

institucijah, v domovih za starejše in domovih za otroke. V posebnih okoliščinah se tudi zaposlene sami soočajo s stresom, tako na delovnem mestu kot doma. Za njegovo lajšanje na delovnem mestu je pomembno, da zaposlene spodbujamo k odmoru, jih dodatno izobražujemo, omogočimo rotiranje iz oddelka na oddelek, da se razbremenijo, kadar delajo s težjimi primeri. Fleksibilen delovni čas in sodelovanje med bolj in manj izkušenimi zaposlenimi lahko bistveno izboljša počutje in delovno učinkovitost tudi v času izbruha bolezni.

Za prepoznavanje znakov nasilja ali zlorabe je ključna usposobljenost zaposlenih v institucijah, varnih točkah in na telefonih; prav tako informiranje širše in ožje javnosti, kam po pomoč v primeru nasilja in kateri so viri pomoči, ki delujejo na daljavo. Ob preprečevanju fizičnih stikov v času pandemije covid-19 je za zdravje in dobro počutje tako otrok, žensk in starejših kakor zaposlenih v zdravstvu in na socialnem področju pomembno ohranjati socialne stike preko telekomunikacijah sistemov.

Sara Schwarzmann

Dr. Jane Carmody, Mr. James Appleby. COVID-19 and Older People Virtual Town Hall Series, National Institute on Ageing. V: <https://ifa.ngo/ifa-virtual-town-hall-resources/>

STAROMRZNIŠTVO V ČASU BOLEZNI COVID-19

Zaradi pandemije covid-19 se je na globalni ravni pozornost usmerila na starejše, kar velja izkoristiti kot priložnost za ozaveščanje in boj proti staromrzništvu ter za spodbujanje različnih pobud za zmanjševanje tega pojava. V tem spletnem pogovoru sta strokovnjaka razmišljala o

različnih vidikih in primerih staromrzništva.

Staromrzništvo je zaveden ali nezaveden odziv ali odnos do starejših, ki ga lahko opazimo že v vsakdanjem življenju. Deležni ga niso samo zelo stari in betežni ljudje. Na delovnem mestu se lahko začne že po 40. letu starosti. Oskrhovalci v domovih in zaposleni v zdravstvenih ustanovah, ki delajo s starejšimi ljudmi, so prvi, ki lahko opazijo staromrzništvo in so zato pomemben faktor pri preprečevanju tega pojava.

Z zagovorništvom in izobraževanjem o diskriminaciji in staromrzništvu je potrebno začeti že v rani mladosti. V tradicionalnih domorodnih kulturah so starejši ljudje spoštovani kot prenašalci znanja in modrosti. Tovrsten odnos bi bilo potrebno krepiti tudi v sodobnih družbah in kulturah.

Pravilno poimenovanje in uporaba primernih izrazov je pri tem izjemno pomembna. Skozi čas smo lahko opazovali, kako se je poimenovanje izrazov povezanih z invalidnostjo spreminjalo in prav ta sektor – organizacije in posamezniki, ki delujejo na področju invalidnosti – so z vztrajnostjo in doslednostjo dosegli, da je tudi širša javnost, vključno s politiki in drugimi odločevalci začela uporabljati primernejše izraze. Ta pristop bi morali uporabiti tudi na področju starejših.

Pogosto se dogaja, da starejše ljudi že vnaprej povezujejo s težavami, problemi. Tako je lahko že v definiciji gerontologije: »*To je znanstvena veda o starosti, procesu staranja in še posebej s tem povezanimi problemi.*« Takšna opredelitev v kontekstu staranja že vnaprej predpostavlja probleme, kar usmerja v staromrzništvo.

Tudi na področju raziskovanja prihaja do določenega staromrzništva. Na Irskem se v raziskavah javnega mnenja pri starosti respondentov omejijo na zgornjo mejo starosti 70 let. Kot da mnenje starejših od 70 let ne šteje!

Zanimiv je tudi pojav »pristranskost leve cifre« (left digit bias). Pri raziskovanju potrošniškega obnašanja so psihologi in ekonomisti že dolgo nazaj ugotovili, da kupci raje posežejo po artiklu, ki stane npr. 4,99 EUR kakor 5 EUR, čeprav je razlika le en cent. Leva številka ima odločujoč vpliv na vse in v povezavi s starejšimi se to dogaja tudi v zdravstvu. Raziskovalci v ZDA so preverili podatke in dokazali, da leva številka v letih starosti nezavedno vpliva tudi na zdravnike, ki za paciente sprejemajo odločitve o življenju ali smrti, npr. ali naj ljudem po srčnem napadu naredijo obvod za koronarno arterijo. Pri pregledu podatkov starejših Američanov so ugotovili, da imajo ljudje, stari 79 let in 50 tednov – torej tisti, ki bodo kmalu dopolnili 80 let – za 25 % večjo verjetnost, da bodo dobili bypass operacijo kot ljudje, ki so stari 80 let in dva tedna. In razlog je, da zdravniki te 79-letne paciente vidijo v 70-ih, 80-letne pa kot desetletje starejše.

Tudi v času bolezni covid-19, ki je najbolj smrtonosna za starejše, so se v kriznih časih, ko so bolnišnice v nekaterih državah pokale po šivih in ni bilo dovolj postelj, zdravniškega osebja in naprav, pojavljale podobne dileme – ali nuditi zdravniško pomoč starejšim, ki so imeli zaradi krhkega zdravja manj možnosti za preživetje in ali dati prednost mlajšim.

Alenka Ogrin

Cicely Saunders (2020). Čujte z menoj. Navdih za delo in bivanje v paliativni oskrbi. Celje: Celjska Mohorjeva družba, 96 strani.

IZPOVED AVTORICE HOSPICA

Dr. David Clark, biograf ustanoviteljice sodobnega hospica Cicely Saunders, v predgovoru knjige Čujte z menoj oceni hospic oskrbo za eno največjih družbenih inovacij 20. stoletja. Cicely Saunders je nesporna pionirka paliativne oskrbe, ne glede na to, da je ta izraz uvedel njen kanadski sodobnik Balfour Mount. Za svoja spoznanja in delo je dobila več častnih doktoratov in prestižnih priznanj, Ameriška akademija za hospic in paliativno medicino jo je poimenovala vizionarko paliativne oskrbe in hospica.

Njeno stališče, da je človek nedeljiva celota telesne, čustvene, družbene in duhovne razsežnosti je vodilo k spoznanju fenomena totalne bolečine, ki je za paliativno oskrbo osrednjega pomena, in k utemeljitvi celostne oskrbe bolnika skupaj z družino »kot enoto oskrbe«. K takšnemu pogledu je gotovo pripomogla njena večplastna poklicna platforma, saj se je z bolniki srečevala v vlogi medicinske sestre, socialne delavke in zdravnice.

V knjigi Čujte z menoj je zbranih pet njenih razmišljanj, od katerih vsako objame eno desetletje njenega življenja. Poznavalci Saundersove označujejo to zbirko za njeno avtobiografijo. Poglavja spremljajo razvoj in zorenje njenih razmišljanj, vse od objave nagovora Čujte z menoj še pred odprtjem svetovno znanega hospica sv. Krištofa leta 1965 do predavanja v Westminsterški katedrali *Pomisli Nanj* leta 2003. Bolj kot vodilo so ta poglavja navdih za vse, ki se srečujejo s hudo bolnimi, umirajočimi in