



UNIVERZITETNA PSIHIATRIČNA
KLINIKA LJUBLJANA

University Psychiatric Clinic Ljubljana

Chengdujska 45, p.p. 5211, 1001 Ljubljana, Slovenija
T: +386 (0)1 587 21 00, F: +386 (0)1 528 46 18
E: info@psih-klinika.si, T: www.psih-klinika.si

KOMUNIKACIJA, KI GRADI ZAUPANJE: OBRAVNAVA STAROSTNIKA NA DOMU

Vesna Bukovec





01

Uvod

Pomembna vloga patronažne ZN





Izkušnje in primeri

Preproste tehnike in primeri iz prakse



Kako te tehnike čimbolj preprosto
uporabiti v domačem okolju





Domače okolje

Pomembna vloga patronažne ZN



Starostnik v okolju, kjer je njegovo življenje resnično





Kolikokrat se vam je že zgodilo,
da ste ob obisku starostnika
začutili, da se je nekaj spremenilo
– pa tega na prvi pogled ni bilo
mogoče jasno razložiti?





02

Prepoznavanje depresije pri starostniku

Depresija pri starejših je pogosta



DEPRESIJA PRI STAROSTNIKU



Pogosta



Ni normalen del
staranja



Pogosto spregledana

ZNAKI DEPRESIJE



UMIK 1

Umik iz aktivnosti

UTRUJENOST 2

Utrujenost

ENERGIJA 3

Pomanjkanje energije



INTERES 4

Izguba interesa

HIGIENA 5

Slabša osebna higiena

SPANJE 6

Motnje spanja



SPROŽILCI



PARTNER 1

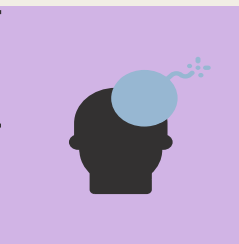
Izguba partnerja

UPOKOJITEV 2

Upokojitev

VNUKI 3

Izguba vloge
(npr. skrbnik vnukov)



VLOGA 4

Izguba pomembne
življenske vloge

VOZNIŠKO 5

Izguba voznškega
dovoljenja

SPREMEMBE 6

Spremembe v življenju





03

Klinični znaki depresije pri starostniku

Sistematično opazovanje več področij



Klinični znaki depresije pri starostniku



Vedenjske
spremembe



Čustveni znaki



Somatska
usmerjenost



Kognitivni znaki



Varnostni znaki



04

Komunikacija s svojci glede depresije

pri starostniku doma



Komunikacija s svojci glede depresije



**POGOVOR S
SVOJCI**



**VPRAŠANJA ZA
SVOJCE**



**RAZLAGA
DEPRESIJE**



**SOCIALNI
DEJAVNIKI**



MAJHNI KORAKI



NUJNI UKREPI





05

Spremljanje starostnika z depresijo

Varnost, sodelovanje in funkcionalnost





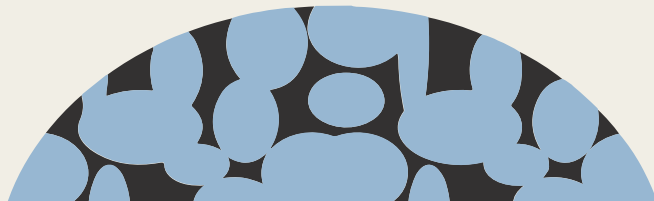
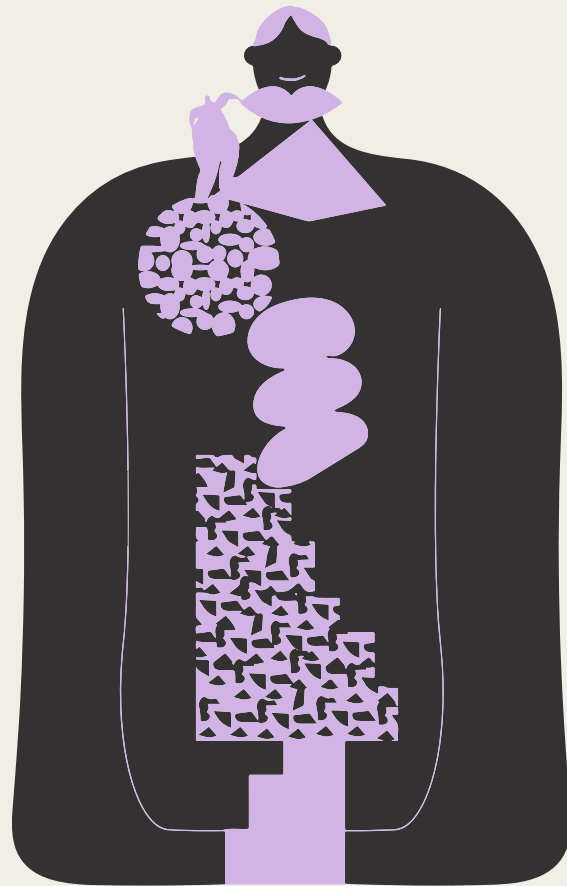
Spremljanje starostnika z depresijo

