

KONTAKTY

Ředitelství

Ed. Světlíka 1197, 768 24 Hulín
+420 573 350 171
fax 573 352 929

Jiřina Štěpánková
ředitelka

+420 573 352 930
+420 731 481 746

reditelstvi@decenthulin.cz

Středisko pečovatelské služby

Nábřeží 1314, 768 24 Hulín
+420 573 352 555

Anna Pecháčková, DiS.

sociální pracovnice, vedoucí pečovatelské služby

+420 737 018 289

pecovatelskasluzba@decenthulin.cz

Provozní doba terénní pečovatelské služby

Po – Ne 7:00 – 20:00

Úřední hodiny sociální pracovnice na DPS Nábřeží 1314 v Hulíně

každé pracovní pondělí od 9:00 do 12:00 hodin

každou pracovní středu od 12:00 do 13:00 hodin

Úřední hodiny v zasedací místnosti Obecního úřadu v Břestě

každý třetí čtvrtek v měsíci od 9.00 do 11.00 hodin

<http://www.hulin.cz/decent>

Nejste se službou spokojeni? Máte k nám nebo našim pracovnícím nějaké připomínky? Nenechávejte si je pro sebe! Jsou pro nás důležité a jsou pro nás přínosem. Je to způsob, jak být lepší. Sdělte nám své názory, a to buď osobně, písemně do schránky na DPS Nábřeží 1314, nebo přes naše internetové stránky.

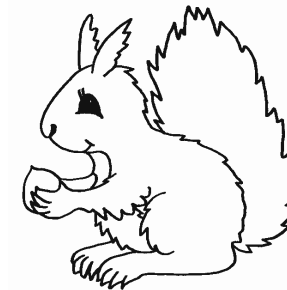
Zpravodaj PS DECENT Hulín, p. o. září 2016 připravila Anna Pecháčková, DiS.

PEČOVATELSKÁ SLUŽBA



DECENT HULÍN
příspěvková organizace

ZPRAVODAJ



Září 2016

Projekt rozvoje pečovatelské služby v Hulíně
je podporován Zlínským krajem.



SOCIÁLNÍ PRACOVNICE

Již několikrát se mi stalo, že mi někdo řekl, že šel za sociální pracovníci pečovatelské služby, ale nezastihl ji v kanceláři. Je to proto, že pečovatelská služba DECENT Hulín, p. o. je službou terénní. To znamená, že péče je poskytována v domácnostech uživatelů, tedy i sociální pracovníce musí vyrazit za uživateli do jejich domovů.

Celkem poskytujeme péči 75ti uživatelům v Hulíně, Záhlinicích, Pravčicích a Břestě. V domě s pečovatelskou službou (DPS) na Nábřeží, kde má sociální pracovníce kancelář, poskytují pečovatelky službu jen 10ti uživatelům a to ne zcela pravidelně, spíše se jedná jen o dovoz obědů. Pravidelnou pomoc pečovatelek využívají jen 2 uživatelé z DPS Nábřeží.

Chcete-li jednat se sociální pracovníci tak:

1. Přijďte v době úředních hodin – pondělí 8.00 – 12.00 hod., středa 12.00 – 13.00 hod.
2. V jinou než výše uvedenou dobu předem zatelefonujte a domluvte si schůzku.
3. Přijďte v době její pracovní doby a to od 6.00 – 14.30 hod a třeba budete mít štěstí (riskujete, že bude v terénu).

Jelikož sociální pracovníce je i vedoucí pečovatelské služby, platí výše uvedené pro oboje.

DOMÁCÍ HOSPIC – MOST K DOMOVU ZLÍN

Domácí hospic navazuje a snaží se obnovit tradici umírání doma nebo v sociálním prostředí klienta, v kruhu blízkých a pečujících. Potřeba být doma i v těch těžkých chvílích má stále svůj význam a důležitost v životě člověka. Nikomu z nás logicky není příjemné pomyšlení na konec lidského života a umírání. Každý z nás se ovšem v průběhu svého života se smrtí setká. Každé toto setkání je jiné a výjimečné. Tak jako je výjimečný každý člověk a vztah, který jsme k němu měli. V situaci těžké nemoci někoho blízkého se pereme s mnoha, někdy protikladnými pocity. Jsme zmatení, v šoku, cítíme úzkost, zoufalství, možná strach, někdy vinu. To samé cítí i pacient, který se dozvěděl o závažnosti onemocnění, o tom, že jeho nemoc již nelze vyléčit. V tuto chvíli nám nejlépe mohou pomoci ti, které máme rádi, ti se kterými jsme strávili převážnou část života. Kde jinde dovršit svůj život, než tam, kde jsem žil a s těmi, které mám rád. Domácí hospic je tu pro to, aby toto přání pomohl splnit.

