sürekli olarak kontrol eder. Sakinleri gözlemler, ilerlemeleri belgeler ve gerekirse stratejileri ayarlarlar. Bu geri bildirim döngüsü, sürdürülebilir iyileştirmeler sağlamak için hayati önem taşır.

Bakım personeli ayrıca sürece aileleri dahil etme görevine de sahiptir. Bilgilendirir ve danışmanlık yaparlar, böylece sakinlere en iyi desteği sağlamayı amaçlarlar. Bakım personeli, aile bireylerinin sağlık teşvik edici bir yaşam tarzına nasıl katkıda bulunabileceklerini anlamalarını sağlamakla yükümlüdür.

Ayrıca, sağlık teşviki alanında da rol modeldirler. Bakım personeli kendileri sağlık bilincine sahip davranışlar sergileyerek, sakinler için destekleyici bir ortam yaratırlar. Davranışları, sağlık teşviki konusunun önemini yansıtır ve sakinleri kendi motivasyonlarıyla önlem almaya teşvik eder.

Eğitim ve sürekli mesleki gelişimde bakım personeli, sağlık teşviki yöntemleri ve konseptleri hakkında en son gelişmeleri takip etmek için sürekli eğitilmelidir. Sadece güncel bilgiyle, rollerini etkin bir şekilde yerine getirebilir ve sakinlerin yaşam kalitesini kapsamlı bir şekilde teşvik edebilirler.

2 Sağlığı Geliştirmenin Temelleri

2.1 Sağlığın teşviki hedefleri

Sağlığın Geliştirilmesi ve Önemi

Yaşlı bakımında sağlık geliştirme, sakinlerin bedensel, zihinsel ve sosyal sağlığını korumayı ve iyileştirmeyi hedefler. Bu, kaynakların güçlendirilmesi ve risklerin minimize edilmesi yoluyla refahın ve yaşam kalitesinin artırılmasını içerir. Merkezdeki konulardan biri, sakinlere aktif ve kendi kendine karar verebilen bir yaşam olanağı tanımak için bağımsızlıklarını teşvik etmektir.

Sağlıklı yaşam yıllarının uzatılması ön plandadır. Önleyici tedbirler, yaşa bağlı hastalıkları önlemeli ve sakinleri stabiliteleri açısından desteklemelidir. Bu bağlamda bireysel gereksinim ve yeteneklerin dikkate alınması önemlidir. Bilinçli bilgi ve destek yoluyla sakinlerin kendi sorumlulukları güçlendirilir.

Diğer bir hedef ise sosyal katılımın sağlanmasıdır. Sosyal etkileşim ve ortak faaliyetler, izolasyonu önlemede ve sosyal ağlar kurmada ya da sürdürmede yardımcı olur. Hareketin teşviki ve bilişsel aktivasyonla hareketlilik ve zihinsel sağlık desteklenir, bu da özerklik için belirleyicidir.

Son olarak, sağlık geliştirme, bakıma muhtaç olma süresini geciktirerek ve kronik hastalıkların ortaya çıkışını azaltarak sağlık sistemi üzerindeki yükü azaltır. Bu, hem bireysel refahı hem de daha ileri yaşlarda artan yaşam kalitesi ile toplumsal faydayı desteklemektedir.

2.2 Önleme ve Sağlığın Teşviki Arasındaki Farklar

Önleme ve sağlık teşviki birbiriyle yakından ilişkilidir, ancak önemli farklılıklar gösterir. Önleme, hastalıkların önlenmesine veya ilerlemesinin durdurulmasına odaklanır. Risk faktörlerini azaltmayı ve belirli hastalıkları önlemeyi hedefler. Önleyici önlemler genellikle reaktiftir ve genellikle sağlık riski zaten tanımlanmışsa uygulanır. Tipik örnekler, aşılar, erken teşhis muayeneleri veya düşme önleme tedbirleridir.

Öte yandan, sağlık teşviki proaktif ve daha kapsamlıdır. Bir bireyin veya toplumun genel sağlık kaynaklarını ve yeteneklerini güçlendirmeyi amaçlar. Sadece hastalıklardan korunmaya odaklanmak yerine, fiziksel, psikolojik ve sosyal refahın bütüncül bir şekilde iyileştirilmesini teşvik eder. Sağlık teşviki, kişinin kendi yaşam koşullarını sağlık bilinciyle etkileme yeteneği ve özerkliğini vurgular.

