

Deveto poglavje *Skrb za družinskega oskrbovalca* opredeljuje komunikacijske strategije v sklopu paliativne oskrbe, osredotočene na družinskega oskrbovalca. Zadnje poglavje nastavi zrcalo trenutnemu sistemu. V obstoječem zdravstvenem sistemu trenutna ocena ne identificira dejanske potrebe oskrbovalca, posledično se ne zagotovi uporabnih virov, ki bi pomagali pri krmarjenju v procesu oskrbe.

Brez poznavanja teoretičnih podlag s področij paliativne oskrbe, komunikacije, sociologije in psihologije je delo težko razumljivo. Vsekakor pa je izjemen doprinos h komunikaciji na področju paliativne oskrbe. Je odličen študijski pripomoček tako za dodiplomski kot podiplomski nivo. Poglavja v knjigi razkrivajo komunikacijske izzive, ki se pojavljajo znotraj in zunaj družinskih sistemov in v paliativni oskrbi. Knjiga vključuje široko paleto teorij, metodologij in virov, ki jih raziskovalci lahko uporabijo pri proučevanju komunikacijskih tipov družinskih oskrbovalcev. Naslovi posameznih poglavij nakažejo proučevano tematiko in vzpodbudijo radovednost bralca. V vseh poglavjih si avtorice prizadevajo, da bi pritegnile bralce s predstavitev življenjskih zgodb družinskih oskrbovalcev, kar je za bralca izjemno koristno in v posameznih poglavjih prelošno za razvoj na družino osredotočenih intervencij paliativne oskrbe. Glede na slog pisanja bralec spozna stičišče družbenih dejavnikov in odnosov v družinskem sistemu, vpliv stilov navezanosti na komunikacijo v vlogi družinskega oskrbovalca in interakcije med družinskim oskrbovalcem in zdravstvenim timom.

To knjiga sicer nekoliko nakaže, vendar ne poda globlje povezave med razpravami o

preferencah glede oskrbe ob koncu življenja in vnaprejšnjim načrtovanjem oskrbe upoštevajoč različne tipe družinskih oskrbovalcev. Manjka poudarek na segmentu izvajanja oskrbe ob koncu življenja med vrsto oskrbovalcev z razvitimi različnimi stili navezanosti.

Knjiga s pomočjo filozofskega pristopa dodatno objasni večdimenzionalni pogled – razmerje med neozdravljivo bolnim in družinskim oskrbovalcem ter družino. Uporaba pragmatičnega pristopa in povezovanje znanosti s pripovedmi iz resničnega sveta daje knjigi izjemno dodano vrednost. Obstoječi družinski vzorci, izkušnje, odnosi, vloge in skupna pričakovanja dragoceno prispevajo k izkušnji oskrbe. Knjiga končno omogoča razmislek o izjemno pomembni vlogi oskrbe po vsem svetu.

LITERATURA

Amazon. Dostopno na Caring for the Family Caregiver - Kindle edition by Wittenberg, Elaine, Goldsmith, Joy, Ragan, Sandra L., Parnell, Teri Ann. Professional & Technical Kindle eBooks @ Amazon.com. (10. 12. 2022).

Suzana Koštomaj

June Andrews (2022). *Carers and Caring – The One-Stop Guide: How to care for older relatives and friends – with tips for managing finances and accessing the right support*. London: Profile Books Ltd, ISBN/EAN: 9781800810006, 288 strani.

OSKRBOVALCI IN OSKRBA

Maja 2022 je izšel zadnji v vrsti priročnikov avtorice profesorice June Andrews. Knjiga prikazuje izzive in probleme, s katerimi se srečujejo domači oskrbovalci na svojstven način. Je pravi vodnik po psihičnem delu človeškega bitja, saj naravnost

in brez ovir odpravi napačne predstave o tem, kdo je oskrbovalec in kdaj nekdo niti ne dojema, da nekoga oskrbuje. Priročnik z naslovom v prevodu *Oskrbovalci in oskrba – priročnik – vse na enem mestu: Kako skrbeti za starejše sorodnike in prijatelje – z nasveti za upravljanje financ in dostop do prave podpore* je nova pridobitev za vse, ki nudijo skrb in podporo starejšim ljudem.