NENÍ KAM SPĚCHAT

Je zvykem, že ráno vstaneme a snídáme. V poledne obědváme, večer se večeří.

Senioři mají často tyto denní rituály různě posunuté. V noci jsou vzhůru a ráno by spali. Noční spánek narušují různé vlivy. Časté chůze na toaletu, obtížné usínání, občas také noční můry nebo představy. Rodinní příslušníci, většinou děti, se často účastní vstupních sociálních šetření při zavádění pečovatelské služby novému uživateli. A jak je zvykem, snaží se své mamince nebo tatínkovi vnutit své návyky a to např.: "Pečovatelka přijde 7.30, vytáhne tě z postele, nachystá snídani a ty pojíš, pak se půjdeš umýt, sedneš si do křesla a budeš se dívat na televizi až do oběda."

Je dobře, že má rodina o péči o své blízké jasnou představu, ale i přesto se pečovatelská služba řídí potřebou uživatele. Tento způsob poskytování péče se postupně upravuje a individualizuje pro konkrétního uživatele, tak aby mu péče vyhovovala, zapadla do jeho denních návyků a hlavně mu pomohla.

Proto mě velmi potěšilo vstupní sociální šetření, kdy byly návštěvy sjednány až na 13.00 hod. Nikdo seniorku nenutí, aby ráno brzo vstala, protože v noci spí špatně a ráno se jí dobře dospává. Protože je pak dlouho po probuzení nevrhá a je třeba jí nechat čas dát do psychické pohody a také čas, který sama věnuje přípravě péči o svou osobu (oblékání, hygiena, česání, snídání atd.) Tento čas, který seniorce rodina věnuje, nechává ji v klidu, nezasahuje do jejich rituálů, vedl k tomu, že i ve skutečně vysokém věku je absolutně samostatná a pečovatelku potřebuje převážně jen na pravidelnou kontrolu - dohled.

KOMPENZAČNÍ POMŮCKY – volné k 5. 9. 2016

Chodítka s košíkem a sedátkem – skládací 2x; chodítka pevná – ohrádka 1x; toaletní křeslo bez koleček 3x, s kolečky 1x; sedací kruh antidekubitní pěnový 2x, nafukovací 1x; sedačka s madlem na vanu 1x, bez madla 1x, otočná 1x; nadstavec na wc s područkami 3x; stolek k lůžku 1x;

Možnost zapůjčení kompenzačních a hygienických pomůcek v kanceláři PS na ulici Nábřeží 1314 v době úředních hodin, v jinou dobu po telefonické domluvě.

Částka za pomůcku je 5,-/den pro uživatele PS, pro zájemce nevyužívající naši službu 5,-/den + 21 % DPH. Manipulační poplatek za zapůjčení na dobu kratší 14ti dní je 50,-.

NĚCO HODNĚ ZDRAVĚHO - Kulatý koláč z ovesných vloček

Těsto: 2 hrnky jemných vloček (nebo rozemletých), 300 ml bílého jogurtu, 1/3 hrnku špaldové (nebo hladké) mouky, 2 vejce, 3/4 prášku do pečiva. Dosladit stevií nebo medem Dle chuti přidáme kokos nebo skořici, rozinky. Trochu zředit mlékem.

Těsto dáme do kulaté nízké formy a na neupečený korpus natřeme směs: 1 vejce, 1 tvaroh, sladidlo stevie nebo med, rum pro chuť a vůni ☺
Poklademe trochu ovocem (meruňky, jahody, cokoliv nebo nic).
Péct 180 °C cca 35 minut.

Tímto koláčem asi rodinu neuhostíte. Je trochu tužší díky vločkám a není tolik sladký. Pokud si jej ale upečete, uděláte tím hodně pro své zdraví, hlavně střeva. Dobré je jíst tento koláč ke snídani, získáte tím hodně energie na celé dopoledne. Doporučuji upéct, a co ten den nesníte, rozdělít na části a zamrazit. Pak můžete postupně rozmrazovat snídani na každé ráno.

TORTILLA – svačinka v různých variacích

Dnes se naučíme velmi jednoduchý recept. Základem je koupit tortilly. Jsou to takové kulaté tenké placky, které se prodávají (např. v Albertu). Jsou trvanlivé a zabalené po více kusech.