Önemli bir farklılık da sorumlulukta yatar: Önleme genellikle sağlık profesyonelleri tarafından başlatılırken, sağlık teşviki bireyin aktif katılımını ve ortak sorumluluğunu gerektirir. Ayrıca, sağlık teşviki davranış, çevre ve yaşam koşullarını içeren geniş bir yaklaşım yelpazesine dayanır.

Uygulamada bir örnek bu farkı netleştirir: Yaşlı bakımında önleme, düşme önleme programları sunmak anlamına gelirken, sağlık teşviki hareketi teşvik eden ve sosyal katılımı kolaylaştıran bir ortam yaratmayı içerebilir, bu da genel refahı artırır. Her iki yaklaşım da yaşlı bakımında önemlidir ve bütüncül bir bakım sağlamak için uygulamada birbirini tamamlar.

2.3 Sağlığın Teşviki için Teorik Modeller

Teorik modeller, sağlığı geliştirme ve uygulama için yararlı çerçeveler sunar. En önemli modellerden bazıları Salutogenez modeli, Sağlık İnanç Modeli, Davranış Değişikliği Transtheoretik Modeli ve Ekolojik Tıp Modelidir.

Aaron Antonovsky'nin Salutogenez modeli, hastalıkları önlemek yerine sağlığın oluşumuna odaklanır. İnsanların stresli koşullara rağmen sağlıklı kalmalarını neyin sağladığını inceler. Bu modeldeki belirleyici kavram, üç bileşenden oluşan bütünlük duygusudur: Anlaşılabilirlik, yönetilebilirlik ve anlamlılık. Güçlü bir bütünlük duygusu, stresle başa çıkmayı ve dolayısıyla sağlığı destekler.

Sağlık İnanç Modeli, bireysel inançları sağlık davranışlarının belirleyicileri olarak ele alır. İnsanların, bir sağlık sorunu karşısında kendilerini hassas hissettikleri, bunu ciddi buldukları, önleme tedbirlerine karşı olumlu beklentilere sahip oldukları ve engelleri aşılabılır gördükleri durumlarda sağlık davranışları sergilediklerini varsayar. Model, aşılar veya sağlık kontrolleri gibi davranışların açıklanması ve tahmin edilmesi için kullanılır.

Transtheoretik Model, davranış değişikliğinin aşamalarını tanımlar: niyetlilik, niyet oluşturma, hazırlık, eylem ve sürdürme. İnsanın kalıcı bir davranış değişikliğine ulaşmadan önce farklı aşamalardan geçtiğini dikkate alır. Müdahaleler, başarı şansını artırmak için ilgili aşamaya göre uyarlanmalıdır.

Ekolojik Tıp Modeli, çevrenin sağlık üzerindeki önemini vurgular. Fiziksel, sosyal ve kültürel faktörlerin rolünü ön plana çıkarır. Sağlığı geliştirme, sağlıklı davranışları kolaylaştırmak için ortamların değiştirildiği bir temele dayanır. Bu, disiplinler arası yaklaşımların gerekliliğini ortaya koyar.

Bu modeller, sağlık geliştirme için geniş bir yöntem ve perspektif yelpazesi sunar. Kompleks sağlık zorluklarını ele almaya yardımcı olurlar ve yaşlı bakımında refahı artırmak için pratik yaklaşımlar sunarlar. Bu modellerin kullanımı sayesinde, bakım çalışanları daha hedefli hareket edebilir ve sağlığı geliştirme stratejilerini etkili bir şekilde uygulayabilirler.

2.4 Sağlığın teşviki: Sakinler, bakım personeli ve toplum için önemi

Sağlığın teşviki, yaşlı bakımında hem sakinler, hem bakım çalışanları hem de genel olarak toplum üzerinde olumlu etkiler yaratır. Sakinler için sağlığın teşviki öncelikle yaşam kalitelerinde bir iyileşme anlamına gelir. Sağlığı teşvik eden önlemler, bağımsızlıklarını korumalarını destekler ve sağlıkla ilgili kısıtlamaların riskini azaltır. Sağlığı teşvik eden programlara aktif katılım yoluyla yaşlı insanlar daha uzun süre kendi kendilerine yetebilen ve dolu dolu bir yaşam sürebilirler.

Bakım çalışanları da sağlığı teşvik eden stratejilerden fayda görür. Sakinlerin daha sağlıklı bir çevresi, günlük bakımda fiziksel ve psikolojik yükü azaltır. Önleyici ve kaynak odaklı yaklaşımlar sayesinde daha az akut sağlık problemi meydana geldiğinden, bakım çabaları azalır. Ayrıca, sağlık teşviki yoluyla bakım çalışanları mesleki yeterliliklerini artırır ve mesleki tatminlerini güçlendirirler. Sağlık teşvikinde yapılan hizmet içi eğitimler, nitelikleri geliştirir ve karmaşık bakım durumlarına hazırlık sağlar.

