

alternatiivi vabaduse
piiramisele
tervishoius

Praktiline abi- ja inspiratsioonivahend vabadusepiiramise vähendamiseks



Eessõna

Selle kogumiku kasutamine

Käesolev kogumik annab ülevaate võimalustest kuidas vähendada vabadusepiiramist tervishoius.

Antud Vilans'i raamatu esialgse versiooni eestvedaja, drs. Francisca Hardeman, Projektijuht Vähem Vabadusepiiramist pikaajalises hoolduses: See on võimalik! Kirjutab oma sissejuhatuses selle raamatu kasutamise kohta muuhulgas järgmist:

Arusaamine võimalustest

Mõnikord seisnevad alternatiivid lihtsate materiaalsete ja käepäraste vahendite kasutamises.

Vahetevahel aga puudutavad alternatiivid

rohkem ravi ja vastutulekuid kliendi eelistustele.

Mõnikord on alternatiiv midagi väga lihtsat, teinekord peab erinevaid tooteid kombineerima, et saavutada hea tulemus. Me oleme erinevatelt tervishoiuorganisatsioonidelt (Madalmaades) küsinud, millised alternatiivid neil lõpuks kõige edukamaks osutusid. Just need alternatiivid leiate te sellest kogumikust. Me loodame, et see inspireerib ka Teid kohandama leidlikke lahendusi ja suurendab algatusvõimet klientide paremaks aitamiseks.

Vastavalt iga kliendi vajadustele

Kui te loodate leida sellest kogumikust valmis lahendusi kõikidele klientidele, siis peame teile pettumuse valmistama. Iga juhtumi puhul sobiva lahenduse leidmine ei ole küsimus otsimises ja asendamises. See on individuaalne töö. Mis ühele kliendile on hea alternatiiv, ei pruugi teisele üldse sobida. Sa pead otsima viisi, kuidas pakkuda igale kliendile talle sobivat elukvaliteeti ja turvalisust. See tähendab, et te peate jõudma kliendiga üheskoos sobivale lahendusele. Kui tähtis on turvalisus ja kui tähtis on elukvaliteet? Mida me soovime kliendile? Kes ta on ja mis on tema jaoks oluline? Milliseid riske me aktsepteerime? Astuge vestlusesse ja kaasake

ka perekondi, nii leiate parima lahenduse.

Tahate rohkem teada vabadusepiiramise vähendamisest? Siis võtke ühendust EPSO'ga. Me saame teid õigete inimeste juurde edasisuunata nt. Vilans'i juurde (Madalmaade organisatsioon hariduse ja koolituse, treeningu ja juhendusprojektide, praktilise uurimistöö, teabevõrgustiku ja võimaluste jaoks, mida Madalmaades nimetatakse: „koosloome“ ja „eksperimenteerimine“).

Sisukord

Sobivaim ja samal ajal vähim piirav meede 8

VPM- Hinne ja selle seletus 10

Kasulikud lingid 11

Vabaduse põhialused 13

Alternatiivi puudumine 14

Kliendile suunatud tähelepanu ja ravi 16

Selge kommunikatsioon 18

Meditatsiooniline uuring 20

Füüsilise ruumi kohandamine 21

Ohumärkide plaan 22

Järelvalve 24

Magamine 26

Üldised nõuanded magamiseks

ilma vabaduse piiramiseta 27

Alternatiivid voodis 28

Pall-tekid 29

Epilepsia alarm 30

Voodi polsterdamine 31

Ekstra madal voodi 32

Optilised sensorid 33

Veeremispadjad 35

Kraapimiskindad 38

Käetugi 39

Telkvoodi 40

Voodi boks 42

Alternatiivid toas 43

Kukkumismatt voodi kõrval 44

Vooditugi 45

Sinisega-rikastatud valgus 46

Öövalgustus 48

Magamistoa polsterdamine 51

Liikumisandur 52

Toast lahkumise andur 54

Akustiline valve 56

Kaamera 58

Istumine 60

Üldised nõuanded istumiseks

ilma vabaduse piiramiseta 61

Lõõgastustool 62

Toolilt ülestõusmise alarm 64

Pall-tool 65

Poollaud ratastoolile 66

Liikumine	67
Ohutu Liikumine	68
Seismise- ja kõndimise abivahendid	71
Vaarumistool	72
Puusakaitse	74
Kaitsekiiver	75
Rõhkvest	76

Vabadus siseruumides	77
Avatud uksed	78
Liikumisring	82
Kogemuskoridor	83
Orientiirvalgustus	85
Liikumisvõrud	86
Trepi kohandused	88
Tooltõstuk	89
Pool-uks	90

Vabadus õues	91
Avatud uksed	92
Sensoorne aed	94
Biomeetrika	96
GPS	97

Päevahoid ja tegevused	99
Üldised nõuanded päevahoiuks ja tegevusteks	100
Muusika	104
Klounid	105
Tegevuste ajamõõtja	106
Looma-paitamise projekt	108
Rohkem liikumist	110
Mälestuste kogumine	112
Kaisutool	114
Rahupakkuvad voodid	115
Mindfulness töötajatele	116
Mindfulness klientidele	118
Digitaalne pildiraam	120
Pildiga käekell	122
Rääkiv käekell	124
Ajalukuga TV	126

Söömine ja joomine	127
Üldised nõuanded söömiseks ja joomiseks ilma vabaduse piiramiseta	128
Eelistuste lubamine	129
Söögitoa praktilised kohandused	130
Suupisted	131
Lauakatmine	134
Söömisrituaal	135

Ravimite manustamine	136
Üldised nõuanded ravimite manustamiseks	137
Meeldetuletusega ravimite karbid	138
Ravimite dosaatorid	139
App'id (mobiilsed rakendused) ravimite võtmise meeldetuletamiseks	141
Ravimi-kell	142

Toleohutus	143
Üldised tuleohutusega seotud nõuanded	144
Tuleohutu riietus	146
Tuleohutu madrats ja voodipesu	147
Elektrooniline sigaret	148
Suitsetamise aparaat	149
Suitsetamise põll	150
Taimer, küpsetusplaat	151
Gaasipliit, automaatne gaasi-stopp	152

Alternatiivid Põhjuste järgi	154
-------------------------------------	-----

Vilans tutvustus	158
-------------------------	-----

Soovite rohkem teada vabadustpiiravate meetmete vähendamisest?	160
---	-----

Teatmikust	161
-------------------	-----

Vabaduse põhialused



13

Magamine



26

Istumine



60

Liikumine



67

Päevahoid ja
Tegevused



99

Söömine ja joomine



127

Ravimite
manustamine



136

Tuleohutus



143

Sobivaim ja samal ajal vähim piirav meede

Elu ei ole kunagi ilma riskideta. Me saame oma riske kaaluda ja vabalt valikuid teha, aga pika-ajalises hoolduses olevate klientide puhul on see teisiti. Kuidas pakkuda klientidele optimaalset vabadust ilma nende või teiste turvalisust kaotamata? Eluaegne tooli- või voodikülge ohjeldamine võib-olla ohutu, kuid näitab vähest austust kliendi väärikuse ja isikuvabaduse suhtes.

Enne vabadust piirava meetme rakendamist, tuleb läbi kaaluda mitmeid samme:

1. Analüüsi olukorda. Miks käitub klient selliselt? Selleks võib olla mitmeid põhjusi. Vaatle olukorda ja aruta seda kliendiga (otsusevõimetu kliendi puhul lähedaste või teovõimetu kliendi puhul eeskostjaga) ja teiste erialade esindajatega.
2. Meede on proportsionaalne taotletava eesmärgiga. Näiteks pea peksmine millegi vastu õigustab karmima meetme kohaldamist kui karjumine hooldaja peale.
3. Eelistada vähempiiravat meetet. Ära pane kedagi, kellel on kukkumisoht kohe tooli kinni, vaid proovi kõigepealt kukkumiskiivrit kombineerituna puusapükstega.
4. Meede on tähtis kliendi vajaduste jaoks ja seda ei kasutata muudel põhjustel (näit. personali vähesusel või teiste käitumishäiretega klientide kohalolekul).

5. Meede ei kesta kauem kui vajalik. See põhimõte kehtib nii nädalateks või kuudeks, aga samuti minutiteks või tundideks määratud meetme kohta.

Niipalju kui on kliente, niipalju on ka võimusi. Vaata, milliseid riske sa soovid vähendada ja räägi läbi, milliseid riske sa plaanid võtta. Vali läbirääkimiste põhjal sobivaim, kuid vähim piirav meede oma eesmärgi saavutamiseks.

Kõikidele alternatiividele selles kogumikus on antud VPM-hinne (VabadustPiiravad Meetmed), mis võimaldab kaaluda rohkem või vähem piiravate meetodite kasutamist ja langetada valikut sobivaimale alternatiivile. Järgmisel leheküljel selgitus, kuidas see töötab.

Vähendamist viiakse läbi järgmiselt:

- Koosta situatsiooni analüüs, konsulteerides kliendi (eestkostjaga), oma kolleegidega ja erinevate seotud erialade esindajatega. Miks rakendatakse seda meetet, milline on risk kui seda enam ei tehta?
- Koosta koos erinevate erialade esindajatega kliendi õendus-hooldusplaan. Selles plaanis kirjeldage vähendamist vahendites (alternatiivid väiksemate VPM-hinnetega) ja tundides.
- Räägi oma plaanid kliendiga (eestkostjaga) läbi.
- Proovi alternatiivid läbi.
- Vaatle ja anna teada tähelepanekutest.
- Vajadusel kohenda plaani.

VPM - Hinne ja selle seletus

Kõikidele alternatiividele selles kogumikus on antud VPM hinne. See hinne aitab sul valida parimat alternatiivi. Hinde suurus näitab kui range meetodiga on tegemist ja kui lähedane on sellel puhul kehakontakt kliendiga. Näiteks Rootsisis kasutusel olevale voodi külgesidumisele ja eraldusruumile on antud hinne 5. Kuna need meetodid ei ole alternatiivideks teistele meetoditele, siis neid siit kogumikust ei leia. Hinne 0 tähendab, et vabadust ei ole piiratud.

Kui sa soovid üht meedet leevendada, siis otsid sa alternatiivi madalama VPM hindegast meetmete hulgast. Näiteks hea alternatiiv mehaanilisele ohjeldamisele (VPM-hinne:5) on telkvoodi (VPM hinne: 4), mille kasutamisel on kliendil ühelt poolt suurem vabadus,

teisalt väiksem võimalus õnnetusteks.

Pane tähele, et VPM-hinne 4 on ikkagi kõrge, sest vooditelk on endiselt tõsine vabaduse piiramise vahend. Seega kui vooditelk töötab, hakka otsima meetmeid VPM-hindegast 3 või madalamaid, näiteks kaamera (VPM-hinne: 3) või akustiline valve (VPM-hinne: 2). Eesmärk on alati VPM-hinne 0!

PANE TÄHELE: Iga klient on erinev ja kogeb seega ka kohaldatavat meedet erinevalt. VPM-hinne on üldine indikaator hindamiseks vahendi piiravust. Vaata iga olukorra puhul, kui tõsiselt see vahend sekkub kliendi elu.

Kasulikud lingid



Vilans

www.vilans.nl

Kasulikud lingid



Terviseamet www.terviseamet.ee



European Partnership for
Supervisory Organisations
in Health Services and Social Care

EPSO Sihtasutus www.epsonet.eu

Rohkem infot kogumiku ja selle koostajate kohta leheküljel 158-161.

Vabaduse põhialused



Alternatiivi puudumine

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Vabadust piirava meetme kohaldamise lõpetamine, riski aktsepteerimine, teadlik riski võtmine

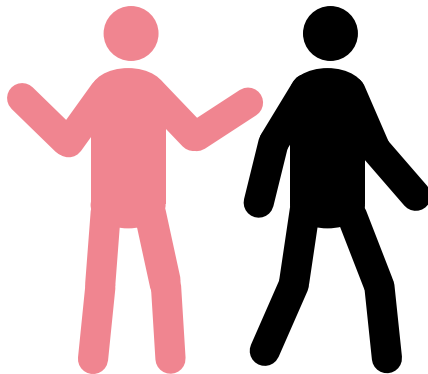
Kirjeldus

Projekti 'Zorg voor Beter' ('Hoolitse Parima eest') raames on sajad tervishoiuorganisatsioonid, kes tegelevad vanurite, puuetega inimeste ja pikaajalise hooldusega, töötanud selle heaks, et vähendada vabadust piiravaid meetmeid. Rohkem kui 50%-le vabadust piiravale meetmele ei olnud alternatiivi vaja.

Piiravate meetmete kasutamise lõpetamise lugu-
de ühisosaks oli:

- Hindamine
- Vaatlemine & analüüsimine
- Vabadust piirava meetme kohaldamise lõpetamine
- Hea ettevalmistus ja koostöö

VPM
hinne 0



Ohjeldamia vahendi kasutamist ei saa lihtsalt ühel päeval lõpetada. Proovi koos kolleegidega ohjeldamisvahendi kasutamise lõpetamine läbi töötada samm-sammult. Seejuures on tähtis märgata toimuvat ja anda tagasisidet.

Alusta meetme kasutamises paariminutiliste pauside tegemisega töötaja ja võimalusel pere- liikme jälgimisel ning vaata, mis tegelikult juhtub, kui vabadust piiravat meetet enam ei kasutata. Kui läheb hästi, siis võta ette järgmised sammud. Veenduge, kas põhjus vabaduse piiramiseks on endiselt olemas. Näiteks, kas klient proovib endiselt püsti tõusta, kuigi see ei ole võimalik? Seda saad sa kindlaks teha vaid läbi proovides. Küsimused, millele endiselt tuleb vastused leida:

- Kas vahend teenib eesmärgi?
- Kas see on vähim piirav vahend?
- Kas vahendit rakendatakse üksnes seni kuni vaja?
- Kas vahendit on rakendatud kliendi hüvanguks (ja mitte selleks, et sel momendil järelvalve puudub)?

Tähtis on töötada kliendi õendus-hooldusplaani koostamisel multidistsiplinaarselt (arst, füsio- ja ergoterapeut, samuti öise vahetuse juhendajad, psühholoog või käitumisterapeut, klient või perekond). Rääkige omavahel läbi, millised riskid

on aktsepteeritavad. Määrake üheskoos, millised on olemasolevad riskid, millised riskid teadlikult võetakse ja millised tuleb eemaldada ning mis on sellisel juhul parim sobiv vahend (kehast eemal niipalju kui võimalik).