Pokud chce někdo zkusit, může si je i vyrobit sám doma a to z těchto ingrediencí: 2 hrnky hladké mouky, půl hrnku vlažné mouky, 50g sádla. Zpracujeme v těsto a hned vyválíme tenké placky, které smažíme na suché pánvi z obou stran. Placky zůstanou bílé se slabými hnědými flíčky. Takto je to správně. Pokud si koupíte již tortillu v obchodě, je dobré ji chvíli před plněním nahřát. Buď to pár vteřin v mikrovlnce, nebo na suché pánvi. Pěkně vám změkne a můžete plnit.

Na placku můžeme dát cokoliv, co máte rádi a tím ji naplníte. Syn si dává kečup, salám, tvrdý sýr. Já raději směs z kuřecího masa a zeleniny. Je možno použít i oslazený tvaroh s ovocem. Nápadům se meze nekladou. Naplněnou tortillu smotáme jako amoletu, nebo složíme na trojúhelník.

Také je možné tortillu ještě zapéct v toustéru.

Tortillku také můžete naplnit směsí z pomazánkového másla, strouhaného sýru a salámu, česneku, cibulky, bylinek, stočit jako roládu a krájet ji na kolečka. Vzniknou vám parádní jednohubky, které můžete zajistit párátkem.

Tak schválně. Kdo vymyslí originální náplň do tortilly a pochlubí se s ní?

Zahrnuje zdravotní a sociální péči o nemocného, podporu rodiny. Naučí vás jak pečovat doma. Podpoří vás v situacích, které pro vás budou náročné, zastoupí vás ve chvílích, kdy si budete potřebovat odpočinout. Pomůžeme vám s vyřízením záležitostí spojených s úmrtím blízkého.

V domácím hospici o klienta společně pečují jeho blízcí (rodina) a multidisciplinární tým domácího hospice Most k domovu Zlín. Klient přitom pobývá ve svém prostředí, tam, kde to dobře zná a kde může být obklopen svými nejbližšími. Ve spojení s profesionálním přístupem odborníků může komplexní zajištění péče vést ke zmírnění jeho duševního a tělesného utrpení. Domů za ním a za rodinou pravidelně dochází zdravotní sestry. V případě potřeby dle zdravotního stavu pacienta může přijít také lékař, psycholog, sociální pracovník a další odborníci. V týmu domácího hospice Most k domovu Zlín jsou lékaři specializující se na paliativní medicínu a léčbu bolesti. Zdravotní sestry i lékaři jsou přitom v nepřetržité pohotovosti. V případě potřeby se rodina klienta může na ně telefonicky obrátit. Právě trvalý dohled lékaře - specialisty je jedním ze základních principů fungování domácího hospice Most k domovu Zlín.

Kontakt s domácím hospicem Most k domovu Zlín může pacientovi a rodině zprostředkovat ošetřující lékař nebo sociální pracovník v nemocnici nebo se na ně může obrátit přímo rodina pacienta. Přípravu na zavedení péče zajišťuje tzv. koordinátor hospicové péče. Jeho úlohou je zhodnocení situace klienta, zejména pak zda rodina zvládne náročnou péči. Aktivní spolupráce rodiny je nedílnou součástí domácí hospicové péče a jednou ze základních podmínek zavedení služby. Rodina se o pacienta stará v průběhu dne. Sleduje jeho zdravotní stav, podává pacientovi stravu, zajišťuje pitný režim, hygienu a další základní potřeby. Pokud je rodina připravena poskytnout pacientovi potřebnou péči, koordinátor dále zajistí ve spolupráci s rodinou odpovídající vhodné vybavení domácího prostředí a pomůcky spojené s péčí o klienta. Pacienta následně vyšetří lékař domácího hospice, který tím přebírá odpovědnost za paliativní léčbu. Lékař po provedení komplexního vyšetření seznámí pacienta s návrhem léčby. Navržená terapie by měla vést ke zmírnění obtíží a zmenšení utrpení v rámci daného onemocnění a zdravotního stavu pacienta. Součástí lékařské zprávy je i tzv. SOS medikace. Jedná se především o léky proti průlomové bolesti, zvracení či proti křečím. Lékař vyhodnocuje další průběh nemoci a dle zdravotního stavu upravuje medikaci na základě

pravidelného hlášení zdravotních sester. V případě potřeby pacienta nebo rodiny lékař samozřejmě klienta opakovaně navštíví.

