

Ošetrovatel'stvo v geriatrii

Gerontológia – veda o starnutí, ktorá skúma proces starnutia. Jej úlohou je poznávať zákonitosti a mechanizmy starnutia a využívať ich pre človeka tak, aby sa vedel lepšie vyrovnávať so zmenami, ktoré proces starnutia prináša.

Geriatria – (klinická gerontológia) – sa zaoberá starým človekom. Zaoberá sa diagnostikou a liečbou starých ľudí.

Starnutie je proces zákonitý, postupný, deštruktívny a ireverzibilný. Vekové zmeny sa postupne hromadia až vedú k zániku jedinca. Konečnou etapou starnutia je staroba.

Starnutie sa vyznačuje morfológickými, funkčnými, psychickými zmenami a zmenami v sociálnom postavení:

- *koža* – suchá, stráca elasticnosť, vráskavie, nadobúda žltobiely odtieň, hnedé starecké škvrny- lentigo senilis, nedostatok pigmentu – vitiligo, nitkovité bradavice na krku a v podpazuší,
- *vlasy, chlpý* – šedivé, vypadávajú, ubúdanie chlpov v podpazuší a na ohanbí, u žien zdrsnie obočie a nastáva na tvári
- *zmeny na tvári* – chýba chrup, pretiahnutý, špicatý nos
- *nechty* – rastú pomalšie, sú hrubé, majú sklon k štiepeniu,
- *zmyslové orgány* – ostrosť zraku je znížená, periférny zrak oslabený, znížená schopnosť akomodácie dúhovky, adaptácia na tmú a svetlo je znížená, ťažšie rozoznávajú červenú farbu a pastelových farieb, očné gule sa zdajú vpadnuté (znížené množstvo tuku v očnici), oči sú suché a bez lesku,
 - *sluch* – vyrastanie drsných, hrubých chlpov z ušnice, ušný maz je suchší, generalizovaná strata sluchu,
 - *čuch* – oslabený (znížený počet nervových vlákien a atrofia zvyšku vlákien, slabšia schopnosť rozoznávať pachy.
- *krk* – skrátenie krku (osteoporóza krčných stavcov),
- *hrudník, dýchanie* – dýchacie svaly menej silné, používanie pomocných dýchacích svalov, elastické tkanivo alveol sa mení na fibrózne, menej účinne odstraňovanie hlienov, čas potrebný na skľudnenie dýchania po nejakej námahe je oveľa dlhší
- *srdcovocievny systém* – zvýši sa TK, klesá efektívnosť ciev, periférne artérie hrubnú, aterosklerotické zmeny na cievach, edémy ako dôsledok venózneho nedostatku
- *gastrointestinálny trakt* – vyklenuté brucho (znížený tonus svalstva), atrofia svalstva, nauzea, vracanie, hnačky (môžu spôsobovať lieky), ťažšie prehĺtanie (dysfágia), znížená sekrécia žalúdočnej šťavy, horšie trávenie a intolerancia

niektorých jedál, znížená produkcia pankreatických enzýmov, spomalená črevná mobilita, znížený pocit smädu

- *kostrovosvalový systém*- svalová hmota sa znižuje, pokles rýchlosti, napätia, kosti sú viac lámavé, krehké, redšie (osteoporóza), osteoartrótické zmeny na kĺboch,
- *zmeny psychických funkcií* – porucha pamäti, staropamäť funguje, citová labilita, vzťahovosť, vynucovanie si pozornosti, zvláštne reakcie na chorobu, majú strach zo straty sebestačnosti, nechcú nijaké zmeny – ťažko sa im prispôsobujú, zmätenosť –nie všetci
- *nervový systém* – zníženie počtu neurónov, stimuly prebiehajú pomalšie, zmeny koordinácie pohybov,
- *zmeny pohlavných orgánov u žien* – strata pubického ochlpenia, atrofia vulvy, zúžený pošvový vchod, atrofia vaječníkov a vajčkovodov, zastavenie ovulácie a tvorby estrogénov, prolaps maternice, prostredie vagíny je suchšie
- *zmeny močovo-pohlavného systému u mužov* – znižovanie penisu, tuhé semenníky, málo testosterónu, menej semena a je menej viskózne, častejšie močenie, odkvapkávanie moču, sťažené močenie (prostatické problémy)

U starých sa môže vyskytovať pocit sociálnej izolácie, pocit osamelosti, straty istoty, pretože bývajú odkázaní na pomoc ostatných. Spravidla sa zhoršuje aj ekonomická situácia starých.

