

PO PROSTU GERONTOTERAPIA

We wrześniu 2009 roku Fundacja Laurentius zakończyła projekt „Interkulturowy transfer kompetencji w opiece gerontopsychiatrycznej” realizowany we współpracy z Narodową Agencją Programu „Uczenie się przez całe życie” Leonardo da Vinci. Uwieńczeniem projektu była konferencja zorganizowana w siedzibie Fundacji Laurentius w Olsztynie.

Program konferencji stanowiły warsztaty i seminaria dotyczące zdobytych przez uczestników kompetencji oraz nowinek w aspekcie kompleksowej opieki, terapii i rehabilitacji gerontopsychiatrycznej.

W roli prelegentów odnaleźli się uczestnicy projektu, na co dzień pracownicy działu opiekuńczo-terapeutycznego Domu Opieki oraz Domu Pomocy Społecznej „Laurentius”.

Na spotkanie przybyli licznie zaproszeni goście, przedstawiciele placówek opiekuńczych z województwa warmińsko-mazurskiego, pomorskiego oraz kujawsko-pomorskiego.

Hasło „opieka gerontopsychiatryczna” ściąga uwagę wielu osób świadomych demograficznych tendencji nie tylko Europy, ale również Polski – rosnącej ilości osób starszych w populacji, wydłużającej się starości. Oznacza to znaczny przyrost osób z najwyższych grup wiekowych, które charakteryzują się wysokim poziomem niesamodzielności oraz są najbardziej zależne od otoczenia. Rosnąca zapadalność na schorzenia o charakterze demencyjnym wyraźnie kształtuje wyzwania dla personelu opiekuńczego i terapeutycznego placówek stałego pobytu dla seniorów.



foto: www.imagine.com

Zaprezentowane rozwiązania, zaczerpnięte przez uczestników projektu z bawarskich placówek dla seniorów mogą stać się odpowiedzią na „palące problemy” i w znacznej mierze przyczynić się do wzrostu standardu placówki i jakości oferowanych usług.

Jedną z podpatrzonych technik pracy terapeutycznej jest aktywizacja z użyciem „pudełeczka”. Pudełeczko to medium, dzięki któremu możemy dotrzeć zarówno do osób ze schorzeniami demencyjnymi w różnych fazach choroby, jak i w ciekawy sposób zorganizować czas każdej grupy mieszkańców DPS. Zorganizowanie zajęć/sesji wymaga od nas przygotowania pudełeczka np. kartonika po butach, któremu warto nadać starodawny styl lub ozd-

Fundacja Laurentius

bić w ciekawy sposób, powiązać z zawartością. W pudełeczku chowamy przeróżne przedmioty powiązane ze sobą tematycznie, np. elementy babcinej zastawy stołowej (możliwie różne i wywołujące wspomnienia), starą porcelanową lalkę, zestaw przypraw itp. Ważne przy doborze zawartości jest, by przedmioty:

- » były łatwe do rozpoznania
- » nie były zbyt małe
- » nie stanowiły źródła potencjalnych skaleczeń/ urazów

- zdań i nazywania przedmiotów
- » reaktywowanie treści pamięci długoterminowej
- » utrzymanie myślenia asocjacyjnego oraz elastyczności myślenia
- » praca z biografią
- » dostarczanie tematów do wymiany doświadczeń w danej dziedzinie, w grupie podopiecznych (wigilijne tradycje mojego domu)

Kolejną techniką pracy podpatrzoną przez uczestniczki jest stymulacja bazywa realizowana w formie relaksującej kąpeli z użyciem olejków eterycznych, światła i muzyki. Taka kąpiel to „koncert dla zmysłów”. Zasadniczym celem jest pobudzenie zmysłów przy jednoczesnym złagodzeniu napięcia. Osoby starsze przebywające w placówkach pomocy społecznej często doświadczają zubożenia bodźców. U osób demencyjnych w zależności od nasilenia choroby spotykamy się z ograniczeniem zdolności poruszania się i funkcji poznawczych. Utrudniona jest komunikacja, a dezorientacja, strach, napięcie oraz utrata zaufania prowadzą do złego samopoczucia. Terapeutyczna kąpiel to celowe pobudzenie zmysłów, dzięki któremu podopieczny odzyskuje świadomość swego ciała. To też szczególna forma rozmowy przez dotyk, masaż, która pozwala nawiązać kontakt z podopiecznym. Szczególnie ważne jest to w przypadku podopiecznych, z którymi zatracono kontakt w sferze kognitywnej. Oprócz działania aktywizującego, kąpiel może również mieć działanie wyciszające, z przeznaczeniem dla osób nadmiernie pobudzonych. W obu przypadkach określone działania osiągamy przy zastosowaniu odpowiedniego środka: pobudzającego lub wyciszającego: olejku eterycznego o działaniu pobudzającym lub uspokajającym masażu miękką myjką.

Powyższe techniki gerontoterapii, mimo swej prostoty i ekonomiczności, w znaczny sposób podnoszą jakość opieki i terapii. Nie wymagają od prowadzących szczególnych zdolności. Zajęcia może prowadzić zarówno terapeuta, jak i opiekun. Dają możliwość dotarcia do podopiecznych, którzy z racji swych schorzeń nie mogą uczestniczyć w terapii grupowej. ■

- » były powiązane z doświadczeniami życiowymi mieszkańców (osoby demencyjne w zaawansowanym stadium choroby nie rozpoznają np. słonia jako słonia)

Oprócz tego przygotowujemy zestaw pytań, zadań dla podopiecznych powiązanych z zawartością pudełeczka, pobudzających zdolności kognitywne i językowe, stanowiących pretekst do wymiany doświadczeń między uczestnikami. Warto je zalaminiować, by posłużyły na dłużej, bo raz zestawiony kuferek może być wielokrotnie użyty. Cele takiej aktywizacji to przede wszystkim:

- » aktywizacja funkcji poznawczych – wrażeń wzrokowych i dotykowych
- » utrzymanie zdolności formułowania



foto: www.innagine.com