Kliendile suunatud tähelepanu ja ravi

VPM
hinne 0

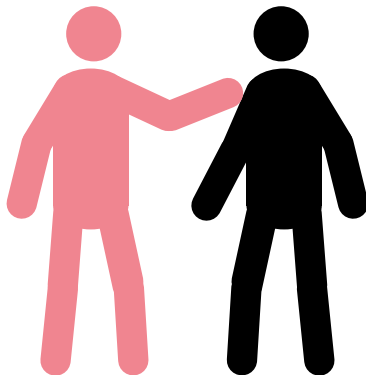
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Surve vähendamine, emotsioonile suunatud ravi, eelistuste lubamine

Kirjeldus

Kliendid võivad väga rahutuks muutuda ka töötajate heatahtliku käitumise puhul. Näiteks kui töötaja koju hakkab minema. Nad hüüavad mantel seljas „Nägemist, nägemist!“, samal ajal kui klient jääb sinna kus ta on. Tema jaoks ei muutu midagi. Klient muutub rahutuks ja võib mõelda nii: „Ma lähen ka ära, ma lähen ka koju“. Teine näide: Töötaja asetab praktilistest kaalutustest lähtuvalt varakult lauale tassid kohvi jaoks, mida alles tund aega hiljem serveeritakse. Klient järeldab, et kohe hakatakse kohvi jooma ja on tund aega rahutu. Need on asjad, mille üle tuleb järele mõelda.

Inimestele tähelepanu osutades on võimalik etteaimatavat rahutust ära hoida. Läbi rohkema järeelvalve elutoas või külalistega koos töötades on võimalik olukorra ägenemist ära hoida. Vennastumine ja seltskondlikus on rahutuse vältimiseks olulised.



Surve ja sundimine võivad esile kutsuda vastupanu. Probleeme põhjustavat käitumist on tihti võimalik ennetada kui arvestada kliendi personaalsete eelistustega. Läbi kliendi tundmaõppimise ja teadmise, kuidas keegi rahu leiab, teades,

millised on olulised harjumused kliendi riietumisel, voodi tegemisel, söömise ajal ja personaalses hoolduses, on võimalik vastupanu ennetada.

Esita endale järgmised küsimused:

- Kas sa tead, mida klient meelsasti näeb, kuuleb, nuusutab, tunneb ja proovib?
- Kas sa pakud talle valikuvõimalusi?
- Kas sa julgustad kliendi sõltumatust ja iseseisvust?
- Kas sa pakud kliendile turvatunnet ja hoolitsed piisavate puhkeperioodide olemasolu eest?
- Kas on viisi, kuidas anda kliendile tunne, et ta on vajalik ja armastatud?

Perekond soovib tihti anda oma osa nende jaoks kalli inimese elukvaliteeti. Nad võivad täita rolli hoolduses, päevahoius või järelvalves

Eelis

Vähendades survet ja sundust ning suurendades tähelepanu on võimalik käitumisprobleeme ära hoida. Vabadust piiravate vahendite rakendamist on sellisel puhul vähem vaja.

Puudus

Nõuab vahel planeerimist ja pereliikmete logistikaga sobitamist

Nõuanded

- Vajadusel suunata klient edasi ühiskondlikule tööle, nõustaja juurde, psühholoogi või psühhiaatri juurde.
- Päevaraamatu sisseseadmine on sobiv tööriist parandamiseks igapäevast hooldust ja järelvalvet.
- Vastumeelsust pesemisele on võimalik ennetada töötades spetsiaalsete impregneeritud pesukinnastega või rätikutega ning kasutades kuivšampooni. See on vahend millega on võimalik kliendi juukseid ilma veeta pesta.

Selge kommunikatsioon

VPM
hinne 0

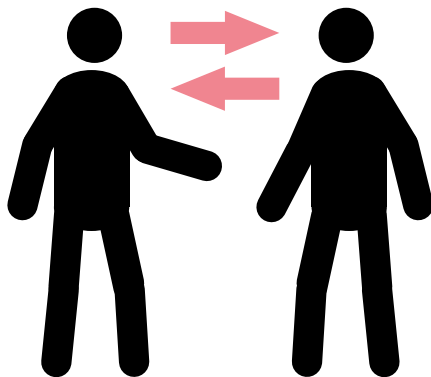
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Pildimaterjalide kasutamine, puzzle-süsteem

Kirjeldus

Kommunikatsiooniteemal on palju raamatuid kirjutatud. Siinkohal nimetame mõned tegurid, mis on olulised ennetamaks agressiooni ja probleemset käitumist:

- Kohtle klienti rahulikult.
- Välti vastasseise ja valjuhäälselt suhtlemist.
- Anna kliendile tagasisidet tema hääletugevuse kohta.
- Kuula hooliga, üldista ja esita küsimusi, et kontrollida, kas sa oled kliendist õigesti aru saanud.



- Kasuta suhtlemise toetamiseks pildimaterjali.
- Austa kliendi isiklikku ruumi.
- Hoolitse, et kliendiga oleks omavahelisi üks ühele kõnelusi.

- Arenda usaldust läbi järjepidevate reaktsioonide (samuti erinevate töötajate puhul. Siinkohal tuleb selgelt olukord läbirääkida ja võimalikult palju kasutada ühte ja sama töötajat).
- Puuduta klienti, kui see on aktsepteeritav, samas austades tema isiklikku ruumi. Vahel toimib puudutus paremini kui sõnad. Puudutada võib ka (käe) massaaži kujul.
- Paku sõprussuhet.
- Mängi kliendi headele külgedele, vestle tema huvidest ja töödest.

Üldised nõuanded:

- Vähem: Hinnanguid, arvamusi, nõuandeid
- Kasuta: Kuulamist, kokkuvõtteid, edasiküsimist
- Alati küsi, ära kunagi oleta
- Kuula: Ära täienda teise eest
- Ole: Avatud, aus, uudishimulik
- Mõtle kvaliteedile

Nõuanne

Puzzle-süsteem, objektipõhine-kommunikatsioonisüsteem või kokkusobituvad pildid võivad aidata suhtlemisel. Valides kokkusobitamise või puzzleletamise vahel, on oluline, et arvestataks kliendi tasemega.

Teadmiseks

Suhtlemiseks dementsete vanuritega on olemas spetsiaalsed juhised.

Meditsiiniline uuring

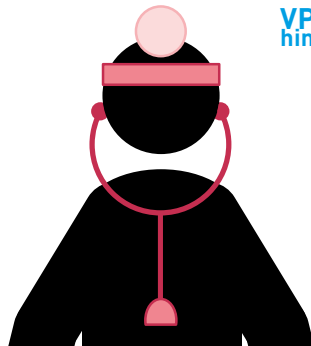
Kirjeldus

Kukkumisoht ja agressioon on inimeste vabaduse piiramise peamised põhjused. Kukkumisel ja agressioonil võib olla nii meditsiiniline kui füüsiline põhjus. On oluline seda korralikult uurida, siis saab klient õiget ravi või õigeid ravimeid, mille abil kukkumisohtu, probleemset käitumist ja sellega kaasnevat vabaduse piiramist saaks vähendada.

On oluline pöörata koos spetsialistiga tähelepanu järgmistele aspektidele:

- Hinda ravimite kasutamise otstarbekust, mis võivad esile kutsuda letargiat või unisust.
- Hinda ravimite kasutamise otstarbekust, mis võivad segada kõndimist,
- Hinda füüsilisi vajadusi (tualeti kasutamine, mugavus, hoiaku muutuse vajadus).
- Hinda kliendi valutundlikkust.
- Hinda magamisharjumust.
- Hinda söömis- ja joomisharjumust (nälg, janu).
- Uuri ortostaatilist hüpotensiooni ja vererõhu muutusi.

VPM
hinne 0



- Uuri silmanägemist ja visuaalsete abivahendite sobivust.
- Uuri kuulmist ja abivahendite sobivust.
- Uuri vestibulaarse süsteemi subkliinilisi häired nagu kõrvapõletikud.
- Kontrolli veresuhkrut.
- Uuri ägedaloomulisi meditsiinilisi probleeme, nagu näiteks infektsioonid.

Füüsilise ruumi kohandamine

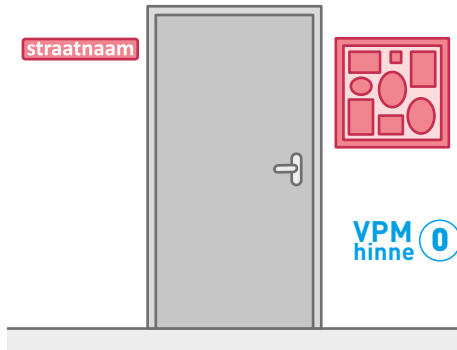
Sünnonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Orientatsioonitugi, stiimulivaene ruum, päevavalguslamp

Kirjeldus

Elukeskkond mõjutab kliendi seisundit. Rahutus tekib muuhulgas seetõttu, et klient ei mõista teda ümbritsevat maailma. Pildimaterjale kasutades saab selgeks, kus asub tualett, kuidas tuleb kasutada abivahendeid ja kuidas häirekella puhul tegutseda. Suur kell võib toimida rahustavalt, kuna klient saab ajas orienteeruda. Kombineerituna selge päevaskeemiga annab kell juhiseid.

Muutes elukoha, toa, köögid kergesti äratuntavaks, näiteks läbi värvide või piltide, paraneb klientide orientatsioon ja väheneb rahutus. Koridoridele võib anda näiteks tänavanimed, et toetada orienteerumist. Istumis- ja magamistubade äratundmist võib suurendada riputades kõigi istumis- ja magamistubade uste kõrvale vitriinkapid, täidetuna isiklike asjadega, fotodega või muude sobivate atribuutidega. Kodune õhkkond tekitab kliendis turvatunde ja seeläbi tunneb ta ennast rahulikumalt.



Stiimulite üleküllastust tuleks vältida. Vähendada võib väliste stiimulite kasutamist (TV, raadio, müra, plakatid) või näiteks hoolitseda, et oleks eraldi stiimulivaene ruum, mis on võimalusel ühendatud elutoaga, nii et klient saaks ise valida, millal rahulikku ruumi minna.

Laavakivilambil, liikuval või muusikat mängival mängutoosil võib olla rahustav mõju.

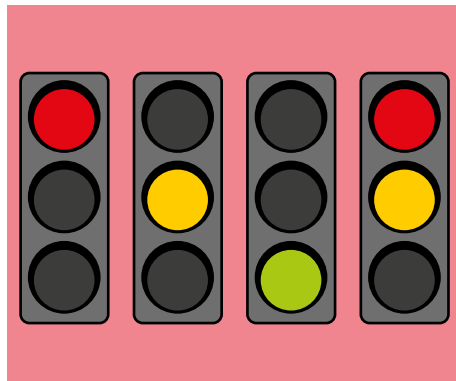
Ohumärkide plaan

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Signaalkaardid, Agressiooniga toimetulek, Valgusfoori- meetod, ABC-meetod

Kirjeldus

Ohumärkideplaani eesmärk on hoolitseda, et probleemse käitumise, agressiooni või psüühilise kriisi esinemist saaks tulevikus ennetada. Läbimurdepunkt on võimaliku kriisi etappideks jagamine. Selle eesmärk on õigeaegne sekkumine, et mitte lasta klienti üle minna järgmisesse faasi, vaid tuua ta tagasi 0 faasi. Hooldus- või juhendamisploanis on loetletud ja kliendiga kokkulepitud, milliseid signaale klient näitab ja kuidas juhendajad või hooldajad sellele reageerivad.



VPM
hinne 0

Valgusfoorimeetod aitab suurendada enesekontrolli. Rohelise, kollase või punase abil võib klient ise teatud meeleolu või lähenemist edasi anda. Valgusfoori võib kasutada ka vaatlusmodelina, et teatud käitumisi kaardistada.

ABC-meetod on mõeldud agressiooniga hakka-masaamiseks ja selle ennetamiseks läbi sõnalise sekkumise. ABC tähendab siinkohal agressiooni-nähtu (varajane signaal), professionaalne suhtu-mine ja kommunikatsioon (selgus, läbipaistvus ja seos). Füüsilist sekkumist peab kasutatama vaid ohtlikes olukordades.

Oluline aspekt selle meetodi juures on kliendi seotus kohtlemisega. Koostatakse ka kohtle-misplaan kriisi olukorraks, mille juures klient mõtleb kaasa agressiooni põhjuste üle ja nende ennetamisele.

Eelis

Signaalide kasutamine on hea viis, kuidas õige-aegselt sekkuda agressiivsuse kuhjumisse. „Meetodoodiline töö aitab panustada klientide professionaalsesse kohtlemisse agressiivse käitumise puhul. See muudab käitumise agres-siivsete klientidega üheselt mõistetavamaks, läbipaistvamaks, ülekantavaks ja hinnatavaks, millest saab kasu ravi kvaliteet.“ (Sentener, lk 7, 2008).

Puudus

Vahel on raske hinnata, millisel momendil toetab vestlus kliendiga suhtlemist ja millal tuleks seda piirata.

Teadmiseks

Antud ABC-meetod töötab koos praktilise tegevus-mudeliga, ABC püramiidiga. See juhendab, kuidas metoodilisel viisil tegeleda agressiivse käitumisega.

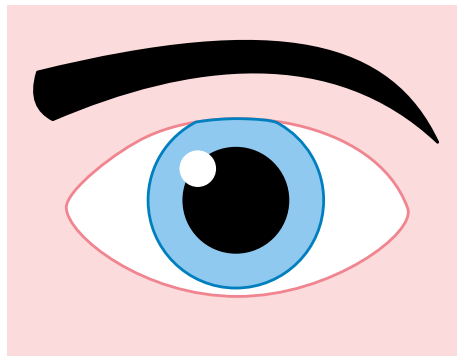
Järelvalve

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Silma peal hoidma, valvama, jälgima, tähele panema

Kirjeldus

Kui on korraldatud hea jälgimine ja kliendil hoitakse silma peal, on vabaduse piiramine tihti vähem vajalik. Kuidas on korraldatud hooldusasutuses jälgimine? Kas kliendid istuvad või lamavad kinniseotult (ka lauaga tõkestatult, võretoolis, rihmaga toolis) seetõttu, et personali on liiga vähe?



VPM
hinne **0**

Töötajaid võib toetada läbi tehnika nagu näiteks kaamera, andurid, alarm-matt voodi all või kõrval, akustiline valve, ülestõusmise alarm toolil, pealtkuulamis-süsteem, GPS-kiip, ekslemise-tuvastus või infrapuna andur (vaata edasi kogumikust). Aga vahel aitab ka tassist (mittepurunev) ukse käepidemel, mis maha kukub, kui klient toast väljub ja seeläbi hooldajat hoiatab.

Peale hoiatust läheb hooldaja vaatama. Selleks, et pideva personali sissejalutamisega kliendis tekkida võivat rahutust ennetada, võib lahendust pakkuda vaatepilu uksele või selle kõrval.

Alati ei ole vajalik jälgimise eesmärgil kliendi juurde minna. Klient võib ka personali juurde tulla. Klient võib viibida töötajate läheduses, kui tal ei ole millegagi tegeleda. Mitte ainult juhtivate töötajate, vaid ka näiteks administratiivtöötajate ja parameedikute läheduses.

Puudused

Jälgimine sekkub klientide eraellu. Jälgimist organiseerides on oluline pöörata tähelepanu privaatsusele. Seega ei ole igasse tuppa kaamera ülesriputamine kaalutletud otsus. Üleminekut kaamerajälgimisele tuleb iga kliendi puhul eraldi kaaluda ja valida, mis on parim sobiv abivahend just selle kliendiga seotud riski puhul.