Toplumsal açıdan, sağlığın teşviki sağlık sisteminde sürdürülebilir bir rahatlama sağlar. Kronik hastalıkların ve bakım ihtiyacının azaltılması, sağlık sektöründeki maliyetleri düşürür. Sağlığı teşvik eden önlemler sosyal katılımı artırır ve yaşlı insanların izolasyonunu ve dışlanmasını azaltır. Ayrıca, bireysel kuruluşların ötesinde etkili olan bir önleme ve koruma kültürünü teşvik ederler.

Sonuçta, sağlığın teşviki tüm katılımcılara fayda sağlayan bir kazan-kazan durumu sunar ve sürdürülebilir bir yaşlı bakımının ayrılmaz bir parçasını oluşturur. Yaşlı insanların ve onlara bakım sağlayan kişilerin sağlığının ve refahının güçlendirilmesi ile, nüfusun yaşlanması ile giderek daha önemli hale gelen temel bir toplumsal sorun ele alınır. Sağlıklı yaşam tarzlarının ve ortamların teşviki, bu nedenle yaşlı bakımında alınan önlemlerde merkezi bir role sahiptir.

3 Ottawa Şartı'na göre sağlık teşviki

3.1 Ottawa Şartı Hakkında Genel Bilgiler

Ottawa Bildirgesi, 1986 yılında Ottawa, Kanada'da yapılan ilk Uluslararası Sağlığın Geliştirilmesi Konferansı'nda kabul edilmiştir. Sağlığın geliştirilmesi alanında bir dönüm noktası niteliğindedir. Bildirge, sağlığın hastalığın yokluğundan daha fazlası olduğunu vurgular. Fiziksel, zihinsel ve sosyal refahı içerir.

Ottawa Bildirgesi'nin hedefi, tüm insanların sağlıkları üzerinde yüksek düzeyde bir öz yönetim elde etmeleri için gerekli şartları oluşturmaktır. Bildirge bu amaçla beş temel eylem stratejisi belirler: sağlığı geliştiren bir politika geliştirmek, sağlığı geliştiren yaşam alanları oluşturmak, topluluk çalışmasını güçlendirmek, kişisel yetkinlikleri geliştirmek ve sağlık hizmetlerini yeniden yönlendirmek.

Bu stratejiler, önleyici tedbirlerin ötesine geçen kapsamlı bir sağlık geliştirmeyi mümkün kılmalıdır. Bu süreçte, önlemlerin paralellliği önemli bir rol oynar, çünkü sadece iç içe geçmiş bir yaklaşım sürdürülebilir sonuçlar doğurur.

Bildirge ayrıca, toplumun tüm seviyelerinde sağlık sorumluluğunun önemini vurgular. Bireyler, topluluklar, organizasyonlar ve hükümetler sağlık gelişimine katkı sağlamakla yükümlüdür. Merkezi konsept, tüm politik alanlarda sağlık etkilerinin dikkate alınmasını talep eden "Her Politikada Sağlık"tır.

Ottawa Bildirgesi, değişen toplumsal koşullara uyum sağlayan dinamik bir çerçeve olarak kalır ve yaşlı bakımında da sağlık geliştiren önlemler için değerli bir rehber sunar.

3.2 Ottawa Şartı'nın eylem alanları

Ottawa Sözleşmesi kapsamında sağlık teşvik edici önlemler, kapsamlı bir refah sağlamayı hedefleyen çeşitli eylem alanlarını içerir. Bu eylem alanları şunlardır:

Sağlık teşvik edici politikaların geliştirilmesi

Sağlık teşvik edici politika, yaşamın her alanında sağlığı teşvik eden yönergelerin ve yasaların benimsenmesini içerir. Yaşlı bakımında, bu, sakinlerin sağlığını ve refahını teşvik eden ve aynı zamanda bakım personelinin destekleyen standartlar geliştirmek anlamına gelir. Bu, çalışma koşullarının iyileştirilmesi veya yeterli kaynakların sağlanması yoluyla gerçekleştirilebilir.

Sağlık teşvik edici yaşam alanlarının kurulması

Sağlık teşvik edici yaşam alanları, sakinlerin sağlığını doğrudan destekleyen bir ortam yaratır. Bakım tesislerinde bu, alanların hareketliliği ve sosyal etkileşimi teşvik edecek şekilde tasarlanması demektir. Engelli erişimine uygun yapılar, dinlenme alanları ve vakit geçirme ile etkileşime davet eden topluluk alanları örnekler arasındadır. Aynı şekilde, komşulukla olan bağların güçlendirilmesi sosyal temasları teşvik etmek için önemlidir.

