

oskrbo v vseh fazah bolezni bo zagotovo dodana vrednost in spodbuda, da bi dobili kvalitetne strokovnjake tudi na tem področju.

Na osnovi gorenjskega modela lahko rečemo, da so kritike državnega programa večinoma neupravičene. Za njegovo izvajanje pa je potrebno veliko napora. Paliativni pristop ni samo strokovna doktrina, gre za drugačen način razmišljanja, za spreminjanje vrednot družbe, za preseganje majhnosti in za široko gledanje v svet. Vsi seveda tega ne zmorejo. Želimo pa si, da bi vsaj poskusili, kakor pravi Davenport: *Napredek je posledica dejstva, da obstajajo moški in ženske, ki nočejo verjeti, da se ne da uresničiti tisto, za kar vedo, da je prav.*

Literatura:

1. Državni program razvoja paliativne oskrbe. Skupina strokovnjakov. Dostopno na: www.mz.gov.si/.../Drzavni_program_paliativne_oskrbe_190410.doc.
2. Gomes B., Higginson IJ. Factors influencing death at home in terminally ill patients with cancer: a systematic review. *BMJ*, 2006; 332: 515-521.

*mag. Mateja Lopuh, dr. med.,
spec. nest. in reanimatologije,*

*Splošna bolnišnica Jesenice, Center za
interdisciplinarno vodenje bolečine in paliativno
oskrbo, Mobilna paliativna enota;
Ministrstvo za zdravje,
Državna koordinacija razvoja paliativne oskrbe*

DOMAČA NEGA

Sem Alojzija Fink, po poklicu diplomirana medicinska sestra in specialistka patronažne zdravstvene nege. Moja prva zaposlitev je bila v Univerzitetnem kliničnem centru na Pediatričnem oddelku kirurških strok, zatem sem se zaposlila v Zdravstvenem domu Grosuplje, kjer sem kot patronažna medicinska sestra delala trinajst let. Od leta 1996 sem zaposlena na Srednji zdravstveni šoli v Ljubljani – prvih deset let sem poučevala praktični pouk na Onkološkem

inštitutu. Vsako obdobje moje zaposlitve ima poseben pomen in je pustilo neizbrisen pečat v mojem življenju.

Sem soavtorica priročnika *Domača nega* (Celjska Mohorjeva družba, 2004; ponatis 2014) in številnih učbenikov za področje zdravstvene nege, in sicer: *Pomoč in oskrba 1 in 2* (DZS, 2005), *Etika in zakonodaja v zdravstvu* (Založba Grafenauer, 2010), *Zdravstvena nega starostnika* (Založba Grafenauer, 2012), *Zdravstvena nega pacienta pri življenjskih aktivnostih* (Založba Grafenauer, 2012), *Osnove zdravstvene nege* (Založba Grafenauer, 2013), *Diagnostično-terapevtski pristopi in fizika v medicini* (Založba Grafenauer, 2013) ter *Prva pomoč in nujna medicinska pomoč* (Založba Grafenauer, 2017). V reviji Ognjišče objavljam članke v rubriki Kakovostno staranje.

Moja vloga pri dolgotrajni oskrbi je izobraževanje s področja oskrbe in negovanja varovanca v domačem okolju. Tudi v starosti si večina ljudi želi ostati doma v krogu bližnjih, kjer se počutijo varno, so ljubljeni in srečni. V ta namen je bil napisan tudi priročnik *Domača nega*, ki je bil pred 14 leti v redni zbirki Celjske Mohorjeve družbe lepo sprejet, leta 2014 je izšel posodobljen in dopolnjen ponatis. Pobudnica za izdajo priročnika *Domača nega* je bila Pjerina Mohar, ki je k sodelovanju povabila Anico Sečnik in mene. Vodilo za pisanje priročnika so bile izražene potrebe po nudenju pomoči in negovanju varovancev v domačem okolju ter pomanjkljivo znanje negovalcev. Vse avtorice priročnika imamo profesionalne in osebne izkušnje z izvajanjem zdravstvene nege varovanca v domačem okolju. Poleg priročnika je na voljo tudi DVD *Domača nega*, ki dopolnjuje priročnik s praktičnim prikazom postopkov, kot so urejanje postelje, izvajanje osebne higiene, pomoč varovancu pri premikanju in dvigovanju, hranjenje in

pitje ter pomoč pri slačenju in oblačenju varovanca.