Nõuanne

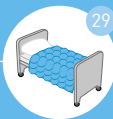
Perekond võib hoolitseda jälgimise eest. Informeerida perekonda ja limiteeri vabaduse piiramist ning asutusepoolset jälgimist perekonna kohalolekul. Ka vabatahtlikke võib rakendada jälgimise tõhustamiseks.

Magamine

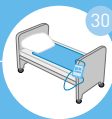


27

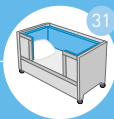
Voodis



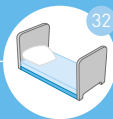
29



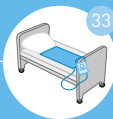
30



31



32



33



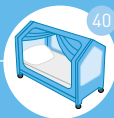
35



38



39



40



42



Toas



44



45



46



48



51



52



54



56



58

Üldised nõuanded magamiseks ilma vabaduse piiramiseta

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

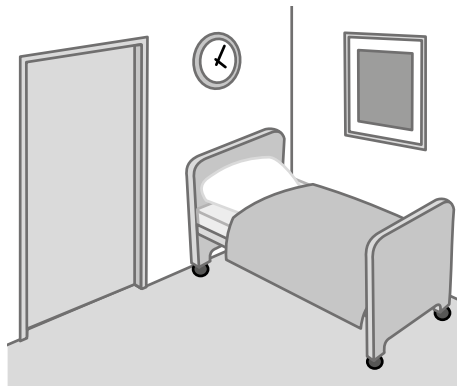
Stiimulivaene ruum, voodissemineku rutiin, voodirituual, luba eelistusi magamisajale, uuri magamis-ärkveloleku rütmi.

Kirjeldus

Stiimulivaba magamistuba on oluline. Siin saab klient maha rahuneda. Eemaldades toast näiteks mänguasjad, üleriided või muu stiimuli, väheneb kliendil kiusatus voodist välja tulekuks.

Kell või kalender öökapil aitab orienteeruda ajas. Armastatud asi, kaardid, fotod või riideese vahetus läheduses annab kliendile tuttava tunde.

Tuvasta kliendi magamis- ja ärkveloleku rütm. Kui hilja oli klient harjunud voodisse minema? Suurte muutuste puhul selles rütmis ei jää klient rahulikult voodisse lamama. On olemas hiliseid magamaminejaid ja vara ärkajaid. Kliendi loomuliku rütmiga arvestades väheneb rahutus ja on vähem vaja sundida.



Korduv magamamineku rituaal hõlbustab kliendi jaoks üleminekut päevastelt tegevustelt rahulikku öösse. Regulaarne kindel magamaminekuaja rutiin pakub kliendile turvalist struktuuri, mida ta kogeb on tuttav ja tuttavad asjad on head.

Räägi kliendiga selgelt läbi millal töötajad sisenevad. Ära sisene, kui selleks vajadust ei ole. Kui sa aga siiski sisened, siis on kliendi jaoks meeldiv, kui sa oma sisenemisest koputades või teatades märku annad.

Eelis

Klient kogeb rahu ja tunneb end hästi.

Nõuanne

Küsi pereliikmetelt, milline oli magamamineku rituaal siis, kui klient veel kodus elas.

Öösel: kes magab, see magab! Välti mittevajalike öövahetuse kontrollringe.

Samaaegselt kasutatav: **alati sobilik**

Alternatiivid voodis

Pall-tekid

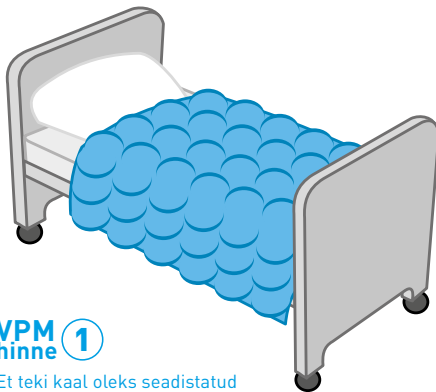
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Kastanitekid, raskustekid, lamamise positsioneerimise element

Kirjeldus

Pall-tekid koosnevad helivaestest plastik pallidest, mis punkthaaval keha stimuleerivad. Kaal on 6 kuni 7 kilogrammi. Tekil on rahupakkuv toime ja see annab turvalisusetunde. Nii puudutuse tunnetamine (pindmine tunnetus) kui ka liigeste ja lihaste tundlikus (sisemine tundlikus) saab stimuleeritud. Saades rohkem teadlikuks oma kehast, magavad kliendid paremini, väheneb kehaline ja psüühiline rahutus.

Saadaval on erinevate pallidega täidetud pall-tekke. Plastik pallid kaaluvad kõige rohkem ja hoolitsevad suurima stimuleerimise ja rõhu eest. On saadaval ka kergemaid tekke täidetuna näiteks polüesterleen teradega (4kg). Kergem tekk töötab keha ümbritsevalt ja annab seeläbi turvatunnet ja turvalisust, tunnet olla sissemähitud.



VPM 1 hinne

Et teki kaal oleks seadistatud vastavalt kliendi kaalule.

Nõuanne

Klientidele, kellel kiiresti palav hakkab, tõmba tekk peale kuni poole kehani. On saadaval ka palltekid, mis katavad ainult jalgu.

Muuhulgas kasutatav: **rahutuse puhul**

Epilepsia alarm

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Epi-matt, epilepsia häire, epicare

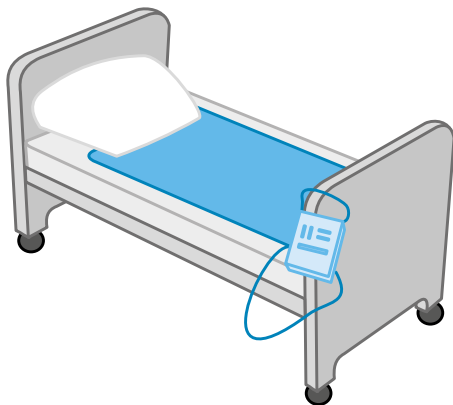
Kirjeldus

Häiresüsteem, mis jälgib magavaid epileptikuist inimesi. See on alarm, mis tuvastab läbi sensori voodis asetleidvaid toonilis-kloonilisi (=krambid ja šokid) hooge. See annab häiret, kui inimene on kloonilises faasis (vaheldumisi pingestab ja lõõgastab keha) või kui tal on toonilis-klooniline episood. On võimalik anda kuuldav alarm koos reguleeritava helitugevusega ja/või süsteem ühendada väljakutsesüsteemi või häiretelefoniga.

On saadaval ka selline variant, mis peale toonilis-kloonilisi episoodide registreerimise tuvastab ka voodist eemaldumist. Sellisel juhul järgneb alarm, kui inimene voodist eemaldub ja seadistatud aja jooksul tagasi ei pöördunud.

Teadmiseks

Epilepsia alarmil ei ole kaalupiiranguid ja ta on piisavalt tundlik et kasutada ka väikeste laste puhul.



VPM
hinne **0**

VPM hinne on 1 kui epilepsia alarmi kasutatakse kombineerituna ülestõusmis-alarmiga.

Muuhulgas kasutatav: **epilepsia puhul**

Voodi polsterdamine

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Voodikaitsed, voodivõrekaitsed, voodivõre sadulad, pea- ja jalutsikaitsed, kunstnahast polsterdus, rantide kaitsed, osaline polsterdus, täis polsterdus

Kirjeldus

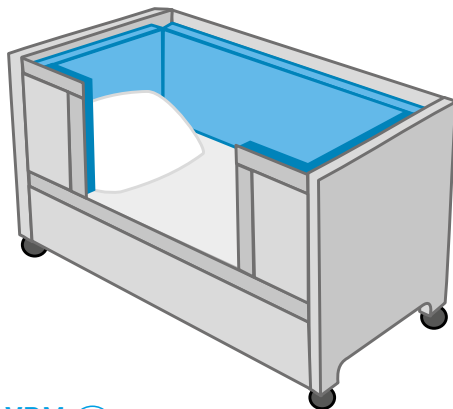
Kattes pehmelt voodi või voodi boksi siseküljed ja ülaääre, saab kliendi vigastusi või jäsemete muljumist ennetada.

Katteid saab kinnitada krõpsudega, aasadega või voodi plaatide külge kinni kruvides/ liimides

Puudus

Polsterdamisel (näiteks voodi boksi), muutub nähtavus piiratuks. See võib olla ängistav.

Muuhulgas kasutatav: **enesevigastamise, tagumise, epilepsia puhul**



VPM
hinne **0**

Tavalise voodi puhul ei ole vabadust piirav, aga kombinatsioonis voodivõrede või voodi boksi on tegu topelt piiramisega, kuna voodivõrede või boksi näol piiratakse nähtavust.

Ekstra madal voodi

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Kõrge, madal voodi, eriti madalal, madalaks lastud voodi, eriti madal (hooldus) voodi

Kirjeldus

On olemas madalaks lastud ja eriti madalaid voodideid. Madalaks lastud voodi puhul puudutab klient jalgadega maad, kui ta voodiäärel istub. Siinjuures saab klient hõlpsasti voodist välja astuda.

Eriti madala voodi saab täielikult maani alla lasta, kui klient juba voodis lamab. Sellisel juhul vigastab klient end voodist välja kukkudes vähem. Voodi hoolduseks saab voodit töökõrgusele tõsta.

Pane tähele

Osa voodeid ei saa tõsta normaalsele töökõrgusele. Kui kliendil on vaja voodihooldust, siis selline voodi on töötaja suhtes ergonoomiliselt vastutustundetu.



VPM hinne 1

Iseseisvalt voodist tõusmine on keerulisem kui voodi täielikult madalal asub.

Nõuanne

Kindluse mõttes võib eriti madala voodi kõrvale paigutada kukkumismati, et klienti kaitsta vigastuste eest, juhul kui ta end voodist välja keerab. Samuti võib seda voodit kasutada kombineerituna optiscan-iga. Siis saab hooldaja hääre, kui raskus madratsilt kaob ning klient voodist väljas on.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisohu puhul**

Optilised sensorid

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

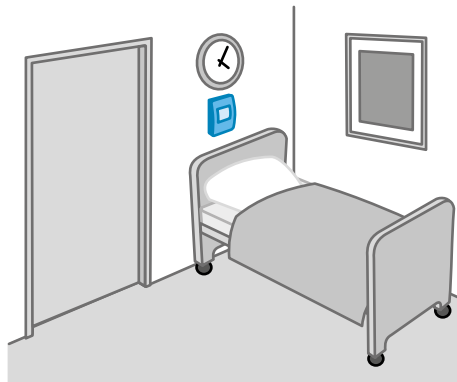
Ülestõusmise alarm, voodist-väljas andur, liikumisandur voodi kõrval, kaamera

Kirjeldus

Optiline sensor kujutab endast kaamerat, mis näeb ka pimedas ning mis paigaldatakse voodi kohale. Kaamera tõlgendab ja analüüsib pilti ja annab märku kui keegi voodist väljub, aga samuti kui keegi voodisse pikali heidab (lamamis-andur).

Andurit võib seadistada nii, et signaal saabub juba hetkest kui keegi oma voodi äärel istub. Või kui klient ei ole 15 minuti jooksul voodisse naasnud ning samuti rahutuse puhul.

Sõltuvalt sensori tüübist on võimalik pilti edastada ka hooldepersonalile nutitelefonidesse. See on võimalik vaid juhul kui sensor on andnud häire signaali. Peale selle on isik arvutiprogrammiga mitte äratuntavaks muudetud.



VPM hinne 1

Selle sensoriga jälgitakse klienti.

See on vabadust piirav.

Eelised

Võrreldes alternatiivse liikumisanduriga voodi kõrval:

- Tunduvalt vähem valehäireid.
- Optiline sensor annab häire juba kui keegi oma voodi äärel istub.
- Optilist sensorit saab seadistada nii, et häire saabub alles siis kui klient ei ole teatud ajavahemiku jooksul oma voodisse naasnud.
- Optiline sensor aktiveerub automaatselt kui keegi voodisse pikali heidab, kuid kindla viivitusega, et hooldajal oleks aega toast lahkuda. See säästab hooldepersonali aega.
- Paigaldatuna voodi kohale on optiline sensor rohkem kaitstud klientide või personali poolt võimalike tekitatud kahjustuste eest.

Puudused

Mõningal määral kõrgem hind võrdluses liikumisanduriga voodi kõrval.

Sensor tuleb hommikuti deaktiveerida.

Pane tähele

Optilised sensorid on osa uue generatsiooni domootika süsteemidest (koduautomaatika), samal ajal on see uus generatsioon ülesehitatud ümber optiliste sensorite.

Muuhulgas kasutatav: **rahtus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul**

Veeremispadjad

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Voodipadjad, kokkurullitud rätik madratsi all, voodi asendi padjad

Kirjeldus

Veeremispadi hoiab ära kliendi voodist välja kukkumist. Voodipadjad kinnitatakse voodilinaga ja krõpsudega, mis neid omal kohal hoiavad.

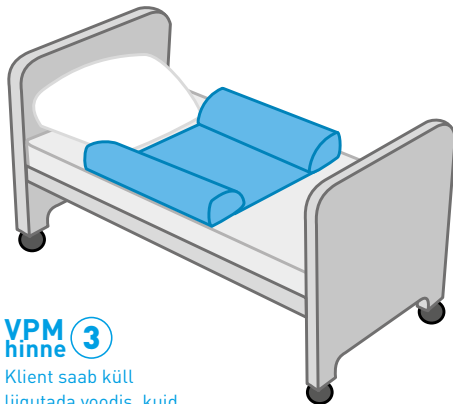
Teadmiseks

Veeremispatju ja voodipatju tarnitakse koos pestavate katetega.

Puudus

Kui klient saab üle veeremismati ronida, siis on risk kukkumiseks ja kukkumisjärgseks vigastuseks suurem.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisohu puhul**



VPM hinne 3

Klient saab küll liigutada voodis, kuid ei saa iseseisvalt voodist lahkuda.

Rohkem vabadust annab talle rahu

Jochem de Raat

Magamine oma lemmik poosis

Kui sa oled noor ja ettevõtlik ja ronid hea meelega, on sul ruumi vaja. Aga kui sa seejuures halvasti näed ja sul on lisaks vaimupuue või epilepsia, siis on sul probleem nagu 20-aastaselt Jochem de Raat'il. Asutus, kus Jochem elab, tahab meelsasti talle turvalist hooldust pakkuda ja on otsustanud ta öösiti fikseerimisrihmaga lamama panna. Aga iga kord kui on aeg sideme peale panemiseks, tõuseb ta istuma. See on tema viis end kehtestada. Asutus otsustas vahendit leevendada. Alguses lamas ta kin-niseotuna ainult siis, kui jälgimist ei olnud (vahemikus poole 11st öhtul kuni kella 7ni hommikul). Peale kuu möödumist võis side terveks ööks ära jääda. Jochem võis nüüd ise otsustada, kas ta tuleb voodist välja või mitte. Seda juhtus vahetevahel, aga palju harvemini kui oodatud. Rohkem vabadust andis talle rahu. Ta saab jälle magada oma lemmikasendis ega tõuse enam istuli, kui on voodisse minek.