Avtorico opisujejo kot pametno, politično spretno, ostrega razuma in duhovito. Škotinja se je kot medicinska sestra izšolala v Nottinghamu, nato pa opravljala vrsto delovnih nalog; od prakse do oblikovanja politik ter strateškega upravljanja in vplivanja v vladi, zdravstveni službi in na akademskem področju po vsem Združenem kraljestvu. Študirala je tudi filozofijo, pravo in književnost. Neodvisno si prizadeva za izboljšanje oskrbe ljudi z demenco ter zdravstvene in socialne oskrbe starejših in njihovih negovalcev. Hkrati je organizatorica in izvajalka skupinskega svetovanja posameznikom in družinam ob pojavu demence ali drugih potrebah po skrbi za stare ljudi.

Na splošno se izraz družinska oskrba nanaša na oskrbo, ki jo zagotavljajo oskrbovalci, ki so v sorodu s starejšo osebo; to so njeni potomci, zaradi poroke ali druge vrste dolgoročnega odnosa, kot je življenjski partner in presega »običajno« oskrbo ali pomoč v družini kot odgovor na bolezen ali funkcionalno okvaro (Schumacher, Beck in Marren, 2006, str. 41).

Avtorica opisuje oskrbovalce tako, da je tudi laikom jasno, da so v samem jedru skrbi za svojca. Mnogi sploh ne opazijo, da so čez noč postali oskrbovalci – začne se s pomočjo pri nakupovanju, tu in tam urejanju papirjev in preden se zavedo, kuhajo,

čistijo in postiljajo. Razlage skozi celotno delo spremljajo »živi« primeri – neverjetno veliko ljudi je pripravljenih deliti svoje težave in skrbi, ki se porajajo skozi izvajanje oskrbe starejše osebe.

V drugem poglavju se avtorica posveti starejšim ljudem: staranju, spremembam v starosti, ki botrujejo pojavu različnih zdravstvenih težav; težavam s kostmi, sklepi, srcem in dihalni, z vidom, sluhom in drugim. Krhkost je stanje povečane ranljivosti, ki napoveduje stopnjevanje zdravstvenih težav in umrljivosti; krhkost se povečuje s staranjem. Naraščajoče število starejših ljudi, pri katerih se razvija šibkost, je zaskrbljujoče, saj slej ko prej potrebujejo pomoč (Holroyd-Leduc in drugi, 2016, 2). V nadaljevanju poglavja se seznanimo s staranjem in boleznimi, ki privedejo do krhkosti, ter z ukrepi, ki jih je najpametneje upoštevati – staranja ne moremo ustaviti, dokler živimo, torej se je nanj bolje pripraviti.

V tretjem poglavju se nenadoma znajdemo v srčki težave, ki ji ne moremo ubežati – denarju. Vsako življenje je povezano s finančnimi sredstvi in tudi življenje ob skrbi za starejše ni izvedljivo brez njih. Vsaka oskrba je povezana s stroški, na voljo pa imamo več možnosti. Obrnemo se lahko na ustanove, ki so pristojne za izvajanje denarnih transferjev (avtorica jih za področje Združenega kraljestva navede na koncu knjige). Morda ima starejša oseba dovolj svojih prihrankov, da lahko poskrbi za finančno plat oskrbovanja. Pri tem ne smemo pozabiti, da mora oseba, ki se znajde v vlogi oskrbovalca, čimprej poskrbeti za uradno skrbništvo (v Sloveniji npr. postavi skrbnika sodišče na predlog centra za socialno delo).