Avtorice priročnika izvajamo v sodelovanju s Škofijsko karitas Ljubljana brezplačne tečaje domače nege. Udeleženci pridobijo osnovna znanja za negovanje varovanca v domačem okolju, kot so pomoč varovancu pri gibanju, osebni higieni, oblačenju in slačenju, prehranjevanju in pitju, skrbi za spanje in počitek, opazovanju varovanca ter pri dajanju zdravil, najpogostejših obolenjih v starosti, oskrbi umirajočega in drugo.

V okviru načrtov dolgotrajne oskrbe razvijamo nadgradnjo obstoječega tečaja o domači negi z vsebinami celostne oskrbe, ki pripomorejo k ohranjanju starostnikovih sposobnosti in njegovi samostojnosti ter so izdelane po načelih montessori pedagogike in drugih metodah.

Avtorice smo znanje pridobivale na izobraževanju pod delovnim naslovom *Montessori pedagogika za starejše*, ki je potekalo od oktobra 2017 do aprila 2018 na Srednji zdravstveni šoli Ljubljana v sodelovanju s šolo za socialne poklice iz Celovca (Schule für Sozialbetreuungsberufe 2 des Kärntner Caritasverbandes). Izvajalka izobraževanja je bila dr. Alexandra Begeš Deutz, ki ima dolgoletne in bogate izkušnje s tega področja.

Pri negovanju starostnika je pomembno, da se osredotočimo na njegove še ohranjene sposobnosti in na to, kar lahko naredi starostnik sam. Eno osnovnih pravil je: *Pomagaj mi, da lahko naredim sam*. Z upoštevanjem še ohranjenih sposobnosti starostnika ohranjamo njegovo dostojanstvo, pripomoremo k dvigu njegove samozavesti in k dobremu psihofizičnemu počutju, kar pa je tudi namen dolgotrajne oskrbe in celostne oskrbe starostnika v domačem okolju.

Alojzija Fink,
dipl. med. sestra, spec. patr. zdr. nege

POMOČ NA DOMU JE OSNOVNI RAZBREMENILNI PROGRAM DRUŽINSKIM OSKRBOVALCEM

V okviru Centra za socialno delo Krško že 27 let deluje Enota pomoč na domu Krško. Storitve, ki jo nudimo občinama Krško in Kostanjevica na Krki, podpira čim daljše bivanje v domačem okolju, kar je želja večine naših starostnikov. Nudimo pomoč pri temeljnih dnevni opravilih, gospodinjsko pomoč in pomoč pri ohranjanju socialnih stikov, in sicer vse dni – tako med tednom kakor med vikendi in prazniki – do trikrat dnevno. Vstopamo v hiše, kjer živijo starejši ljudje sami, s partnerji ali z drugimi svojci. Običajno poteka izvajanje pomoči starejšim osebam kombinirano, kar pomeni, da vstopamo v njihove domove v času, ko so svojci v službi ali občasno med dopusti le-teh. Vse več je tudi primerov, ko pomagamo obema zakoncema pri različnih opravilih, ki jih zaradi visoke starosti ali bolezni ne zmoreta več.

Že sam naziv storitve *pomoč družini na domu* pove, da ne pomagamo le posamezniku, ampak poskušamo podpreti in razbremeniti tako človeka, ki ga oskrbuje, kakor tudi njegove oskrbovalce. Že ob sprejemu vloge za pomoč na domu izčrpno informiramo svojce in uporabnike pomoči, na kakšen način bo potekalo izvajanje pomoči na domu, pa tudi o ostalih oblikah pomoči starejšim v lokalni skupnosti; pri tem jih opremimo s kontaktnimi številkami, z zloženkami ali z literaturo (če gre za svojce oseb z demenco).

Velikokrat že ob pričetku izvajanja storitve zaznamo izčrpanost oziroma izgorelost neformalnih oskrbovalcev. Zato je izredno važno, da si zanje vzamemo čas in jim damo priložnost, da zberejo misli in da skupaj poiščemo najboljšo rešitev. Vse več se namreč srečujemo z generacijo, ki mora istočasno