Ta jääb rahulikult lamama ja magab hästi

Sietske van der Zee

Riietega voodisse

Sietske van der Zee on siia ilma aidanud lugematul hulgal lapsi. Ta oli rohkem kui 30 aastat ämmaemand. Nüüd on ta 75 ja paigutatud hooldushaiglasse psühho-geriaatri-lisse osakonda.

Õhtuvahetuse hooldajad kurdavad, et nad peavad igal õhtul temaga lahingut pidama, et teda pidžaamasse ja voodisse saada. Laiapõhjalisel arutelul otsustati probleemi lahendamisse kaasata perekond. Selgus, et Sietske läks ka kodus alati riietega voodisse. Teda võidi öösel iga hetk sünnitusele kutsuda ja ta pidi siis ülepeakaela kiirustades väljuma. Koos perekonnaga otsustati teda enam mitte pidžaamasse sundida, vaid panna ta lihtsalt oma riietega voodisse. Ja see töötas. Ta jäi rahulikult lamama ja magas hästi. Lahingud on möödanik.

Kraapimiskindad

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Kraapimis-vastased kindad, käekontrolli kindad, fikseerimis-käpikud, enesevigastamisevastased kindad

Kirjeldus

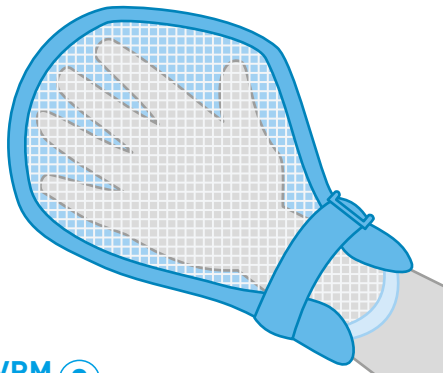
Kindad, mis on vähemalt peopesa poolt vateeritud. Need kinnitatakse randmele krõpsudega või seotakse nööridega. Sellega ennetatakse kliendi võimalust enda vigastamiseks näppude, sõrmeotste või küüntega, et vältida nahapõletiku ohtu.

Puudus

Klient võib end kinnastega väga piiratult ja ebamugavalt tunda.

Pane tähele

Klient ei saa enam asjadest kinni hoida. Käesolev meede ei tohi takistada klienti näiteks hooldaja kutsesüsteemi kasutamast.



VPM hinne 3

Klient saab küll käsi liigutada, kuid ei saa asjadest kinni hoida..

Muuhulgas kasutatav: **enesevigastamine, kraapimine, mähkmete või sidemete ärakiskumine, muud tahtele allumatud liigutused**

Käetugi

Kirjeldus

Käetugi on moodus kuidas hoida ära võimalust käe kõverdamiseks. Tugi aitab ennetada näiteks torude, sondide või infusiooni väljatõmbamist.

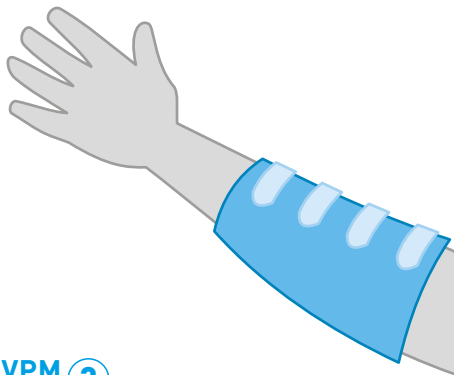
Puudus

Klient võib end käetoega eriti piiratult ja ebamugavalt tunda.

Teadmiseks

Tugi on saadaval erinevates mõõtudes. Sobiv mõõt hoolitseb kliendi suurema mugavuse eest.

Muuhulgas kasutatav: **sondide väljatõmbamine**



VPM hinne ③

Piirangu aste erineb väga iga kliendi puhul.

Telkvoodi

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Vooditelk, poseybed, staysafebed

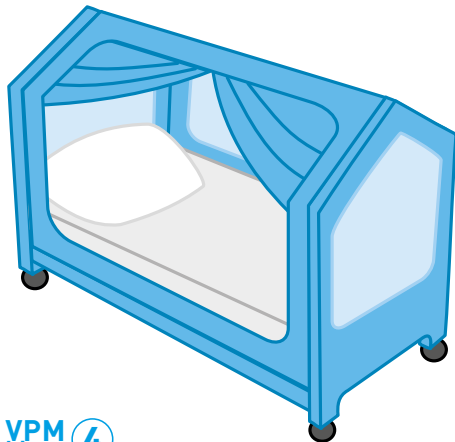
Kirjeldus

Telgstruktuuriga voodi, mida saab lukust kinni tõmmata. See annab turvalise ja kaitstud tunde. Klient saab ennast liigutada, aga ei ole ohtu, et ta voodist välja kukkudes ennast vigastaks või et ta ilma abita voodist lahkuks. Telk on neljast küljest lukuga avatav, kuhu hooldajal on ligipääs.

Nõuanne

Telkvoodeid on saadaval koos kõrge ja madala voodiga.

Muuhulgas kasutatav: **rahusus ja kukkumisoht**



VPM
hinne 4

Klient saab küll ennast voodis liigutada aga ei saa ise voodist välja tulla.

Ja nii samm edasi

Erwin de Ridder

Tagurpidi päeva-öörütm

Kui sa oled 40 ja lamad juba 32 aastat öösiti fikseerimiserihmaga, siis sa tegelikult ei oska paremat tahtagi. See juhtus Erwin de Ridderiga, tõsise vaimupuudega mehega. Erwinil on probleeme tagurpidi päeva- ja öörütmiga. Rahutus-side tagab küll öörahu, kuid samas tähendab suuresti tema vabaduse rikkumist. Side ei võimalda korra ülestõusmist, et midagi juua või pissile minna. Meetme kasutamise vähendamine toimub väikeste sammudega. Kõigepealt jäetakse side lihtsalt lahtiselt voodile lebama. Seejärel paneb Erwin õhtuti sideme ise kappi. Ja nii samm-sammult edasi, kasutades järgmist sammu alles siis, kui eelmine samm täiesti õnnestub. Magamistoa uks jääb esialgu lukku, et vältida Erwini väljas uitamist. Järgmine samm on uks lahti jätta ja üle minna pealtkuulamissüsteemile. Niimoodi saab Erwin tasapisi oma vabaduse tagasi.

Voodi boks

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Eriti kõrge äärega voodi, ustega voodi, pleksiklaasiga ümbritsetud voodi, võrevoodi, kapp-voodi

Kirjeldus

Fikseeritud korpusega voodi katusega või ilma, et kliendile turvalist magamiskeskkonda ja vahet ka elukeskkonda pakkuda. Voodi boks on saadaval erinevatest materjalidest.

Kasutades löögikindlat pleksiklaasi, pakud kliendile võimaluse hoida suuremat (silm) sidet keskkonnaga ja nii saada tähtsaid impulsse.

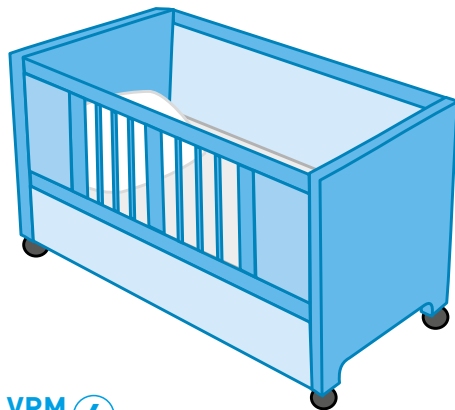
Nõuanne

Voodibokse on saadaval erinevate hoolduskõrgustega. Fikseeritud konstruktsiooni sees liigub madrats üles ja alla.

Pane tähele

Voodiboksid ilma ülemise fikseeritud talata on vähem soovitatavad väga liikuvatele klientidele.

Muuhulgas kasutatav: **rahusus ja kukkumisoht**



VPM hinne 4

Klient saab küll ennast voodis liigutada, aga ei saa ise voodist välja tulla.

Alternatiivid toas

Kukkumismatt voodi kõrval

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Veeremismadrats, madrats voodi kõrval, kaks voodit üksteise kõrval, põrandamatt

Kirjeldus

Paigutades voodi pikema serva kõrvale (kukkumis) mati või (veeremis) mati, kaitseb see klienti vigastuste eest, kui ta voodist välja kukub või veereb. Hea kukkumismatt pehmendab kukkumist hästi ja pakub ka stabiilsust (üles) tõusmisel.

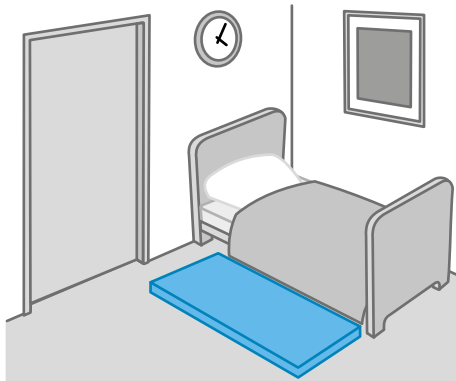
Nõuanne

Hoolitsege, et alumine pool oleks varustatud libisemisvastase materjaliga.

Eemalda lähedusest lahtine mööbel. Klient ei saa siis selle abil end üles upitada ja seeläbi veelkord kukkuda või mööblit endale peale kukutada.

Pane tähele

Välidi mati otsa komistamist. Anna sildi/ kirjaga toauksel teada, et seal on matt põrandal. Ja võta matt ära, kui klient voodist väljas on.



VPM hinne 0

Hinne on kõrgem kui mati sisse või mati alla on paigutatud alarm.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisoht**

Vooditugi

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Transfeer tugü, ülestõusmise abi, papagoi (ülestõusmiseks mõeldud abivahend), vooditõstuk, telgkäsi, vooditrapets, pool külgiire.

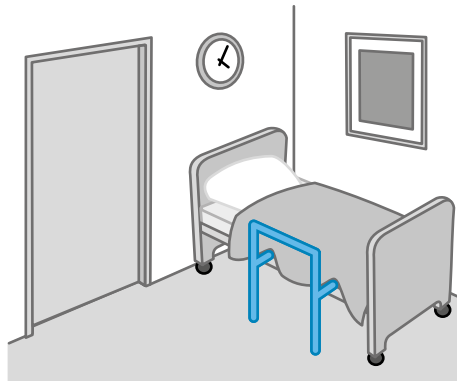
Kirjeldus

Vooditugi pakub tuge klientidele, kellel on raskusi voodisse- ja voodist väljasaamisega, püstitõusmise ja istumisega ning ümberpööramisega. Vooditugi pakub siis turvatunnet.

Enamus vooditugesid paigutatakse madratsi alla ja kinnitatakse voodi külge. On ka vooditugesid, mis kahe jalaga maas seisavad. Kinnitusi saab vastavale kõrgusele reguleerida.

Tõusmisabi, kinnitatud voodi külge, koosneb püstisest plaadist koos peal asetseva käetoega. See kergendab istumatõusmist.

On olemas elektriliselt opereeritavaid ülestõstmise abivahendeid nagu telgkäsi või lihtsamaid vooditrapetseid.



VPM
hinne 0

Inimene saab iseseisvalt
ja justnimelt turvalisemalt
voodist väljuda.

Pane tähele

Maksimaalne kasutuskaal on erinev erinevate vooditugede ja tootjate puhul.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisoht**

Sinisega-rikastatud valgus

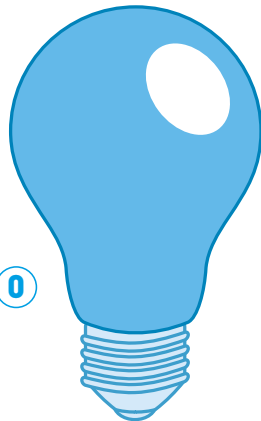
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Bioloogilise kella taastamine, valgusteraapia, päevavalguslamp, päevavalgus installatsioon, dünaamiline valgus

Kirjeldus

Viibimine sinisega-rikastatud valguse käes, mis ületab 1000 luksi, võib vanematel (dementsetel) inimestel aidata bioloogilist kella taastada ja seega vähendada nende öist rahutust. Vanemate inimeste bioloogiline kell on häiritud läbi silmade vananemise ja sellest johtub, et sinine valgus on loomupoolest vähem häiriv. Sellisel viisil ei sega see enam niipalju bioloogilist kella. Lisaks on dementsete inimeste puhul silma rakud otseses seoses bioloogilise kellaga, mis mõjutab bioloogilist kella nii, et nad lõpuks enam ei tea, millal on päev või öö.

VPM
hinne 0



Eelis

- Kuna öine rahutus väheneb, siis vooditõkete ja fikseerimis- või rahutussidemete kasutamine ei ole üldse või on vähem vajalik;
- Inimesed magavad kauem;
 - Vähem depressiooni ja aeglasem kognitiivne langus (dementsuse puhul);
 - Vähem katkendlik magamine.

Nõuanne

Hoolitsege, et kliendid palju väljas käiksid. Hoolitsege, et oleks piisavalt aknaid, kust piisavalt valgust sisse tuleks. Paigaldage mööbel ühiskondlikes eluruumides võimalikult akende lähedale. Pimedal aastaajal, kui vähe päevavalgust sisse paistab ja kui ilm on liiga vilets välja minemiseks, tuleb kunstlik valgus kasuks.

Pane tähele järgmisi momente:

- Lase klientidel ajavahemikult 9.00-18.00 vähemalt kaks tundi siniselt-rikastatud valguse käes
- viibida. See ei pea olema järjestikku, vaid näiteks söögikordade või kohvi- ja teejoomise ajal.
- Kliendid ei pea otse valgusesse vaatama, lauakohal olevast lambist piisab.
- Kasuta sinisega-rikastatud valgust tugevusega vähemalt 1000 luksit.
- Hoolitsege, et klient saaks sinisega-rikastatud valgust igapäevaselt. Kui see kasvõi üheks
- päevaks katkeb, on sellel juba segavate tagajärjedega mõju bioloogilisele kellale.

- Ärge seadistage klientidele sinisega-rikastatud päevavalguslampe peale 18.00. See töötab siis
- vastupidiselt, ja segab bioloogilist kella.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus, unetus, dementsus**

Öövalgustus

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

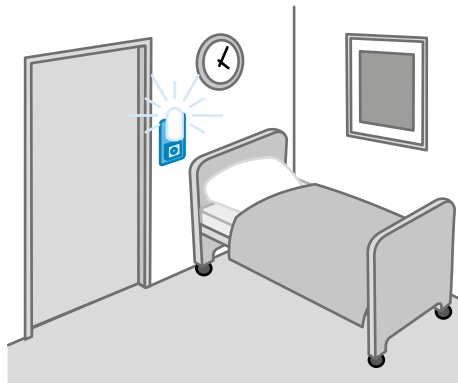
Tulede lüliti käeulatuses, öölamp, öövalgustus, pidev valgustus, hädavalgustus, öövalgustus liikumise peale, öö orientiir-valgustus, sensoriga öölamp, öölamp liikumisanduriga

Kirjeldus

Hea öine valgustatus on oluline vältimaks ebaturvalisi olukordi. Paigalda tulede lüliti magamistuppa ukse kõrvale ja voodi juurde nii, et klient saaks ise tuld põlema panna.