Temelji na treh ključnih področjih:

varnost,

sodelovanje pri zdravljenju in

funkcionalno stanje





06

Posebnosti komunikacije s starostnikom in svojci

Kratka, mirna, nevsiljiva in ponavljajoča



Posebnosti komunikacije



**OSNOVE
KOMUNIKACIJE**



**AKTIVNO
POSLUŠANJE**



KAJ NE DELUJE





07

Demenca

Pomen zgodnjega prepoznavanja





Demenca je sindrom, ki prizadene spomin, mišljenje, orientacijo in sposobnost vsakodnevnega funkcioniranja.

Patronažna medicinska sestra ima pri zgodnjem prepoznavanju demence pomembno vlogo



Zgodnje prepoznavanje demence



ZGODNJE
PREPOZNAVANJE



SPOMINSKE
SPREMEMBE



VSAKODNEVNA
OPRAVILA



ORIENTACIJA



VEDENJE



PATRONAŽNA ZN



08

Uporaba presejalnih testov

pri zgodnjem prepoznavanju depresije in demence



Najbolj uporabni presejalni testi



KPSS

kratak preizkus spoznavnih
spособnosti za presejanje
kognitivnega upada



GDS-5

lahko vključimo v
pogovor in ne deluje
kot formalni test

GDS

(Geriatric Depression Scale)
za presejanje depresije



MoCA

(Montreal Cognitive Assessment),
ki je v nekaterih okoljih
vključena tudi v smernice
patronažnega varstva
(potrebna licenca)





Gradivo na spletni strani - QR koda

Presejalni testi za delo v
patronažni ZN

GDS-15 (Geriatric Depression
Scale) / Geriatrična lestvica
depresivnosti - vprašalnik z
navodili

 Gds 15 Presejalni Test Pdf
PDF - 172.8 KB
[Download](#)

O GDS testih - Spregovorimo o
depresiji in samomoru med
starejšimi

[avtorji poglavij] Aleš Kogoj ... et al.; uredile Alenka Tančič Grum, Vita
Poštuvan, Saška Roškar. - Ljubljana : Inštitut za varovanje zdravja RS,
2010

 Gds Spregovorimo O Depresiji In Samomoru Med
Starejsimi Pdf
PDF - 1.6 MB
[Download](#)

GDS-5 (Geriatric Depression Scale) /
Geriatrična lestvica depresivnosti -
kratek vprašalnik z navodili

geriatricna-zn.net - Zasebno

**SCAN
ME!**



www.geriatricna-zn.net



09



Neformalno presejanje
v pogovoru

s preprostimi vprašanji v pogovoru

Preprosta vprašanja v običajnem pogovoru



1. vprašanje:

»Kako običajno poteka vaš dan?«

2. vprašanje:

»Ali vas še veselijo stvari, ki so vas včasih?«

3. vprašanje:

»Kako v zadnjem času spite?«

4. vprašanje:

»Se vam zdi, da imate v življenju še stvari, ki vam dajejo smisel?«

5. vprašanje:

»S kom se najpogosteje pogovarjate ali družite?«





10

NARAVA KOMUNIKACIJE PRI OSEBAH Z DEMENCO

Vzpostavljanje občutka varnosti, spoštovanja in orientacije



KOMUNIKACIJA PRI DEMENCI



VZPOSTAVLJANJE STIKA



OKOLJE



JEZIK



POTRPEŽLJIVOST



NE POPRAVLJAMO



IZTOČNICE



POMIRJUJOČI STAVKI



POMIRJUJOČI STAVKI



1. stavek:

»Vidim, da vas to skrbi.«

2. stavek:

»Tukaj sem z vami.«

3. stavek:

»Vzela si bom čas.«


4. stavek:

»Povejva skupaj,
kaj vas skrbi.«





5. stavek:

»V redu je,
pomagala vam bom.«





**Koliko vas je že doživelo situacijo,
ko je starostnik rekel nekaj, kar ni bilo
res, pa ste se morali odločiti,
ali ga popraviti ali ne?**