Sağlık teşvik edici topluluk eylemlerinin desteklenmesi

Toplum çalışması, sakinlerin ve onların ailelerinin aktif katılımını teşvik etmeyi hedefler. Bu, fikir alışverişini ve toplumsal zorluklarla birlikte başa çıkmayı sağlayan girişimleri kapsar. Yaşlı bakımında bu, sakinlere ses vermek anlamına gelir, örneğin sakinler konseyleri veya mahalleyi de içine alan birlikte planlanan boş zaman aktiviteleri aracılığıyla.

Bireysel yetkinliklerin geliştirilmesi

Bireysel yetkinliklerin güçlendirilmesi, sakinlerin kendi sağlıklarını aktif olarak şekillendirmelerine yardımcı olacak eğitim ve destek programlarını içerir. Bakım tesislerinde, sağlıklı beslenme, egzersiz veya stres yönetimi gibi konularda düzenlenen atölyeler, yaşlı sakinlere bile yeni beceriler kazandırabilir ve onların kendine yapabilme inançlarını artırabilir.

Sağlık hizmetlerinin yeniden yönlendirilmesi

Sağlık hizmetleri daha çok önleyici ve hasta odaklı çalışmalıdır. Yaşlı bakımında bu, sakinlerin bireysel ihtiyaçlarına uyan ve bütüncül bir bakım sağlayan bakım konseptleri geliştirmek anlamına gelir. Bakım tesisleri, doktorlar ve diğer sağlık hizmeti sağlayıcıları arasındaki işbirlikleri sürekli bir bakım sağlayabilir ve farklı bakım ve tedavi biçimleri arasındaki geçişi kolaylaştırabilir.

Bu eylem alanları birbirini tamamlayarak yaşlı bakımının sakinlerin çeşitli sağlık ihtiyaçlarına yanıt verme yeteneğini güçlendirir. Sakinlerin refahını ön plana çıkaran destekleyici bir ortam oluşturmaya yönelik yapılandırılmış bir yaklaşım sunarlar.

3.3 Ottawa Şartı'nın Yaşlı Bakımında Uygulanması

Ottawa Sözleşmesi'nin yaşlı bakımında uygulanması için, beş eylem stratejisinin bakım rutinine entegrasyonu esastır. Bakım kuruluşlarında sağlık teşvik eden bir politika, düzenli değerlendirmeler ve bakım konseptlerinin güncel sağlık politikası bilgilerine uyarlanması yoluyla gerçekleştirilebilir. Bu süreçte, karar alma süreçlerine bakım personelinin dahil edilmesi, onların iş yükünün dikkate alınması ve sağlığı teşvik eden çalışma koşullarının oluşturulması açısından önemlidir.

Sağlık teşvik eden yaşam alanlarının oluşturulması, güvenli, engelsiz ve sosyal olarak uyarıcı bir çevrenin sağlanmasıyla mümkündür. Burada, bina değişiklikleri, topluluğun gönüllüleri ile ortak etkinlikler veya düzenli kültürel etkinlikler gibi sosyal etkileşimleri teşvik eden programların uygulanması kadar önemlidir.

Toplum çalışmasına destek, sakinlerin ve yakınlarının karar alma süreçlerine aktif katılımını gerektirir. Sakinlerin dinlenip önerileri sunabildiği danışma kurullarının kurulması, katılımı teşvik eder. Komşuluk yardımları veya nesiller arası projeler gibi girişimler, bir topluluk hissi oluşturulmasına katkıda bulunur.

7 Bu sadece bir önizleme

Tam kitabı <https://www.altenpflege.de> adresinde kayıtlı kullanıcılar için erişilebilir. Kayıt ve kullanım ücretsizdir. Kaydolmak istemeyenler, 2. sayfada belirtilen tutarı PayPal üzerinden buchhaltung@factsoft.de e-posta adresine gönderip hem kitap başlığını hem de e-posta adresini belirterek ödeyebilirler. Ardından PDF kendilerine e-posta ile gönderilir.

Kısa öğretici kitaplara ücretsiz erişimin yanı sıra, altenpflege.de sitesine kayıt olmak direkt iş başvurusu yapmayı mümkün kılar. Ayrıca, ücretsiz bir iş ilanı vermenizi de sağlar. Siz de altenpflege.de topluluğunun bir parçası olun.