Pidev öövalgustus: Valgustus põleb õhtul ja öösel, mitte nii eredalt kui päevasel ajal.

Öövalgustus, mis lülitub sisse liikumise peale: sensorsüsteemiga lamp. Kui klient liigutab (kõndimine, voodist väljumine), hakkab lamp automaatselt põlema. Klient ei pea ise lambi lülitit otsima ja seda sisse lülitama ning klient orienteerub paremini.



VPM hinne 0

Hinne on kõrgem kui klient ei pea öösiti pideva (kohustuslikku) valgusega magamist meeldivaks või kui klient ehmatab liikumisanduri tõttu tööle hakkava valguse peale.

Öö orientiir-valgustus: Teekond (näiteks tualetti) on valgustatud. Näiteks liistudel, seinal või põrandal. Orientiir-valgustus võib olla pidevalt sisselülitatud või reageerida liikumisele. Sellisel viisil saab klient hästi näha, kus ta kõnnib.

Eelis

Valgustus vähendab õnnetuste ohtu ja segadusse sattumist, vähendab öist rahutust ja on rahustav.

Puudus

Mõnele klientidele ei meeldi valgusega magada. See võib mõjutada päeva- ja öörütmi.

Nõuanne

Saadaval on valgustüliteid, mis hakkavad tööle vaid kergest puudutusest või käte plaksutamisest või millel sisselülitumiseks avaldatava surve tugevus on reguleeritav. See on mugav piiratud mootorikaga klientidele. Selliseid lüliteid on saadaval ka iminappadega, et neid saaks ka siledatele pindadele kinnitada.

Pane tähele

Klient ei tohi valgusest häiritud saada või selle peale ehmatada, näiteks liikumissensori puhul.

Ere valgustus võib kliendile mulje jätta, et päev on juba käes.

Muuhulgas kasutatav: **rahusus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul, desorientatsioon, hirm**

Chris'i abikaasa oli nii entusiastlik

Chris Verpaalen

Madrats voodi ees

Chris Verpaalen on 82 aastane ja tal on Alzheimer. Ta on rahutu, liigub palju ja seeläbi on suur risk kukkuda. Chris magab rahutus-sidemes, sest muidu ei saaks ta piisavalt puhata. Aga siiski on ta seotuna endiselt rahutu. See on põhjuseks, miks institutsioon soovib uurida, kas nad saavad antud vahendit leevendada. Ümberharjutamine toimus samm sammult. Loodi tegevuskava ja seejärel toimusid arutelud meeskonna ja pereliikmetega. Lepiti kokku mitmetes alternatiivides ja meeskond jälgis kuidas Chris nendele reageerib. Chris magab nüüd ekstra madalas voodis. Tema voodi ees lebab madrats (juhul kui ta kukub, siis maandub ta pehmelt) ja tema toas on sensor-kell. Meeskond, perekond ja klient on rahul.

Magamistoa polsterdamine

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Vendrid, kunstnahast polster, põrandamatt, seinamatt, pehmed seinad ja põrandad, seinakatted

Kirjeldus

Seinad, põrandad, ukсед ja/või radiaatorid, mis on kaetud pehme kattega, ei võimalda kliendil ennast vigastada. See vähendab vigastuse ohtu.

Nõuanne

Eemaldavast materjalist katted tagavad parema hügieeni.

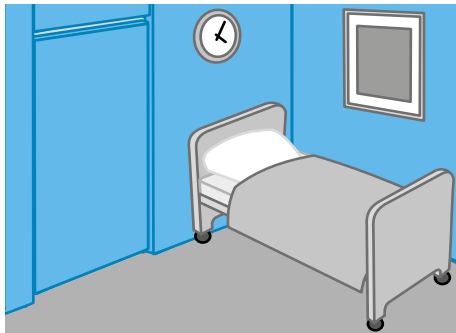
Puudus

Märkimisväärne investeering ja ei ole teisaldatav.

Pane tähele

Hoolitse, et põrandale saaks pehme, kuid kindlalt püsiv materjal. See peab olema piisavalt stabiilne, et sellel hästi seista saaks.

Muuhulgas kasutatav: **enesevigastamine nagu peksmine, epilepsia, kukkumisoht, määrimine**



VPM hinne 1

Tuba ei saa oma maitse järgi sisustada

Liikumisandur

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Optiscan, topscan, liikumisandur, liikumis-sensor, sensor, sensor-kell, sensor-post, kell-post, voodist lahkumise häire, infrapuna sensorg

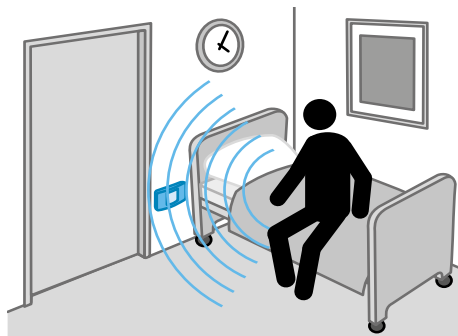
Kirjeldus

Liikumisandur, mis reageerib soojusallika liikumisele; inimkeha soojusele. Sensor kinnitatakse madalale voodi kõrval olevale seinale või liigutatavale alusele.

Liikumisandur aktiveeritakse, kui klient läheb magama ja deaktiveeritakse ülestõusmisel. Liikumisandur on ühendatud häiresüsteemiga. Sensor saadab teate kohe kui kliendi kehaosa puutub kokku anduri tuvastusväljaga.

Eelised

- Liikumisandur kulub palju vähem kui alarm-matt ja tal on palju suurem tuvastusväli.
- Regulaarseid öiseid kontrole võib vähendada ja sellega kliendi häirimist vältida.



VPM hinne ①

Ülestõusmise alarm on seadusandluse järgi vabadust piirav meede. Et rakendada ülestõusmis-alarmi tuleb seda samuti multidistsiplinaarselt arutada.

Puudused

Üldiselt tundub, et ülestõusmis-alarm põhjustab suhteliselt palju valehäireid. Uuringust (VUmc, 2010) lähtub, et praktikast on teada olukordi, kus „mõnede häirete puhul kõndimist ei toimunud”.

Valehäired võivad tekkida, kui hooldaja kogemata läbi tuvastusvälja jalutab. Seda saab siiski telefoni nupulevajutusega eemaldada.

Samuti voodist väljarippuvad tekid võivad valehäireid põhjustada, kuna need saavutavad magamise ajal inimkehaga samaväärse temperatuuri.

Muuhulgas kasutatav: **rahus, kukkumisoht, ringiuitamise puhul**

Toast lahkumise andur

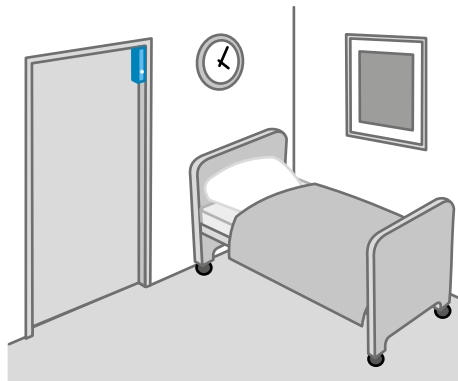
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Ukse asendisignaali, magnetkontaktiga ukse- või aknalaud, liikumisandur ukse kohal, ukse-kontakt, akna-alarm, toast väljumise alarm

Kirjeldus

Toast lahkumise andur on magnetkontakti või liikumisanduri kujul otse ukse kohal. Kui klient ukse või akna avab, järgneb sellele teade läbi häiresüsteemi. Seega see meede ei anna häiret kui klient voodist üles tõuseb, vaid alles akna või ukse avanemisel.

Toast lahkumise andurit rakendatakse klientide puhul, kel otseselt kukkumisoht puudub, kui nad voodist väljuvad, aga kelle puhul tuleks kaastöötajaid teavitada, kui ta toast väljub.



VPM hinne 1

Hollandi seadusandluse järgi vabadust piirav meede. Et rakendada ülestõusmis-alarmi, tuleb seda samuti laiapõhjaselt arutada.

Puudused

Üks puudus magnetkontakti puhul on see, et alarm hakkab tööle ka siis, kui kaastöötaja tuppa siseneb. Õiste kontrollringide puhul ei saa seda süsteemi kasutada. Üks lahendus sellele oleks alarmi automaatne välja lülitumine kui kaastöötaja elektroonilise võtmega tuppa siseneb. Teine võimalus on automaatne väljalülitus läbi allasuunatud liikumisanduri väljaspool ust.

Nõuanne

Kombineerides toast lahkumise anduri kaamera-süsteemiga, saab distantsilt koheselt olukorrale selgust saada. On olemas kliente, kes soovivad magada avatud toauksega. Sellisel juhul on toast lahkumise andur ainult võimalik 'talliukse' puhul. See on uks, mis koosneb kahest osast. Ükseasendesignaali võib ka vastupidiselt kasutada, et vältida soovimatuid külalisi.

Muuhulgas kasutatav: **rahtus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul, vastuvõetamatu käitumine**

Akustiline valve

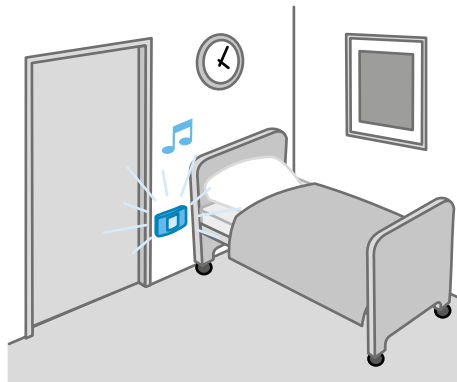
Sünnonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Pealtkuulamine, kuulamine

Kirjeldus

Akustilise valve puhul paigaldatakse magamistuppa mikrofoni. Kui heli ületab teatud künnise, siis saadab süsteem teate. Künnist saab iga kliendi jaoks eraldi reguleerida. See käib heli kestvuse, tugevuse ja hääletooni kõrguse kohta. Kui müra tase on kõrgem seatud lävest, võib see viidata kliendi rahutusele või tegevusele. Kahtlase olukorra kontrollimiseks võib keskuse töötaja lindistatud heli uuesti kuulata või toast tulevat heli otse kuulata.

Eesmärk on häire andmine võimalike ohuolukordade puhul, näiteks klientide puhul, kes ei saa vajutada häirenuppu.



VPM hinne 2

Võrreldes liikumisanduri ja toast lahkumise anduriga sekkub akustiline valve suuremal määral privaatsusesse.

Teated saab edasi saata keskusesse, kes need vastu võtab ja hindab, või saata otse personali telefoni seadmetesse.

Eelis

See on usaldusväärne tehnoloogia, mida juba pikalt rakendatakse eelkõige puuetega inimeste hoolduses. On võimalik tuvastada hädaolukordi, ilma et klient peaks midagi ette võtma. Pealt võib kuulata katkestamistega, et tungida vähem privaat-susesse.

Puudused

Praktikast tulenevalt ilmneb, et rakendades akustilist valvet, toimub öö jooksul ca 10 häireteadet kliendi kohta. Mehitatud öövalve keskus, kes häireid hindab ja 'valehäired' välja sõelub, on sellisel puhul tegelikult hädavajalik. Selliseid keskusi on küll puuetega inimeste hoolduses, kuid vähem tihti vanurite hoolduses. Seal võib see tähendada ülekoormust öisele hoolduspersonalile. Akustilist valvet on võimalik vanuritehoolduses (dementsus hoolduses) rakendada sellisel juhul kui näiteks on olemas ja tehakse koostööd puuetega inimeste ööhooldus keskusega.

Muuhulgas kasutatav: **rahusus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul**

Kaamera

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

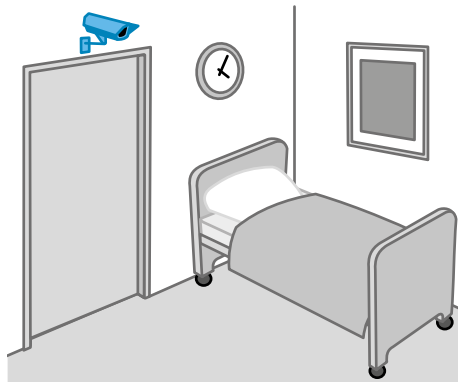
Pilditõlgendus kaamera

Kirjeldus

Kaamerat kasutatakse pildi kaudu olukorra hindamiseks, aga alles siis kui on saadud häire. Häire saadetakse kui toimub liikumine määratletud pildiväljas.

Kaamerad ei asu ainult klientide toas, juhul kui selleks on luba antud, vaid ka koridorides. Kui kliendi toas olevast kaamerast klienti näha ei ole, saab edasi lülituda koridoride kaameratele, et klienti otsida.

Kaamerad koos nõndanimetatud pilditõlgendusega on alternatiiviks mitme liikumisanduriga ülestõusmise alarmile. Kaamera suunatakse voodile. Mõlemal pool voodit programmeeritakse pildiväljad, mis annavad teate liikumise kohta.



VPM
hinne ③

Kaamera kasutamine
tungib tugevalt privaatsusse.

Öisele personalile on võimalik anda PDA (Personal Digital Assistant-isiklik digitaalne abimees). Läbi kaamera saadetud teate on võimalik automaatselt ekraanil näha plaani osakonnast või elamust, kus liikumine toimus. Sellel plaanil on nähtavad kaamerate asukohad, Pildi saab esile kutsuda osutades markeriga puuteekraanil soovitud kaamerale.

Eelis

Vahemaa tagant võib saada hea ülevaate tegelikust olukorrast. Käitumist saab vaadelda. See väldib töötajate mittevajalikku jooksmist.

Puudused

Privaatsus on tõsiselt häiritud. Et kaitsta privaatsust niipalju kui võimalik, on igal juhul hea kaamera alles siis sisse lülitada kui sensor või kaamera ise häire annab.

Pane tähele

Väga noorte laste või klientide puhul, kes on väikse lapse tasemel, ei ole kaamera hea alternatiiv.

Muuhulgas kasutatav: **rahusus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul, vastuvõetamatu käitumine**

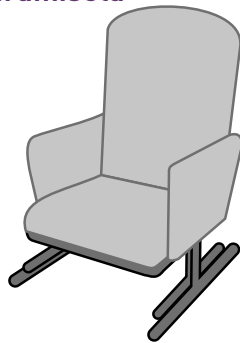
Istumine



Üldised nõuanded istumiseks ilma vabaduse piiramiseta

Hooldeasutuste kliendid istuvad palju. On oluline pöörata tähelepanu mugavale istumisele, piisavale liikumisele ja mittevajaliku vabadusepiiramise vähendamisele. Alljärgnevalt mõned punktid kaalumiseks:

- Ära lase klientidel terve päev ratastoolis istuda, vaid kaalu ilma ratasteta (mugavat) istet.
- Ära aseta ratastoole standardina piduri peale. See on samuti vabaduse piiramise vorm.
- Klientide jaoks, kellel lasub oht, et tool püstitõusmisel minema veereb, on saadaval ratastool,
- mis automaatselt pidurit rakendab kui klient üles tõuseb ja automaatselt piduri maha võtab
- kui klient tagasi istub.
- Ka ratastooli kallutamine on vabaduse piiramise vorm. Klient ei saa sel juhul iseseisvalt püsti tõusta.
- Kui toolil on vajalik turvarihm, siis vali kui võimalik selline turvarihm, mida klient saab ise avada.
- Hoolitse, et joogid asuksid käeulatuses. See vähendab rahutuks muutumist ja vajadust püsti tõusta.



