

Zhrnutie obsahu videa „Odmietanie osobnej hygieny“

Situácia:

Pani Gerti (86) žijúca doma, pani Hannelore - opatrovatelka. Pani Gerti má často zlú náladu. V tejto epizóde je často zmätená. Dcéra pani Gerti dala pani Hannelore presný plán osobnej hygieny.

Obsah klipu:

Pani Gerti vyjde zo spálne s mrzutou tvárou. Pani Hannelore sa jej pýta, či sa dobre vyspala, ale pani Gerti odpovedá, že nie. Pani Hannelore hovorí, že dnes je deň, kedy sa umývajú vlasy. Pani Gerti tým vôbec nie je nadšená, ale pýta sa na šampón. „Ešte necítite jeho vôňu?“ pýta sa pani Hannelore a prinesie ho. A pani Gerti sa tiež pýta, či je to ten šampón, ktorý neštípe v očiach. Pani Hannelore ju upokojuje: Pekne vonia a neštípe v očiach. Ďalej sa pýta, či je to uterák, čo škriabe. Pani Hannelore ho už drží v ruke, je príjemne mäkký a predhriaty. Navyše jej sľúbi, že jej počas umývania priloží uterák na čelo, aby sa jej nič nedostalo do očí.

Analýza:

Pani Gerti sa ako zvyčajne zle vyspala. Pani Hannelore vie, že zvyčajne odmieta úkony osobnej hygieny. Už **otvorila voňavý šampón**. Pani Gerti už pravdepodobne zacítila jeho vôňu a pýta sa na šampón. Príjemná vôňa môže byť nápomocná pri navodení pozitívnej nálady. Pani Gerti sa pýta na všetky veci, ktoré by mohli byť pre ňu nepríjemné: **Štípanie v očiach**, „**škriabajúci**“ **uterák**? Pani Hannelore sa však dobre pripravila: Sľúbila, že jej na **čelo** priloží **uterák** aby sa jej nič nedostalo do očí, a **predhriala mäkký uterák**. Tým sa jej podarilo presvedčiť pani Gerti. Čo ešte mohla urobiť? - Čítajte ďalej

Zamyslenie:

V praxi často dochádza k odmietaniu - bez toho, aby sa osoby, ktorých sa to týka, pýtali na bližšie podrobnosti. Často ani nevedia, prečo sa im to vlastne nepáči, jednoducho len odmietajú osobnú hygienu. Dôvodom sú často zlé skúsenosti (v kúpeľni je **chladno**, príbuzní alebo opatrovatelia nie sú dostatočne pozorní atď.), ale aj to, že už nechápu, o čo ide (napr. **situačná zmätenosť** - pozri aj formy demencie; koncepcia osobnej hygieny je uložená v deklaratívnej pamäti, preto jej už často **nerozumejú** - pozri aj pamäťové systémy; ak je poškodený čelový lalok v mozgu, vytráca sa aj **pocit hanby** za nedostatočnú hygienu). Často sa jednoducho nepodarí niekoho motivovať k umývaniu. Aj s tým sa musíte zmieriť - existuje však niekoľko vecí, ktoré môžete vyskúšať:

Čo môžete urobiť VY, aby opatrovaná osoba mala pocit, že ju rozmaznávate? Čo tak pokúsiť sa rozdeliť úkony osobnej hygieny na **menšie kroky**?

(Dnes ruky a nohy, zajtra horná časť tela, intímnu hygienu nechajte na nich samých - zadajte im pokyny); rešpektujte pocity hanby, nevyzliekajte opatrované osoby úplne donaha, buďte trpezliví, **nikdy na ne nevyvíjajte nátlak** (inak v nich môžete vyvolať odpor alebo agresivitu; upracte kúpeľňu - príliš veľa predmetov by mohlo pôsobiť mäúco; prípadne im podajte jednotlivé kusy oblečenia v správnom poradí - ak je to možné, nechajte ich, nech sa obliekajú samy; **oblečenie s jednoduchým zapínaním** (nohavice s gumou v páse); ak sa opatrované osoby obliekajú samy: Nemusí to dokonale sedieť“; **nevnucujte ostatným VAŠE VLASTNÉ predstavy o hygiene!**

Koncepcia SMEI:

Udo Baer vyvinul koncepciu SMEI (Sensomotorische, erlebniszentrierte Interaktion - senzomotorická zážitková interakcia); ide o vnútorný postoj; snahu stvárňovať každodenný život tak, aby bol vnímaný ako **krásny zážitok**.

5 hlavných zásad: Správať sa k ľuďom s **úctou**; zohľadňovať a využívať **zdroje** ktoré sú ešte k dispozícii; naladiť sa na ich svet = **rezonancia**; umožniť **dobry zážitok**; ponúknuť vnímanie **všetkými zmyslami**.

Napr. jedlo: Pekný obrus, slávnostný riad, pekné obrúsky, stimulujúce vône, hudba v pozadí, špeciálne jedlá pomedzi;

Napr. osobná hygiena: Aromalampa v kúpeľni, dostatočná teplota, predhriaty uterák, častejšia výmena čerstvých, mäkkých uterákov, obľúbené mydlo, šampón, sprchový gél, relaxačná hudba atď., musí z vás vyžarovať pokoj, istota, klad'te dôraz na potešenie, nanášajte krém na tvár a telo, zdôraznite, aké je to príjemné, pochváľte dobrý výzor atď'.

Buďte obozretní v prípade, ak sa opatrovatelka stará o muža: Môže dôjsť k nesprávnej interpretácii (situačná zmätenosť); prípadne aj vtedy, ak sa muž opatrovatel stará o ženu (menej časté)

Ponaučenia:

Nepresadzujte svoju vlastnú predstavu o hygiene; venujte pozornosť: Čo chce opatrovaná osoba a čo nie! Žiadny nátlak, žiadne násilie! Podporujte samostatnosť, používajte procedurálnu pamäť: Pomôžte so začiatočnými pohybmi, potom to často ide samo (napr. čistenie zubov); vysvetlite úkony starostlivosti (krátke, jednoduché vety), prípadne ukážte, čo má opatrovaná osoba robiť. Rešpektujte ľudskú dôstojnosť, buďte kreatívni, vytvárajte zmyslové zážitky.

Odporúčaná literatúra:

Pozrite si aj naše video „Pamäťové systémy“ (deklaratívna, procedurálna pamäť)

Pozrite si aj naše video „Formy demencie“