

برنامه ریزی مراقبت کردن از بیمار، خانه سالمندان

پدر بزرگ احمد ده سال است که به بیماری آلزهایمر دچار شده است. هم اکنون در نتیجه پیشرفت بیماری، تعادل ندارد، حرف نمی زند، و زمین گیر شده است. نوه ارشد وی احمد، نگهداری از او را به عهده دارد ولی بار اصلی مراقبت کردن به دوش همسر احمد است. فرزندان احمد پیوسته از عدم توجه مادرشان به خود و تهیه نکردن غذاهای مورد علاقه شان شکایت دارند. یک روز همسر احمد در زمان انتقال پدر بزرگ از تختخواب به ویلچر، کمرش آسیب دید و وی را زمین گیر کرد. هیچ راهی برای مراقبت کردن از پدر بزرگ در منزل باقی نمانده بود.

برنامه ریزی مراقبت کردن از بیمار

مراقبت کردن از بیمار در مراحل اولیه بیماری معمولاً در منزل وی و بدون برنامه ریزی و آتیه نگری انجام میشود چونکه بیمار به زندگی نسبتاً عادی خود، همراه با کمی مشکلات، ادامه می دهد. هنوز شاید همه در شوک اولیه روبرویی با مشکلی مانند آلزهایمر به سر می برند، با این بیماری آشنایی کافی ندارند، و از سیر پیشرفت آن بخوبی آگاه نیستند .

با توجه به آشنایی بیمار با محیط منزل، همسایگان، مراکز خرید، و کوچه ها و خیابان های اطراف، منزل بیمار به عنوان محل نگهداری از وی بهترین و منطقی ترین گزینه است. بیمار در منزل خود احساس امنیت و آرامش می کند و مراقبت کردن از وی در آنجا آسان تر است. ولی در نهایت، با گذشت زمان و پیشرفت بیماری، ممکن است نیازهای بیمار، از امکانات منزل و توان کسانی که بار نگهداری وی را به دوش دارند، تجاوز کند. در این مرحله است که گزینه خانه سالمندان مورد بررسی قرار می گیرد .

خانه سالمندان و احساسات خانواده

در فرهنگ ما تصمیم به انتقال عزیزمان به خانه سالمندان با بار منفی همراه است. آیا امکانات و سرویس های خانه سالمندان برای بیمار مناسب تر از مراقبت در منزل است؟ آیا اصولاً امکان مراقبت به بهترین نحو برای عزیزمان در منزل وجود دارد؟ بدون توجه به جواب اینگونه سؤالات، اکثر تصمیم گیران، با خانه سالمندان مخالفند. لازم است اولویت اصلی در این تصمیم گیری، آسایش و راحتی بیمار، امکان برآوردن نیاز های او در سطح مطلوب، و با رعایت شخصیت وی باشد. فراموش نکنید که راهی طولانی در پیش دارید و نیازهای بیمار، از نظر کمی و کیفی، پیوسته رو به افزایش خواهد بود.

چه زمانی گزینه خانه سالمندان بهتر است؟

ممکن است زمانی فرا برسد که بیمار به مراقبت بیشتری از آنچه که امکان آن در منزل وجود دارد نیاز پیدا کند. در دوران میانی، مراقبت ۲۴ ساعته از بیمار به منظور ایمن نگاه داشتن وی لازم است. با پیشرفت بیماری، بیمار نیاز به مراقبت و پرستاری بی وقفه و تخصصی تری پیدا می کند.

در صورتی که توان انجام کارهای مراقبتی و مدیریت آن در منزل از عهده ی بستگان نزدیک و نیروی کمکی برنیاید، راه چاره انتقال بیمار به خانه ی سالمندان است. سؤالات زیر می تواند راهنمای خوبی برای تصمیم گیری در این مورد باشد:

- آیا زندگی بیمار در منزل خودش برای وی ناامن شده است؟

- آیا سلامتی بیمار یا سلامت مراقبت کننده در معرض خطر است؟
- آیا نیازهای مراقبتی بیمار از توان شخصی و فیزیکی مراقبت کننده یا مراقبین خارج شده است؟
- آیا مراقبت کننده مجبور است در انجام وظایف زناشویی و تیمار فرزندان خود کوتاهی کند؟
- آیا محیط اجتماعی خانه ی سالمندان برای بیمار مناسب تر از منزل است؟

انتقال به خانه ی سالمندان معمولاً برای نزدیکان بیمار دردناک است و ممکن است که آنها احساس گناه کنند. افراد فامیل ممکن است احساس کنند که بیمارشان را ترک کرده اند یا در مراقبت کردن از وی کوتاهی کرده اند. این احساس گناه بیجا است چون شما با در نظر گرفتن نیازهای بیمار، احترام به حقوق وی، و برای ایجاد بهترین نحوه ی مراقبت این تصمیم را گرفته اید.