- Sama kehtib ka häirekella kohta. Hoolise, et klient sellele ligi saaks.
- Stimuleeri klienti regulaarselt asendit muutma.
- Hoolitse et tool oleks sobiva suuruse ja õige istumishoiakuga.
- Kasuta toetusmaterjale (seljapadjad, külgpadjad, vormitud prill-laud) õigeks istumishoiakuks.
- Igal kliendil on oma eelistatud hoiak.
- Vaatle ja küsi regulaarselt kliendilt, kas ta tunneb ennast mugavalt.

Lõõgastustool

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Liugtool, lõõgastav lamamistool, kiiktool, vesitool, tugitool, mida saab pöörata

Kirjeldus

Lõõgastustoolid hoolitsevad veel mugavama ja rahulikuma istumise eest.

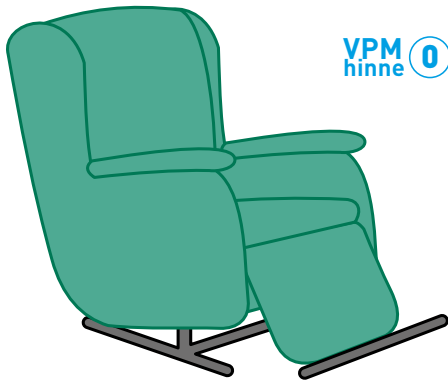
Liugtool on tool mis rööbastel edasi-tagasi liigub. Liikumine mõjutab tasakaaluorganit ja rahustab keha. Klientidel on seeläbi väiksem tung üles tõus-
ta ja jalutama hakata.

Vesitool vormib end täielikult keha järgi.

Nõuanded

Lõõgastustool on saadaval ka niiskuskindlast, kergesti puhastavast materjalist. Hea istumiskõrgus on oluline kukkumisohtu püsti tõusmiseks.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus**



Ma tunnen ennast vabamalt

Marina de Jager

Kaisuloom sideme asemel

Marina de Jager on 34 aastane ja tõsise vaimse puudega. Ta saab vaevu seista ja on väga rahutu. Päevasel ajal istub ta tavaliselt oma toolis rahutus-sidemes. Pärast arutelu otsustavad grupijuhid rahutus-sidemest väikeste sammude haaval vabaneda. Esimene samm on side küll toolile asetada, kuid mitte kinnitada. Samal ajal saab Marina enda kätte kaisulooma, mis on nööriaga tooli küljes. Ja mis selgub? Marina muutub rahulikumaks. Ta tunneb ennast vabamalt, hoiab kaisulooma kõvasti kinni ega tee enam katseid püsti tõusta.

Toolilt ülestõusmise alarm

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Rõhuanduriga sensor, Optiseat, toolialarm, üles-tõusmis alarm

Kirjeldus

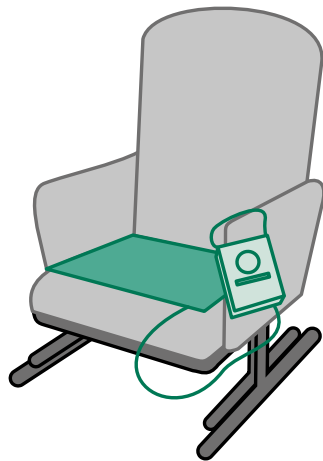
Ülestõusmise alarm on (ratas) tooli matt, mis on varustatud rõhku registreeriva sensoriga. Kui klient toolilt üles tõuseb, järgneb sellele piiks-signaal. Kui klient seadistatud aja jooksul uuesti ei istu, siis edastatakse signaal edasi vastuvõtjale (näiteks hool-daja või juhendaja telefoni). Ühele vastuvõtjale võib seadistada rohkem ülestõusmise alarme kui üks.

Eelis

See annab hoolduspersonalile lisa silmad ja kõrvad, mislābi ei ole näiteks kukkumisohtuga kliendil vaja pidevalt silma peal hoida.

Puudused

Piiks-signaal käivitub kui toolilt tõusta. Sõltuvalt kliendi psüühilisest puudest, võib see aktiveerida ka toolil liigutamise puhul.



VPM hinne 1

Ülestõusmise-alarm on Hollandi seadusandluse järgi vabadust piirav meede. Et rakendada ülestõusmis-alarmi, tuleb seda samuti laiapõhjaselt arutada.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisoht, ringiuitamise puhul**

Pall-tool

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Küljelappidega istumiskott, stimuleerimistool

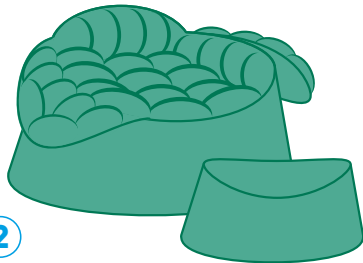
Kirjeldus

Pall-tool on istumiskott, mille istumisosa on täidetud terade ja pallidega. See on istumiskott kõvast materjalist tagaosaga, mille läbi säilib tooli funktsioon. Istumisosa, seljatugi ja lahtised külglapid onriidega kaetud ning plastik pallidega täidetud. Neil on stimuleeriv funktsioon ja nad hoolitsevad mõnusa ja lõõgastava tunde eest. Külglappidega võib katta kogu keha, mis veelgi seda tunnet suurendab.

Stimuleerimistool on täidetud hästi positsioneeritud teradega. Toolil on stimuleerivad osad, nendeks on kuntsmaterjalist kastanite näol tugevdatud osad, mis annavad survet punktidele, pakkudes lõõgastavat ja turvalist tunnet.

Eelised

Pall-tool on rahustav, stimuleerib meeli, ümbritseb keha ja parandab aistinguid.



VPM hinne 2

Tihti ei saa klient iseseisvalt toolilt üles tõusta. Mõnikord ei saa klient ise küljelappe pealt ära.

Puudus

Istumiskott on madal.

Teadmiseks

Saadaval on ka pall-tekid ja pall-padjad.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus**

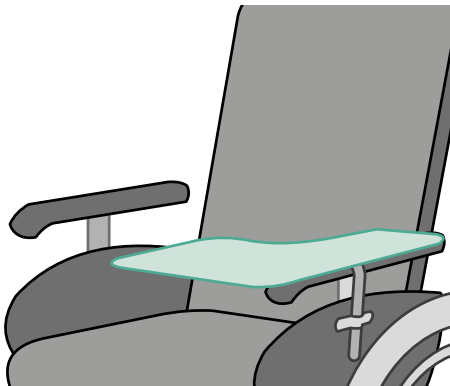
Poollaud ratastoolile

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Töölaud, ratastoolilaud

Kirjeldus

Paljudel ratastoolidel on töölaud. See on tihti kliendile mugav, nad saavad asju, millega nad töötavad, enda lähedal hoida ja see pakub tuge. Aga sellel võib olla ka vabadust piirav vorm. Kui see töölaud on kinnitatud, ei saa kliendid ise ratastoolist välja tulla. Isegi kui see laud ei ole kinnitatud, võib see tunduda piiravana nii kliendile kui välismaailmale. Üks alternatiiv on pool-laud, mis on kinnitatud ratastooli vasakule või paremale käetoele. Pool töölaud on eelkõige kasutuses taastusravis inimestel, kes on poolest kehast halvatud. See annab töölaua mugavuse ratastoolil, kuid ei ole vabadust piirav. Klient saab selle tagant tulla või laua küljele lappida. Samuti saab klient kergemini oma jalgadele ligi ja neid üle üksteise tõsta või teine istepoos võtta. Täisulatuses töölauaga on see keerulisem või isegi võimatu.



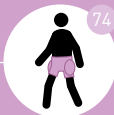
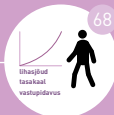
VPM **hinne** 0

Pane tähele

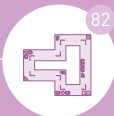
Aruta pool-laua kasutamine läbi liikumisterapeudiga.

Liikumine

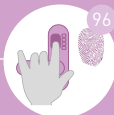
Ohutult liikumine



Vabadus siseruumides

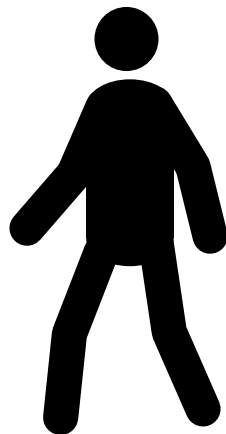


Vabadus õues



Ohutu Liikumine

Üldised nõuanded ohutuks liikumiseks



Liikumine on tervislik

Liikumine on tervisele oluline. Vähene liikumine vähendab lihasjõudu ja nii suureneb kukkumise risk. Kedagi selleks tooli või voodi külge siduda, et kukkumist vältida, ei ole sobiv ennetuslik meede. Sellest tuleneb ka küsimus, kas ohjeldatult on elu kvaliteetne?

Kas toolil kinniseotuna istumine on parem kui liikumine koos sellega kaasneva kukkumisohuga? Loomulikult tuleb tähelepanu pöörata võimalikult ohutule liikumisele.

Takistuste vähendamine

Takistused segavad klientide ohutut liikumist. Mõttele selle peale:

- Füüsilised takistused kõndimisrajal: liiga palju varustust elutoas, üks mis raskelt avaneb;
- elutoa tool, mis ei veere.
- Segav riietus: ebamugav riietus, vales mõõdus (öö) riietus, liiga pikk (öö) riietus või valed
- jalanõud võivad liikumist segada.
- Mitte-füüsilised takistused: liiga vähe informatsiooni, aja puudus.

Hea elukeskkonna jaoks on lisaks oluline, et häirekell on kliendile kättesaadav ja hea valgustus on olemas ka öösel.

Hästi istuv riietus

Kindlalt jalgadel seismine on oluline kukkumise vältimiseks. Mitte kõik jalanõud ei paku stabiilsust seismisel ja kõndimisel. Halvad jalanõud tunned ära järgnevate tunnuste järgi: kõrge konts, pehme tald, liiga vähene kannatugi, halb või puudulik tugevdus, halvasti istuvad, kitsad või lotendavad jalanõud.

Headel jalanõudel on järgmised tunnused: madal tugev konts, stabiilne, tugevamustriline tald, seotavad jalanõud, mugavad.

Hea nähtavus

Turvaliste jalanõude kõrval on ohutuks liikumiseks oluline hea nähtavus. Kas kliendil on sobiva tugevusega prillid?

Üheskoos liikumine

Kui kliendile tuleb külaline, võib klient temaga koos jalutama minna.

Liikumisprogramm

Lihased on oluline, et säilitada tasakaalu, aga ka selleks, et adekvaatselt reageerida kukkumisohtu korral. Probleemid tasakaalu säilitamisega võivad olla põhjustatud muuhulgas vähesest tasakaalu tunnetusest, madalast vererõhust tingitud peapööritusest või halvast lihasekontrollist. Kõrvalekaldu mised tavapärasest kõnnakust, nagu liiga aeglane kõndimine või väikesed sammud, võivad samuti esile kutsuda kukkumisi.

Liikumisprogrammid on suunatud tasakaalule, lihaste tugevusele ja kehahoiakule. Füsioterapeut võib anda rohkem informatsiooni.

Efektiivselt harjutades ja pannes rõhku liikumisrõõmule, kasvab motivatsioon liikuda ja keheline ning vaimne seisund muutuvad paremaks.

Rahutuse vähendamine

Paljud kliendid uitavad ringi ja seega ka liiguvad. Uitamine ja liigne liikumine (kõndimistung) tulenevad rahutusest. Määratle, kas esineb teatud käitumismall uitamises ja või ravimite

manustamises, igapäevaelus. Ilm või kaaselanikud võivad samuti uitamistungi mõjutada. Tähelepanekutele järgneb tihti võimalik lahendus. Vaadake koos perekonna, abikaasade ja kolleegidega, millisel moel saab rohkem rahu luua. Jälgige, kas kasutuselevõetud meede pakub rohkem rahu.

Nõuanne

- Ohutuks liikumiseks on hea orientatsioon oluline. Kasutades sümbboleid kui teejuhte ja
- märkides ära kõndimisraja (samuti öösiiti, vaata öövalgustus, lk 44) suureneb orientatsioon.
- Riputades esemed, mis kliendile koju minekut meelde tuletavad, silma alt ära, on võimalik
- palju rahutust ära hoida.

Seismise- ja kõndimise abivahendid

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Kepp/ jalutuskepp, kargud, jalutusraam, rollaator

Kirjeldus

Kõndimise abivahend suurendab tuge ja tasakaalu kõndimisel, ülestõusmisel või seismisel ning vähendab kukkumisohtu. On olemas erinevat sorti kõndimise abivahendeid, nagu rollaator, jalutusraam, jalutuskepp (ühe või kolme või nelja jalaga) või küünarvarre kark.

Kepp on lihtsas vormis tugivahend, mis on eelkõige sobilik kui probleem on ühel küljel (jalal). Samuti võib kepp pakkuda lahendust kui klient vajab suu-remat turvatunnet, ilma et tal suuri tasakaaluprobleeme oleks.

Rollaator pakub palju tuge ja kujutab samal ajal vähest takistus liikumise ajal, lisaks saab klient sellel lihtsalt istuda.

Pane Tähele

Abivahend peab olema heas korras. Kasuta abivahendit ainult senikaua kui vaja. Jälgi klienti ja kontrolli, kas see on jätkuvalt parim abivahend talle.

VPM
hinne 0

Ei ole vabadust piirav.



Teadmiseks

Kui seismis- ja/või kõndimisabivahend ebapiisavalt või puudulikult tuge pakub, siis on olemas ka teisi abivahendeid liikumise abistamiseks, nagu (vaarumis) ratastool või skutertermobiilid.

Nõuanne

Aruta koos füsio- või ergoterapeutiga.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisoht**

Vaarumistool

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Iseliikuv ratastool, jalutustool

Kirjeldus

Vaarumistool on abivahend, stabiilseks istumiseks ja majas liikumiseks. See näeb välja kui omamoodi luks piduriga bürootool. Tooli nimi tuleneb sellest, et inimene saab sellega mööda maja 'vaaruda'.



VPM hinne 0

Ei ole vabadust piirav, kui just ei kasutata rihma või turvavööd, mida klient ise ei saa avada.

Vaarumistooli saab kõrgusesse reguleerida, tal on (kokkulapitavad) käetoe ja seadistatav seljatugi. Tool on selliselt kõrgusesse reguleeritav, et seda on võimalik peaaegu seismiskõrgusele seada, kuid samal ajal siiski lihtsalt istuda.

Sellel toolil kasutatakse sageli pidureid või auto- või ratastooli turvavööd, sest inimesed kardavad, et vaarumistool veereb minema, kui klient sellelt siiski püsti tõuseb ja uuesti istub.