11

PSIHOSOCIALNI PRISTOP IN VALIDACIJSKA TERAPIJA

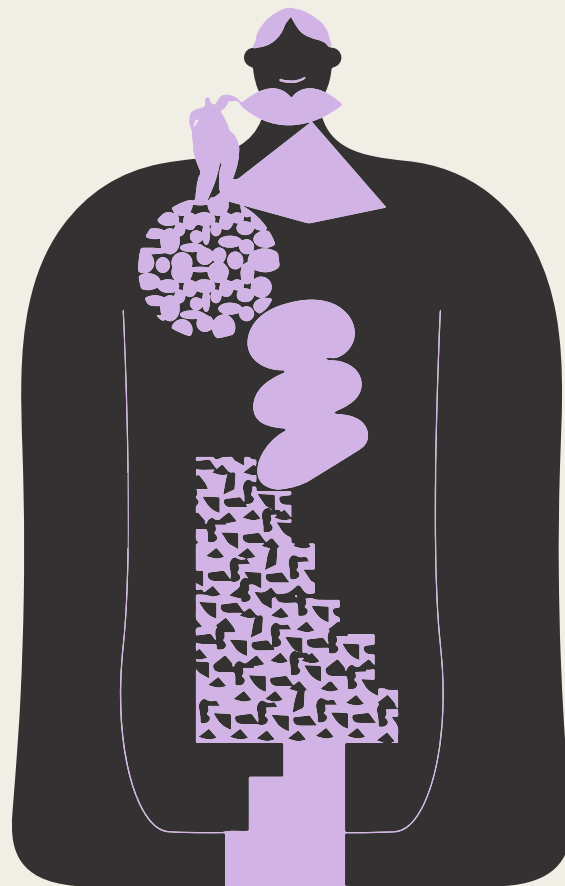
Razumevanje osebe kot celovitega bitja





PSIHOSOCIALNI PRISTOP IN VALIDACIJA

RAZUMEVANJE OSEBE KOT
CELOVITEGA BITJA





PSIHOSOCIALNI PRISTOP IN VALIDACIJA

VALIDACIJSKA TERAPIJA

(Naomi Feil)

TERAPEVTSKI ODNOS



TERAP. ODNOS 1

je strokovni odnos med zdravstvenim delavcem in pacientom

SPOŠTOVANJE 2

spodbuda in mehko vodenje

PREDVIDLJIVOST 3

majhne ponovitve dajejo občutek domačnosti, ki jih pomirja



RUTINA 4

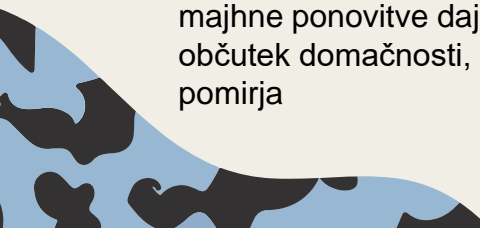
strukturiran dan zmanjšuje zmedenost

EMPATIJA 5

prepoznavamo njihova občutja in jih ne prezirimo

VZROKI TEŽAV 6

prepoznavanje vzrokov za težave pri komunikaciji





12

DEESKALACIJSKE TEHNIKE

Umirjanje napetosti brez konflikta





Ključne tehnike



Umirjen pristop

1



Validacija občutij

2



Preusmeritev pozornosti

3



Ponudimo izbiro

4





Primeri iz prakse



Primeri iz prakse:

- pacient ne želi odpreti vrat → mirna predstavitev
- pacient obtožuje kraje → sodelovanje pri iskanju
- pacient želi domov → pogovor o domu



Pomirjujoči stavki:

- "Vidim, da vas to skrbi."
- "Lahko malo počakava."
- "Povejte mi malo več o tem."



Stavki, ki sprožijo konflikt:

- "To ni res."
- "Saj sem vam že povedala."
- "Morate to narediti."



Ključni cilj deeskalacije

zmanjšati stisko in ohraniti odnos.