Geriatrická starostlivosť sa člení:

1. *Ambulantná starostlivosť* – poskytuje sa ako **všeobecná a špecializovaná** starostlivosť.

Všeobecná zdravotná starostlivosť – poskytuje sa prostredníctvom ambulancie praktického lekára pre dospelých a ADOS.

Ošetrovateľské činnosti v amb.:

- preventívne činnosti
- diagnosticko-terapeutické
- administratívne činnosti
- návštevna služba v domácom prostredí

Špecializovaná ambulantná starostlivosť – poskytuje sa geriatrickým pacientom v geriatrických ambulanciách alebo v ambulanciách ostatných špecializačných odborov pre dospelých. Zahŕňa okrem iného aj starostlivosť o inkontinentných, imobilných a dementných pacientov. Ambulantná starostlivosť o geronto - psychiatrických pacientov sa realizuje v gerontopsychiatrických ambulanciách a v denných stacionároch.

2. *Ústavná starostlivosť* – poskytuje sa na geriatrických oddeleniach nemocníc, geronto-psychiatrickom oddelení, a v liečebniach pre starých a dlhodobo chorých.

Geriatrické oddelenie – je súčasťou nemocnice vyšších typov a fakultných nemocníc. Zabezpečujú geriatrickým pacientom akútnu starostlivosť.

Ošetrovateľské činnosti na geriatrickom oddelení:

- základná ošetrovateľská starostlivosť – uspokojovanie potrieb,
- špeciálna ošetrovateľská starostlivosť – uspokojovanie novovzniknutých potrieb súvisiacich s chorobami a ich komplikáciami
- diagnosticko-terapeutické činnosti
- administratívne činnosti

Oddelenie pre dlhodobu chorých a liečebňa pre dlhodobu chorých (ODCH, LDCH)

LDCH je samostatným zariadením a ODCH je súčasťou zdravotníckeho zariadenia. V oboch je poskytovaná liečebno-preventívna starostlivosť pacientom, ktorých stav si nevyžaduje intenzívne vyšetrenie, vyžaduje si však liečbu, RHB, ošetrovanie a nácvik bežných denných aktivít.

Domy ošetrovateľskej starostlivosti- poskytujú starostlivosť a rehabilitáciu pacientom, ktorých zdravotný stav je stabilizovaný do takej miery, že nepotrebujú každý deň lekársku starostlivosť. Súčasťou môže byť stacionár.

Indikácie pobytu – mobilita, inkontinencia, psychický nepokoj, špeciálna výživa, ošetrovanie dekubitov, inhalácie kyslíka, podávanie opiátov ...

Starostlivosť vykonávajú sestry, ZA, sanitári. Na prevádzku dohliada geriatier, ktorý robí minimálne 1x týždenne vizitu. Náklady na stravovanie a pobyt na oddelení platí pacient do výšky poplatku rovnajúceho sa poplatkom v domovoch dôchodcov.

Paliatívna a hospicová starostlivosť

Klinika geriatrickej – poskytuje nadregionálnu starostlivosť starším pacientom (nad 65 rokov)

Geriatrické centrum – skladá sa z liečebných a ošetrovateľských jednotiek, ktoré poskytujú starostlivosť gerontom. Súčasťou býva aj pracovisko sociálnej sestry.

Najčastejšie praktické činnosti pri ošetrovaní starých a dlhodobu chorých:

- starostlivosť o posteľ,
- hygienická starostlivosť,
- podávanie jedla a tekutín,
- starostlivosť o vyprázdňovanie,
- polohovanie a RHB,
- psychická aktivizácia