Kui klient tooli turvavööd ise lahti ei saa teha, siis on endiselt tegemist tõsise vabadust piirava meetmega. Kasuta turvavööd, mida klient saab ise avada või kasuta vaarumistooli, mis automaatselt pidurit rakendab, kui klient püsti tõuseb (ja uuesti pidurid vabastab, kui klient tagasi istub).

Eelised

Klient saab väikse kukkumisohtu edasi liikuda. Istumisosas saab pöörata, samal ajal kui rattad samas asendis püsivad. Seega keeramiseks ei ole palju või üldsegi jalgade jõudu tarvis.

Puudused

Liiga keeruline süsteem dementsetele või vaimupuudega inimestele. Pakub liikumisvabadust, kuid võib ka mõnede sihtgruppide puhul riskantseid olukordi luua, näiteks kokkupõrkamine.

Nõuanne

Libisemisvastane matt või libisemisvastased kleep-sud aitavad vältida, et keegi toolist välja ei libiseks.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisoht**

Puusakaitse

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Puusakaitsepüksid, hipster, Safehip, hipsheld

Kirjeldus

Puusakaitse on tõhus kaitse puusaluumurdude vastu. Puusakaitse koosneb kahe padjaga pükstest, mis meenutavad aluspükse. Padjad asuvad jala ülāsosa külgedel. Loomulikult ei hoia need kukkumist ära, küll aga pehmendavad kokkupõrget ja seega väldivad puusaluumurdu.

Eelis

Puusakaitsete jalga tõmbamine on kerge ja vähe aeganõudev.

Puudus

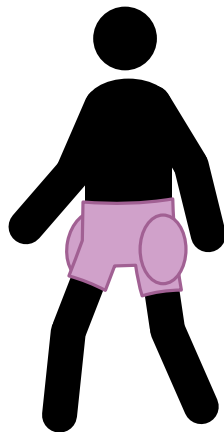
Pehmed puusakaitsete istuvad küll paremini, kuid praktika on näidanud, et tugevam puusakaitse töötab paremini.

Pane tähele

On tehtud teaduslik uuring puusakaitsete kohta. Sellest selgus, et risk puusa murdmisele põepoolt väheneb, aga vaid siis kui 'teraapiast

VPM **hinne** 0

Ei ole vabadust piirav..



kinni peetakse', nii et seda kasutatakse järjepidevalt. Sellele peab olema toetus nii kliendi kui töötajate poolt.

Muuhulgas kasutatav: **kukkumisoht**

Kaitsekiiver

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Pea- ja näo kaitse, põsesarnade-kaitse, kukkumiskiiver, koljukaitsmiskate, pea ortoos

Kirjeldus

Kaitsekiiver on mõõdu järgi tehtud kiiver, et vältida koljuvigastusi, mis võivad olla tingitud näiteks kukkumisest (epilepsia), enesevigastamisest (peksmine), kriimustamisest või muudest pea vigastamise viisidest.

Puudused

Klient võib ennast väga ebamugavalt tunda, kui ta igapäevaselt peab kiivrit kandma.

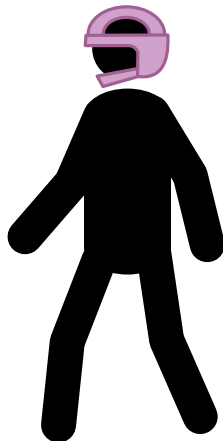
Teadmiseks

Kiivreid on saadaval erinevatest materjalidest, erineva kujunduse, mõõtude ja värvidega. Kiivritele on võimalik asetada ka eraldi mask.

Muuhulgas kasutatav: **peatagumine, epilepsia, enesevigastamine, tõsine kukkumisoht**

VPM hinne 4

Vahend asetseb väga kehalähedal. Klient saab küll iseseisvalt liikuda, kuid kiivri kandmine tundub segavana.



Rõhkvest

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Squeeze vest (pigistusvest)

Kirjeldus

Rõhkvest annab läbi õhurõhu tugeva surve ülakehale. See annab turvalise ja kaitstud tunde inimestele, kellel on raskusi stiimulite töötlemise ja kohanemisega. Mõelge seejuures inimestele, kellel on ADHD või autistlikud häired.

Pindmine surve tundub nagu hoiaks keegi sinust kinni või paitaks. Naha sensorid saadavad ajule signaalid, mis registreeritakse puudutusena. Sellised sensorid asuvad ka sügavamal kehas, nagu näiteks lihastes ja liigestes. Sügava survega puudutatakse ka neid sensoreid, mis annavad ajule teistsugust mõju ning mõjub mõnede inimeste puhul rahustavalt.

Rõhkvest näeb välja nagu kompaktne alusvest. Klient võib seda tavaliste riiete all kanda, ilma et keegi seda näeks. Väikese pumba abil võib klient vesti täispumbata, et sel moel tugevamat survet tekitada. Klient saab selle juures ise rõhku ja seega

VPM hinne 0

Klient otsustab ise surve üle



surve tugevust määrata. Läbi rahustava efekti võidakse paanikat või probleemset käitumist ära hoida.

Pane tähele

Selleks et saavutada head efekti on oluline teada, kuidas seda vesti peab kasutama. Näiteks ei tohi survet liiga pidevalt, kaua ja tihti peal hoida. Hoolitse, et klient teaks, kuidas ta rõhkvesti kasutada peab.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus**

**Vabadus
Siseruumides**

Avatud ukseid

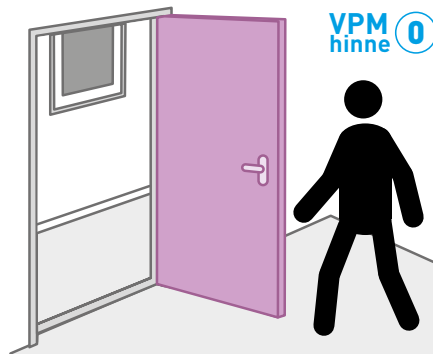
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Alati juurdepääs kõikidele ruumidele hooldeasutuses, vabadus liikuda asutuses ringi.

Kirjeldus

Suletud ustega võivad kliendid ärritada ja rahutuks muutuda. Juba uks üksi kutsub end ka avama. Hooldusasutustes tuleb ette, et kliendid kogunevad suletud uste taha. Näiteks kui töötajad päeva lõpus koju hakkavad minema. Mis seal tegelikult toimub kui uks avaneb. Kas kliendid tegelikult lähevad uksest välja? Kogemus õpetab, et inimesed astuvad tihti vaid kaks sammu uksest välja ja tulevad seejärel jälle tagasi. Ja mis selles nii halba on kui kliendid vabalt kogu valduses ringi liiguvad? Aktsepteeri klientide liikumistungi ja jalutamisiha.

Riputades iga ukse kõrvale äratuntava kliendi foto ja/või nime või tähtsa objekti (äratuntav isiklik esel, teab klient, kas ta võib sinna tuppa siseneda või mitte. See hoiab ära mittevajalikud vabadust piiravad meetmed kliendi puhul, kes kõikidesse tubadesse sisse jalutab, ning samuti ka teiste klientide tubadesse. Dementsete klientide puhul



võib juhtuda, et klient hiljuti tehtud fotot ära ei tunne. Foto, mis on võetud rohkem aega tagasi, töötab sellisel juhul paremini.

Eemaldades esemed, mis kliendile kojuminekut meenutavad (joped, mütsid jne), väheneb klientidel kalduvus uksest välja minna. Administraator, keda klient tunneb, on kulda väärt.

Eelis

Avatud uste poliitika sobib emotsioonile orienteeritud hoolduses ja tagab, et osakonnas oleks vähem rahutust. Hoolealused võivad rahuldada oma kõndimisihia ja rahutust. Neil ei teki ideed, et nad istuvad kinnilukustatult ja on määratud olema vaid oma elutoas. Nad võivad minna ruumi, mis neile just sellel momendil sobib - stiimulirikasse või -vaesesse.

Puudus

Kaastöötajad ja pereliikmed peavad tihti selle ideega harjuma, et kliendid võivad kõikjal vastu tulla.

Nõuanne

Peites mitte turvalistesse väljapääsudesse viivad uksed ja uksenupud, võib olla üheks lahenduseks turvalise ja mõnusa elukeskkonna loomisel. Kui mitteturvaline uks ust ei meenuta, ei teki kliendil tunnet, et sealt läbi saaks. Üks viis seda teha on 'maskeerida' uks raamaturiiuliks. Teine moodus on näiteks värvida uks seinaga sama värvi või katta samasuguse tapeediga või paigutada uksele peegel. Muutes mitteturvalised väljapääsud märkamatuks, hoolitsete selle eest, et ei tekiks

ebamugavustunnet suletud ukse ees. Pane ohtlikud materjalid ja esemed ära turvalisse ja kliendile kättesaamatusse kohta.

Uste puhul, mida ei varjata, näiteks pea sisse- ja väljapääs, on domootika abil võimalik seada nii, et ärajooksmiskalduvustega kliendi puhul, uks automaatselt suletuks jääb. Selle puhul peab see konkreetne klient kandma kaasas tehnikat kas käevõru või kinga sees oleva kiibi näol. Vaata edasi 'Liikumisvõrud' alt.

Teine võimalus tehnoloogia rakendamiseks on eelkõige väga väikeste gruppide ümbruses kooselavate klientide puhul, kus kliendi asukohta saab tuvastada, kui ta on oma asukohast lahkunud. Ka sellisel juhul peab klient kandma tehnoloogiat püksirihmal asuva karbikese või käekella kujul. Vaata edasi 'GPS'.

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

Peagi selgub, et ta magab rahulikult edasi

Ida Scheringa

‘Kas te panete mu jälle kinni?’

Kui laiapõhjalisel arutelul küsiti, miks Ida Scheringa on voodis Bratexband sidemeis ja miks tal ratastoolis töölaud ees on, siis ei teadnud tegelikult keegi vastust. Pärast mõningast mõtlemis- ja selgitustööd selgus, et põhjus näis olevat kukkumises, mille järel ta oma käe murdis. Koheselt otsustas meeskond vahendeid hakata leevendama. Esimene samm on sidemete ärajätmine voodis. Mõned töötajad kardavad kukkumiste pärast, kuid Ida andis regulaarselt mõista, et ta sidet ebameeldivaks peab. „Kas te panete mu jälle kinni?“ küsis ta siis. Peagi selgus, et ta magas rahulikult edasi. Järgmine samm oli töölaud. Ida oli viimase poolteise aasta jooksul vähe liikunud, nii et ta pidi igapäevaselt harjutama. Ruttu läks liikumine paremaks. Ratastooli kasutatakse nüüd vaid pikkade vahemaade puhul ja töölaud on kadunud. Ida läheb iseseisvalt tualetti, riietab end ise ja võtab riidest lahti, aitab kaasa nõudepesul ja laua katmisel!

Kukkumisoht on endiselt olemas'

Gerdi Schoenmakers

Piisav järelevalve infrapuna sensoriga

Gerdi Schoenmakers jalutab mõnikord nii palju, et personal on ärakurnatud. Tal on Alzheimer ja ta elab juba kaks aastat hooldekodus. Kuna tal on olnud insult ja puusaoperatsioon, siis ta kõnnib suhteliselt ebakindlalt. Peale operatsiooni tahtis Gerdi kiiresti uuesti liikuma hakata. See ei tule kõne allagi, leidsid hooldajad. Ta kõnnib nüüd isegi halvemini kui enne kukkumist. Enne kui asutus kasutas sidemeid, fikseeriti Gerdi Schoenmakers sidemetega voodi ja tooli külge. Nüüd valisid töötajad teise lähenemise. Tema tuba tehti takistustest vabaks. Selleks, et stiimuleid vähendada viibis Gerdi rohkem oma toas. Sinna paigaldati infrapuna sensor, mis esimestel nädalatel tihti tööle hakkas. See nõudis personalilt vajalikku pühendumist. Aga peale paari nädalat oli Gerdi kõnnak (tänu füsioteraapiale ja harjutustele) kõvasti paranenud. Kukkumisoht oli endiselt olemas, aga see ei kaalunud üles tema heaolutunnet.

Liikumisring

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Kõndimisrajad, jalutusring, turvaline ekslemismarsruut

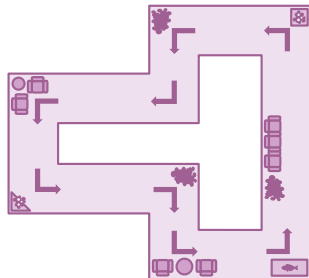
Kirjeldus

Pikad koridorid või tunnelisüsteemid tervishoiuasutustes tekitavad klientidel raskusi orienteerumise ja rahuleidmisega. Pikkades koridorides võib näiteks kahte või rohkemaid värve kasutada, et pikkust kaotada ja orientatsiooni toetada. Oluline on muuta turvalised jalutusalaad visuaalselt äratuntavaks. Lõpus võib kasutada 'stopp' ja 'kõnni' – märke. Jalutusrajad peavad huvi stimuleerima, soodustama suhtlemist, istekohad on selleks, et puhata. Andes jalutuskoridoridele (usaldusväärsed) tänavate nimed, toetab see orientatsiooni.

Tegevused koridori lõpus või näiteks istekohad pooltel teel kutsuvad inimesi monotoonset kõndimismustrit murdma.

Hea liikumisring on piisavalt suur ja tal on avatud ühendus aiaga nii, et klient võib vabalt sisse ja välja jalutada. Samuti võib avatud ühendus näiteks restorani või mõne teise osakonnaga liikumisringi paremaks muuta.

VPM
hinne 0



Nõuanne

Liigse mööbliga ja segamini koridoris on raskem turvaliselt liikuda. Samuti ei tohiks ratastega mööbel asetseda jalutusrajal. Neid võidakse toena kasutada.

Muuhulgas kasutatav: **alati, rahutus, jalutamistung**

Kogemuskoridor

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Koridoritunnel, nurgakesed, istumisnurgad

Kirjeldus

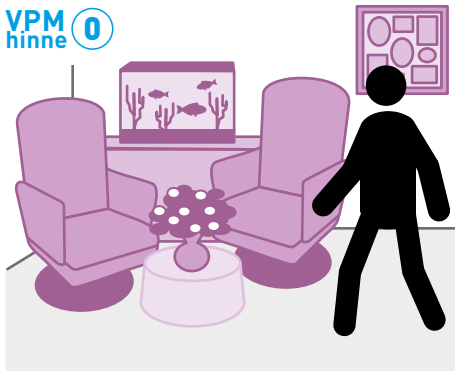
Paljud tervishoiuasutuste kliendid püsivad koridorides. Tihti joostes 'hing paelaga kaelas', otsides, raskustes mõjutada või aktiveerida erinevaid tegevusi. On oluline pöörata tähelepanu koridoride dekoreerimisele ja möbleerimisele. Seda lisaruumi võib suurepäraselt kasutada elanike elukeskkonna laiendamiseks.

Huvitavad istumisvõimalustega nurgakesed mõjutavad kliente aeg-ajalt istuma ja puhkamismomenti nautima. Selleks on palju võimalusi, näiteks: Akvaarium kaladega või muuseuminurk vana aja asjadega, rongiiste koos ilusa maastiku plakadiga, järgi tehtud tükike metsa koos heli ja pingiga, interaktiivne kunst, linnupuur, 'kino', beebinurk.