چگونه خانه سالمندان را ارزیابی کنیم؟

خانه های سالمندان در مورد خدماتی که ارائه می دهند، کیفیت انجام کار، نسبت بیمار به مراقبت کننده، فعالیت های گروهی و تفریحی، نوع بیماری سالمندان ساکن، تغذیه، خدمات پزشکی، هزینه ماهیانه، و غیره یکسان نیستند. در تصمیم گیری، نکات زیر را رعایت کنید.

- درباره امکانات موجود خانه ی سالمندان در شهر خودتان و شهرهای نزدیک، هزینه ها، نوع خدمات ارائه شده، و کیفیت آن ها تحقیق کنید. از خانه های سالمندان مورد نظر بازدید کنید و نحوه ی انجام خدمات را از نزدیک ببینید. در فعالیت های گروهی مانند نقاشی، موزیک، رقص، قصه خوانی و غیره شرکت کنید تا از مؤثر بودن و نحوه برگزاری آنها آگاه شوید.
- شماره تلفن و نشانی افرادی را که بیماری در خانه های سالمندان مورد نظر دارند یادداشت کنید و با آنها در مورد تجربه و رضایتشان از خدمات ارائه شده مشورت کنید. بهترین گزینه، خانه ی سالمندانی است که خدمات مورد نظر شما را ارائه دهد، از کیفیت خدمات آن راضی باشید، هزینه ماهیانه آن با بودجه شما هم آهنگ باشد، و نزدیک محل اقامت آن دسته از بستگان که مایل و راغب به سر زدن به بیمار هستند، باشد.
- کار مراقبت کردن با انتقال بیمار به خانه سالمندان پایان نمی یابد. شما باید با دقت و هوشیاری بر نحوه انجام خدمات در خانه ی سالمندان نظارت داشته باشید، در باره اقدامات مراقبتی و پزشکی بیمار خود اظهار نظر کنید، و پیوسته اطمینان حاصل کنید که حقوق وی کاملاً رعایت می شود.
- تجربه ثابت کرده است که بیمار معمولاً در محیط خانه سالمندان مناسب، با دیدن و آمیزش با سایر بیماران که همدرد او هستند، و با شرکت در کارهای گروهی و تفریحی، از کیفیت زندگی بهتری برخوردار خواهد شد.
- اگر باور دارید که در مراحل میانی یا پایانی بیماری، نگهداری از بیمارتان در منزل امکان ندارد، بررسی و تصمیم گیری انتقال به خانه سالمندان را به تاخیر نیندازید. عزیز شما، در دورانی که توان فیزیکی و ذهنی بیشتری دارد، توجیه شدنش با محیط جدید و استفاده وی از امکانات برنامه های گروهی و تفریحی خانه سالمندان بسیار آسان تر است.

مراجع و منابع

<https://www.alz.org/care/alzheimers-dementia-in-home-health.asp>

مراقبت کردن در منزل، وبسایت آلزهایمر آمریکا

https://www.alz.org/library/downloads/search_nursinghomedecisions.pdf

مقالات مختلف، گزینش خانه سالمندان، وبسایت آلزهایمر آمریکا

<https://www.alz.org/care/alzheimers-early-mild-stage-caregiving.asp>

مراقبت کردن، مرحله اولیه بیماری، وبسایت انجمن آلزهایمر آمریکا

<https://www.alz.org/care/alzheimers-mid-moderate-stage-caregiving.asp>

مراقبت کردن، مرحله میانی بیماری، وبسایت انجمن آلزهایمر آمریکا

<https://www.alz.org/care/alzheimers-late-end-stage-caregiving.asp>

مراقبت کردن، مرحله پایانی بیماری، وبسایت انجمن آلزهایمر آمریکا

www.dardasht.com