V četrtem poglavju avtorica predstavlja družinsko dinamiko in probleme, s katerimi se srečujejo oskrbovalci tekom skrbi za starejšega svojca, odzive celotne družine na oskrbovanje ter ponudi možne rešitve kot odgovor na najpogostejše težave.

V petem poglavju izvemo, kako naj za svoje zdravje poskrbi tisti, ki oskrbuje. Njegovo oz. njeno življenje z nastopom oskrbovanja svojca izstopi iz življenjske rutine posameznika – nenadoma matere skrbijo za enega ali oba starša in nemalokrat hkrati še za svoje otroke; tudi moški niso izvzeti, dasiravno jih je manj. Avtorica izpostavi poglobitve dele skrbi za zdravje – fizično, psihično, pomen sončne svetlobe, gibanja, prehrane in poudari izogibanje alkoholu in drogam. Nenazadnje so oskrbovalci deležni tudi socialne izključenosti kot posledice oskrbovanja. Številni oskrbovalci so izrazili veliko izgubo socialne vključenosti, odkar so prevzeli to vlogo (Nay in drugi, 2015, 553).

V predzadnjem poglavju so predstavljene možnosti, ki privedejo do zaključka oskrbovalnega statusa: sprememba vloge zaradi njegove bolezni, odhod oskrbovanca v dom in nazadnje smrt svojca. Ne glede na razlog se življenjska vloga spremeni in oskrbovalec se mora spoprijeti z novo resničnostjo – življenjem, s katerim se sooči po smrti oskrbovanca.

Sedmo poglavje je avtorica razdelila glede na probleme in reševanje le-teh. Morebitne težave so razdeljene po abecedi, po kratki razlagi ponudi pri vsaki še tri možne nasvete za reševanje. Zadnje strani knjige je avtorica namenila koristnim kontaktom, ki pa veljajo za področje Združenega kraljestva.

Vsebine so namenjene oskrbovalcem starejših svojcev, ki so to že postali ali pa še bodo. Glede na to, da najdemo v knjigi tudi nasvete za zdravo staranje in za ukrepanje ob morebitnih nepričakovanih nezgodah (na primer zadušitev, izločanje in odvajanje, kopanje, načrt za ukrepanje ob urgentnih stanjih, jemanju zdravil in drugo), je priročnik splošno uporaben za ljudi, ki šele opazujejo starejše osebe, kako se spreminjajo in razmišljajo o tem, da bodo morda nekoč sami potrebovali pomoč. Razmišljanje o temi ni enostavno, knjiga pa ponuja pregled težav in rešitev, s katerimi se srečujejo tisti, ki skrbijo za starejšega človeka. Oskrbovalcem zagotavlja neprecenljive informacije na način, ki upošteva številne dejavnike v procesu staranja in na drugi strani nudenja pomoči ter spodbuja razmišljanje vseh deležnikov, ki so vključeni v oskrbovanje. Oskrba je lahko sama po sebi zastrašujoča naloga, organizirane in dostopne informacije pa nam dajo zaupanje, da bomo našli smernice, ki so potrebne za izboljšanje kakovosti oskrbe bližnjega.

LITERATURA

- Holroyd-Leduc J., Resin J., Ashley L., Barwich D., Elliott J., Huras P., Muscedere J. (2016). Giving voice to older adults living with frailty and their family caregivers: engagement of older adults living with frailty in research, health care decision making, and in health policy. *Research Involvement and Engagement*, 1-12.
- Nay R., Bauer M., Fetherstonhaugh D., Moyle W., Tarzia L., & McAuliffe L. (2015). Social participation and family carers of people living with dementia in Australia. *Health and Social Care in the Community*, 550-558.
- Schumacher K., Beck C. A., & Marren J. M. (2006). FAMILY CAREGIVERS: Caring for older adults, working with their families. *AJN, American Journal of Nursing*, 40-49.

Aleksandra Ločičnik,
Alma Mater Europaea, EC Maribor