

ALZHEIMER I INNE DEMENCJE

Osoby chore na Alzheimera (dotyczy to w szczególności pacjentów w I i II stadium choroby) mogą przebywać pod opieką w domu. Właściwie to większość pacjentów po zdiagnozowaniu Alzheimera żyje dalej we własnych domach. Opieka nad tymi osobami powinna zapewniać:

- Ciągłość codziennej rutyny i rozkładu dnia
- Swobodę poruszania się w znajomej, nieograniczonej przestrzeni
- Minimalizację stresu, który powoduje nasilenie się symptomów
- Codziennego upewniania się i orientacji, co do czasu, miejsca i ludzi

ZAPALENIE KOŚCI I STAWÓW

Nieemożność zajmowania się zwykłymi, codziennymi czynnościami jest dla chorego upokarzające i może doprowadzać go do frustracji i depresji. Ale w większości przypadków odpowiednia pomoc w zarządzaniu tymi czynnościami pozwoli chorym prowadzić pełne i aktywne życie. Wykwalifikowany opiekun może pomóc złagodzić niektóre z presji życia codziennego poprzez:

- Drobne porządki domowe i robienie prania
- Asysta i pomoc w aktywnościach rekreacyjnych
- Przygotowanie posiłków
- Zakupy i zaopatrzenie

NADCIŚNIENIE/REKONWALESCENCJA PO ZAWALE

Zmiana stylu życia jest najlepszą strategią kontrolowania i zapobiegania wysokiemu ciśnieniu krwi. Dla Seniorów oznacza to często kombinację lekkich ćwiczeń fizycznych i medytacji. Pomoc opiekuna przy opracowaniu i wdrożeniu zdrowszego trybu życia obejmie:

- Oprawcowanie i nadzór nad harmonogramem ćwiczeń
- Planowanie odpowiedniej, zdrowej diety i przygotowywanie posiłków
- Monitorowanie przyjmowania leków i reahabilitacji, a także pomoc w ćwiczeniach
- Zakupy i zaopatrzenie

CUKRZYCA

Jeżeli bliski Tobie Senior jest jednym z wielomilionowej rzeszy osób cierpiących z powodu cukrzycy opiekun może pomóc poprzez:

- Monitorowanie badania poziomu cukru i przyjmowania insuliny oraz innych leków
- Planowanie diety odpowiedniej dla diabetyków i przygotowywanie posiłków o niskim IG
- Pomoc w zalecanych przez lekarza ćwiczeniach
- Zakupy i zaopatrzenie w produkty dla diabetyków

CHOROBY SERCA I UKŁADU KRĄŻENIA

Choroby serca i układu krążenia są jednymi z najczęściej spotykanych u osób starszych. Są przyczyną wielu dolegliwości fizycznych, z których najtrudniejsze mogą być kłopoty z oddychaniem, zatrzymanie wody i opuchlizny oraz nieemożność podejmowania jakiegokolwiek wysiłku fizycznego. Pomoc opiekuna obejmie wtedy:

- Planowanie i wprowadzenie diety zdrowej dla serca
- Pomoc w codziennych czynnościach wymagających wysiłku fizycznego
- Przypominanie o przyjmowaniu przepisanych leków
- Pomoc w zalecanych przez lekarza ćwiczeniach, w szczególności zapobiegających zastoinowemu zapaleniu żył
- Zakupy i zaopatrzenie w przyjazne dla układu krążenia produkty

CHOROBY I ZABURZENIA UKŁADU NERWOWO- MIĘŚNIOWEGO

Choroby układu nerwowo-mięśniowego wpływają zarówno na zdolności motoryczne jak i poznawcze. Niezależnie od konkretnej choroby/zaburzenia lub stopnia jej rozwoju opiekun może pomóc oferując:

- Nadzór nad bezpieczeństwem
- Pomoc w codziennych czynnościach
- Pomoc w wyjściu z domu
- Przypominanie o przyjmowaniu leków
- Drobne porządki domowe i robienie prania
- Stymulacja poznawcza

REKONWALESCENCA PRZY CHOROBIE NOWOTWOROWEJ

Wielu pacjentó chorujących na raka czyje się o wiele lepiej w domu. Nie są odcięci od rodziny, przyjaciół i znajomego, przyjaznego środowiska. Ale nowotwór jest chorobą, która może zmienić relacje między bliskimi i wymaga od rodziny stawienia czoła nowym wyzwaniom.

Pomoc opiekuna jest często najlepszym sposobem na złagodzenie niektórych obciążeń i zmniejszenia presji na rodzinę podczas sprawowania opieki nad chorym. Jednocześnie pozwala skupić się na wsparciu emocjonalnym zamiast na szczegółach życia codziennego. Opiekun chorego w domu może być również uzupełnieniem opieki hospicyjnej.

ZDROWIE PSYCHICZNE

Niezależnie od wieku czy schorzeń fizycznych niektórzy ludzie cierpiący na zaburzenia psychiczne są wręcz uwięzieni w domach nawet w okresach poprawy zdrowia. Niepokój, lęki, stres i depresja dotyczą nie tylko osoby zdiagnozowane, ale często również całe rodziny.

Przy wsparciu opiekuna może nie tylko skupić się na przetrwaniu najbliższych w walce ze skutkami choroby.

Opiekun może również wspierać rodzinę, gdy próbuje ona poradzić sobie ze skutkami choroby najbliższych. Po pomoc opiekuna warto również sięgnąć, gdy stan zdrowia psychicznego Seniora sparwia, że boryka się on poczuciem izolacji i niemożnością wyjścia z domu.

POWAŻNE URAZY MÓZGU

Urazy mózgu po nagłym wylewie lub udarze są poważnym obciążeniem dla całej rodziny, szczególnie, gdy są one rozległe. Oznaczają długotrwałą rekonwalescencje, a często ich skutki są nieodwracalne.

Po pomoc warto sięgnąć czy to od razu po urazie i ustalić nowe procedury postępowania, czy też aby zapewnić rodzinie trochę czasu na odpoczynek i regenerację sił.