13

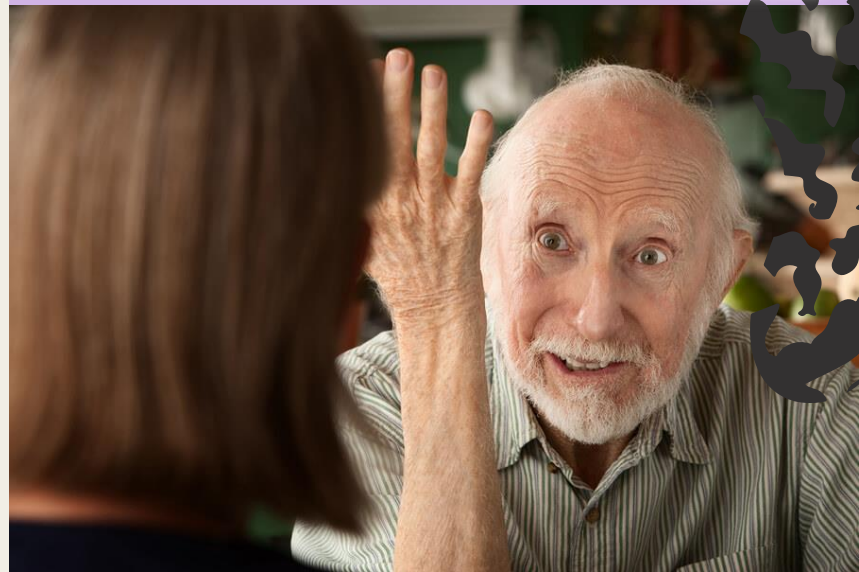
ZGODNJI ZNAKI STOPNJEVANJA NAPETOSTI

Prepoznati znake preden pride do konflikta





- nemir ali ponavljajoče gibanje
- sprememba tona glasu
- obrambna drža telesa
- ponavljanje zahtev
- hitro stopnjevanje čustev





Umirimo z:

- mirnim pristopom,
- zmanjšanjem dražljajev in
- kratko pavzo.





14

ETIKA IN ČLOVEČNOST V ODNOSU


V skladu z vrednotami in kakovostjo življenja pacienta






ETIKA IN ČLOVEČNOST V ODNOSU

SPOŠTOVANJE DOSTOJANSTVA

- Pravica do spoštovanja,
 - zasebnosti,
 - dostojanstva.
- 

TERAPEVTSKA RESNICA / LAŽ

- Ali je pacienta smiselno popravljati?
 - Zmanjševanje tesnobe in stiske.
- 



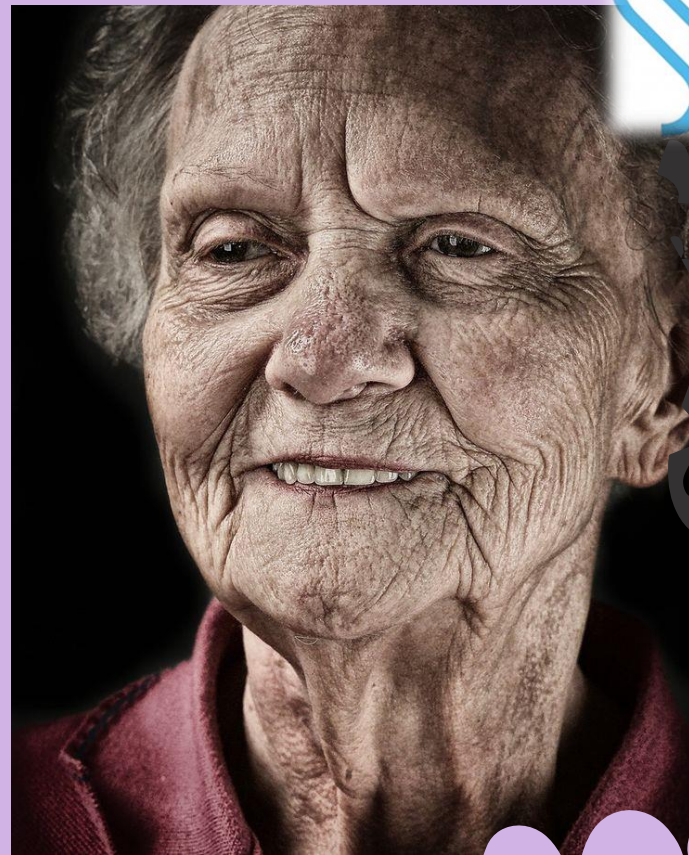
15

Zaključek

Znamo videti človeka tudi tam,
kjer spomin peša in govor počasi izginja.



Mi smo tisti, ki moramo imeti
sposobnost človeka videti tam,
kjer spomin peša, govor odpove
in zavedanje ugaša.





Gradivo na spletni strani - QR koda

Presejalni testi za delo v
patronažni ZN

GDS-15 (Geriatric Depression
Scale) / Geriatrska lestvica
depresivnosti - vprašalnik z
navodili

 Gds 15 Presejalni Test Pdf
PDF - 172.8 KB
[Download](#)

O GDS testih - Spregovorimo o
depresiji in samomoru med
starejšimi

[avtorji poglavij] Aleš Kogoj ... et al.; uredile Alenka Tančič Grum, Vita
Poštuvan, Saška Roškar. - Ljubljana : Institut za varovanje zdravja RS,
2010

 Gds Spregovorimo O Depresiji In Samomoru Med
Starejsimi Pdf
PDF - 1.6 MB
[Download](#)

GDS-5 (Geriatric Depression Scale) /
Geriatrska lestvica depresivnosti -
kratek vprašalnik z navodili

geriatricna-zn.net - Zasebno

**SCAN
ME!**



www.geriatricna-zn.net