Podmínky zavedení hospicové péče:

- pacient si přeje hospicovou péči v domácím prostředí
- ošetřující lékař rozhodne o zavedení symptomatické léčby (toto rozhodnutí musí být uvedeno ve zdravotnické dokumentaci pacienta)
- pacientovo domácí zázemí je vybaveno základními prostředky k jeho ošetřování
- rodinní příslušníci jsou schopni zajistit pacientovi základní životní potřeby (stravu, pitný režim, polohování a hygienu)
- personál domácího hospice následně může rodině pomoci v nepřetržitém dohledu nad pacientem a v pečovatelské úloze

- bydliště ve Zlíně a okolí dle dostupnosti v okruhu 25 km od Zlína
- závažnost onemocnění – byla ukončena léčba vedoucí k uzdravení a je předepsána léčba vedoucí ke zkvalitnění života a zmírnění obtíží a bolestí.
- domácí hospic je určen nevléčitelně nemocným lidem, kteří chtějí žít a dožít doma a o které se může alespoň jedna blízká osoba doma postarat.

Domácí hospicová péče se odvíjí plně od potřeb nemocného a jeho rodiny. Budete-li chtít jejich přítomnost, budou s vámi. Pomůžou vám, podpoří vás. Nebudete-li chtít jejich přítomnost, budou pouze na telefonu jako pojistka pro případ nouze.

Více informací najde zde: www.centrumlb.cz

Centrum pro léčbu bolesti a paliativní medicínu - Zlín, Tř. 2. Května 3070

Ze slovníku: Hospic je zdravotnicko-sociální zařízení, které slouží k péči o nevléčitelně a těžce nemocné osoby, tedy k tzv. paliativní péči. Současná zdravotnická zařízení hospicového typu dostala své jméno podle instituce hospiců – míst pro odpočinek poutníků, která vznikla ve 4. století.

LÉČBA BOLESTI

Jedním z nejčastějších symptomů ve stáří u seniorů nebo při pokročilém stádiu onemocnění je právě bolest.

Bolest u člověka výrazně ovlivňuje jeho náladu a pohodu. Při bolesti člověk nemá radost ze života a ztrácí motivaci k životu, ale i ke spolupráci. Neléčená bolest tak značně ovlivňuje možnost pohybu a pacient se posléze stává ležícím, nešťastným, s depresivní náladou. S bolestí je spjatý vznik nechutenství, porucha příjmu potravy a správné výživy. Pacient s bolestí se tak postupně velmi často dostává do sociální izolace. V současné době je více prostředků, jak bolest účinně ovlivnit a zlepšit tak špatnou kvalitu života nemocného.

Hlavním předpokladem úspěšné léčby bolesti je zjištění, co pacienta vlastně bolí. Na základě provedeného vyšetření spojeného s objasněním příčin bolesti vám lékař – algeziolog navrhne druh léčby a její možnosti.

HÁDANKA – koza, vlk a zelí

Jednoho dne se starý vesničan vracel z trhu domů. Měl s sebou kozu, vlka a v podpaží svíral hlávkou zelí. Vesele si pískal, jak se mu handlování povedlo, když přišel k řece. Na břehu měl přivázanou malou pramici a už chtěl nasednout, když tu ho náhle dobrá nálada opustila. "Safra," říkal si, "vždyť já se do té lodičky se všim tím nevejdu. A když tu nechám vlka a kozu, sní mi vlk kozu. Když tu nechám kozu a zelí, sní mi koza zelí. Jak já to jenom provedu?"

Pomozte staříkovi dostat vlka, kozu a zelí na druhý břeh. Do loďky se mu při tom vejde jen jedna věc. A na žádném z břehů při tom nesmí nechat samotného vlka s kozou nebo kozu a zelí ...

Odpověď je zde, ale nejdřív přemýšlejte sami:

Postup převážení je tento: nejprve naloží a převezme kozu, pak se vrátí pro vlka a při vysazování na druhém břehu si vezme kozu zase do člunu a vrátí ji na původní břeh. Tam jí vysadí, naloží zelí, aby ho koza nesnědla a odveze ho k vlkovi na druhý břeh. Pak už se jen vrátí pro kozu.

HLAVOLAM – lopatka a smetí

Vezměte si 4 zápalky a poskládejte přesně podle obrázku. Vznikne vám lopatka. Na lopatku položte jakékoliv „smetí“ viz. obrázek. Nyní přesuňte dvě zápalky tak, aby se smetí dostalo z lopatky.

Řešení? To vám ukáže každá pečovatelka, nachystejte si zápalky.