Eelis

Vähem rahutust.

VPM
hinne 0



Nõuanne

Regulaarselt õnnestub hooldeasutustel kogemuskoridoride jaoks eelarveväliselt finantseerimist leida. Näiteks üldine annetuskampaania, kampaania pere ja 'sõprade' vahel või toetust küsida.

Muuhulgas kasutatav: **alati, rahutus, jalutamistung, kukkumisoht**

Ta võib nüüd käia ja seista seal kus ta tahab

Leo van der Bosch

Aeg-ajalt võib kukkuda

Leo van der Bosch on 72 aastat vana ja tal on dementsus. Ta ärritub ruttu ja ta ei suuda selgeks teha, mis ta tahab. Ta soovib pidevalt jalutada, kuni ärakurnamiseni. Seetõttu istub ta turvavööga vaarumistoolis. Sellega ei ole Leo üldse päri. Ta annab sellest märku vahel äkki agressiivseks muutudes. Olukord on tema ja personali jaoks turvalisemaks muutunud, kuid on selge et ta tunneb end õnnetult. Esimene samm vähendamisel on vaadata, mis juhtub kui turvavöö lahti teha. Leo tõuseb siis koheselt püsti. See tekitab mõnikord ohtlikke olukordi, aga näitab ka selgelt, et ta saab siiski endiselt hästi kõndida. Leo saab tavalise tooli, millelt ta saab kergelt püsti tõusta. Vahel langeb ta küll põlvili, kuid siia maani ilma end vigastamata. Ta võib nüüd käia ja seista seal, kus ta tahab ning rahutus ja ärritumine on seeläbi tunduvalt vähenenud.

Orientiirvalgustus

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Signaalvalgustus, marker

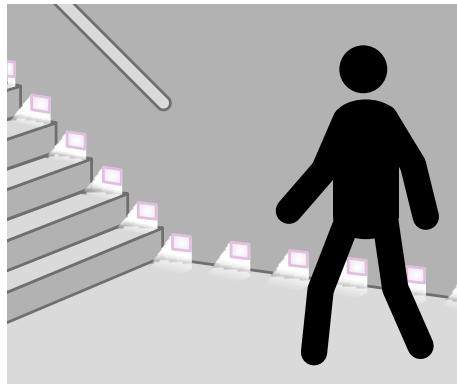
Kirjeldus

Tavalises kontekstis kasutame me valgustust selleks, et nähtavust ruumis parandada. Aga seda võib kasutada ka asjade rõhutamiseks. Näiteks siis kui tualeti kõrval asub panipaik. Eraldi tualeti ust valgustades ja teist ust mitte, valivad inimesed enemini õige ukse ega eksi ära. Teised rakendused on valgustades kõndimisradu ja trepiastmeid. Kui klient seeläbi ise paremini tee leiab, ei ole vaja rakendada nii palju vabadust piiravaid meetmeid.

Turul on saadaval spetsiaalsed valgustuselemendid orientiirvalgustuseks nagu lambid, mida saab seinale paigaldada ja pörandat ekstra valgustada. Aga see õnnestub ka tavaliste valgusallikatega.

Pane tähele

Kuigi leidub palju valmistooteid orientiirvalgustuseks, siis tihti on raskusi sobiva leidmiseks just sinule spetsiifilise situatsiooni jaoks. See alternatiiv



VPM 0
hinne

nõuab leidlikkust. Küsi seetõttu abi näiteks ergoterapeudilt, käitumisspetsialistilt või tehniliselt ametilt.

Muuhulgas kasutatav: **alati, ekslemine**

Liikumisvõrud

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Ekslemise-tuvastamine, kiibiga käepael

Kirjeldus

Kiibi abil võivad ukсед mõnede klientide puhul suletuks jääda ja teiste puhul avaneda. Klientide puhul, kes tõesti ei tohi osakonnast (selle osast) või ühiseluruumidest väljuda, saadetakse häire kui nad strateegilisele uksele lähenevad. Seda ust võib seejärel näiteks just selle konkreetse kliendi jaoks lukustada. Kliendid, kes aga võivad sellest uksest läbi käia, saavad rohkem liikumisvabadust. Tavaliselt kasutatakse seda, et vältida ärajooksmiskalduvustega klientide märkamatu hooldeasutusest lahkumist.

Ekslemise-tuvastamise süsteem koosneb kiibiga käevõrust pluss patareid piisavaks ühendusraadiuseks pluss saatmise-vastuvõtmise post strateegiliste uste kõrvale. Teine alternatiiv on ilma patareideta kiip kinga sisse koos strateegilise ukse ees oleva tuvastamisnõoriga põranda (katte) all.



VPM hinne 3

Klientide jaoks, kelle puhul seda rakendatakse ja uks lukus püsib, on tegemist tugevalt vabadust piirava meetmega.

Sellisel ilma patareideta kiibil on lühike ühendusraadius, kuid jalutades üle tuvastamisnööriga põranda (katte), on see vahemaa piisav, et kiibi signaal vastu võtta.

Liikumisvõrud kujutavad alternatiivi suletud osakonnale.

Eelis

Ekslemise-tuvastamine võimaldab rohkem valikuliselt tegeleda osakonna või ühiselamu suletusega. Mitte kõik kliendid ei pea kinniste uste taga viibima.

Puudused

Kiibi paigaldamiseks kinga sisse tuleb lasta kliendi kingad ümber teha. Seejärel ei ole kindel, et klient just alati need kingad jalga paneb.

Nõuanne

Väga väikeste gruppidenä ümbruses kooselavate klientide puhul on alternatiivina võimalik rakendada asukohatuvastamise tehnoloogiat eraldi ärajooks-miskalduvustega klientide puhul. Sellisel juhul peab klient kandma tehnoloogiat näiteks püksirih-mal asuva karbikese või käekella kujul. Vaata edasi 'GPS'.

Muuhulgas kasutatav: **rahusus, ekslemine**

Trepi kohandused

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Topelt trepitoed, antislip (libisemisvastased) materjalid, vaheastmed

Kirjeldus

Trepist käimine on tervislik füüsiline pingutus. On olemas mitmeid võimalusi kuidas trepist käimist turvalisemaks muuta kerge kehalise puudega klientide jaoks. Need kohandused võivad olla alternatiiviks trepile juurdepääsu piiramisele, näiteks trepivõre paigaldamisele. Kui kliendid võivad ja suudavad vabalt erinevate korruste vahel liikuda, on neil rohkem liikumisvabadust.

Kui elamu seda võimaldab, võib valida teise trepitoe paigaldamise kasuks, trepil on siis mõlemal pool käetugi.

Eelkõige puidust trepid võivad olla libedad. Selleks, et vältida klientide libastumist, võib astmed katta libisemisvastase materjaliga. On olemas mitut sorti libisemisvastaseid materjale, näiteks antislip spray (pihusti) ja isekleepuvad antislip ribad.

Klientide jaoks, kellel on raskusi trepiastmete kõrgusega, võivad vaheastmed sobivaks lahenduseks olla.

VPM hinne 0

Klienti ei piirata trepi kohandustega



Vaheastmed võib asetada olemasolevatele astmetele, sõltuvalt eelistusest kas vasakule või paremale poole olevatest astmetest. Vaheastmed võimaldavad astuda vahesammu kahe trepiastme vahel, kliendil tuleb vaid pool kõrgusevahest ületada.

Eelised

Pealepandavad trepikohandused on odavamad ja lihtsamini paigaldatavad kui trepitõstuk.

Puudused

Pealepandavad trepikohandused ei hoia ära kukkumist, ainult piiravad seda.

Tooltõstuk

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Trepilift, Elamu kohandused

Kirjeldus

Tooltõstuki abil saab klient turvaliselt ja vähese pingutusega liikuda elamu või hooldeasutuse erinevate korruste vahel. Kui trepist kõndimine ei ole (enam) kliendi jaoks võimalik ja kui on kukkumisoht, siis võib olla tooltõstuki paigaldamine lahenduseks. Kui kliendid võivad vabalt ja ohutult erinevate korruste vahel liikuda, on neil rohkem liikumisvabadust. Tooltõstuk koosneb profiilrööbastest ja toolist või platvormist. Rööpad tuleb kinnitada kandvale seinale. Tool või platvorm liigub elektriliselt üles ja alla. Enim kasutatav tooltõstuk on tavaliselt toolivariandiga, ja istumisosas tihti kokkupandav. Et vältida kliendi toolilt kukkumist, on need tihti varustatud käetugede ja turvavööga. (elektrilist) ratstooli kasutavate klientide jaoks võib kasutada platvormtõstukit. Ratastoolile tuleb alati pidur peale panna.

VPM hinne ①

Tooltõstuk võtab palju ruumi ja võib olla piiranguks teistele majakaaslastele, kes soovivad treppi kasutada.



Eelised

Tooltõstukit saavad erinevad kliendid kasutada.

Puudused

Tooltõstuk võtab palju ruumi ja seda ei ole võimalik igale poole paigutada.

Pool-uks

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Talliuks, kaheosaline uks

Kirjeldus

Ukse abil saab hoonele, elamule või ruumile juurdepääsu laiendada või piirata. Pool-uks on uks mida saab kahes osas avada; ülemist ust saab alumisest eraldi avada. Mõlemad osad on suletavad. Pool-ust saab kasutada nii välis- kui siseuksena.

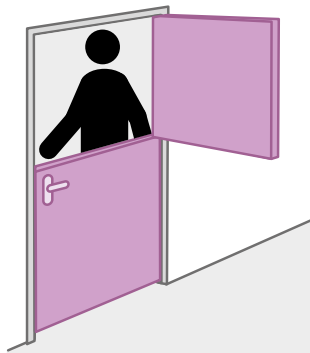
Eelised

Avades ainult ülemise ukseosa, on võimalik läbi ukseava vaadata ja suhelda, see võib tekitada vähem piiratud tunde.

Sellekõrval on sellisel viisil võimalik oma isiklikul toal silma peal hoida, ilma et klient oleks sunnitud elutoas istuma.

Puudused

Kui ülemine uksepool on avatud võivad ümberviibijad ennast selle vastu ärälüüa. Samuti võivad sõrmed uksepoole sulgemisel selle vahele jääda.



VPM hinne 0

Kui pool uksest on suletud, on endiselt tegemist liikumisvabaduse piiramisega.

Teadmiseks

Turvalisuse huvides ei ole võimalik alumist uksepoolt ülemisest eraldi avada.

Vabadus Õues

Avatud uksed

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Lahtised uksed, alati juurdepääs aiale, vabadus sisse ja välja jalutada

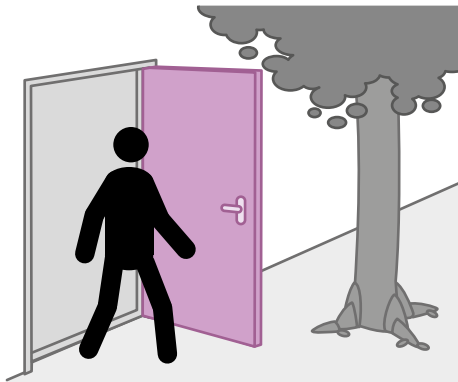
Kirjeldus

Kliendil on vabadus õue minna. Mis juhtub kui esiuks, tagauks ja aiauks lukust lahti on? Järele proovida ja jälgida võib olla üks idee.

Aed, kuhu klient saab ise minna, millal soovib, pakub kliendile juba palju vabadust. Tähtis on aia puhul ligipääsetavus, turvalisus ja tunnetuslik kogemus. Mida suurem liikumisruum kliendil on, seda parem. Püüa hekk või uks võimalikult kaugele kliendi teadvusest paigutada. Suletud aed, millele on vaba juurdepääs, on juba samm edasi. Aga vaata üle ka hoone sisse-ja väljapääsetavus. Kas klient saab vabalt sisse ja välja jalutada?

Puudused

Kliendid võivad ära kaduda, aga näiteks GPS-kiibiga võib sellele lahenduse leida. Klientidele, kes on võimelised veel helistama, pakub lahendust telefon.



VPM 0
hinne

Muuhulgas kasutatav: **alati, rahutus, jalutamistung**

See toimib hästi juba esimesest päevast

Guntur Yilmaz

Kinnisidumata, lisajärelvalvega

Guntur Yilmaz elab juba 58 aastat ühes asutuses. Ta on 65 aastane ja tõsise vaimse puudega. Nii kui ta õue võib minna, ronib ta üle aia ja kõnnib minema. Selle ennetamiseks on tal aias alati rihm ümber puusa. Gunturil on sellega rahul, ta on sellega täiesti harjunud. Siiski soovib asutus vaadata, kas saaks ka teisiti. Laiapõhjaline tiim (arst, juhendajad, pedagoog, juhtkond ja füsioterapeut) analüüsivad olukorda ja leiavad, et riskid on vastuvõetavad ka seetõttu, et ronimine tema elueas muutub aina raskemaks. Risk seisneb nüüd eelkõige rohu ja liiva söömisel. Rihm kaob ja aias on lisa järelvalve. See toimib hästi juba esimesest päevast. Guntur tunneb suurt mõnu oma vabadusest ja tunneb ennast veel paremini. Ta saab vabadusega hakkama paremini kui keegi seda oleks arvanud.

Sensoorne aed

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Tunnetuslikule kogemusele suunatud aed, terapeutiline aed, taju-aed, alzheimeri aed

Kirjeldus

On imeline tunda taimedest mõnu, neid nuusutada või isegi süüa. Sensoorne aed on aed, mis on kohandatud vastavalt klientide omadustele, tunnetele, võimalustele ja piirangutele. Lastes aial olla turvaline koht, mis on atraktiivne, vabalt ligipääsetav ja kliendiga seotud, käib ka klient tihedamini väljas. Selleks et rahu leida, et endasse süüvida, et olla teistega sotsiaalses kontaktis. Võib-olla on seal kliente, kes saavad ise aiaga tegeleda. Kliendid, kes varasemalt aiandusega on tegelenud, võivad rohkem elurõõmu ja rahu leida, kui nad taas vana hobiga tegeleda saavad.



VPM
hinne 0

Üks hea aed:

- On vabalt ligipääsetav.
- On selgete suunaviitadega, nii et igaüks aia kergeti üles leiaks.
- On avatud kohtadega, kus saab pikniku pidada.
- Hoolitseb selle eest, et kliendid saaksid aiandusega tegeleda.
- Pakub piisavalt varju ja kaitset tuule eest.
- On ratastooliradade ja käsipuudega, millest klient saab kinni hoida.
- On värvitud radadega, et toetada orienteerumist.
- On kõrgete aiapeenardega.
- On ilma mürgiste taimedeta.

Kaastöötajad ja vabatahtlikud saavad külastada aeda koos klientidega. Hinda regulaarselt, kas aiad vastavad endiselt ootustele.

Tsitaat

„Hästi kujundatud aed meie klientidele, on hea aed igaühele.”

Muuhulgas kasutatakse: **alati, rahutus, jalutamistung**

Biomeetrika

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Biomeetriline järelvalve, sõrmejäljetuvastus, sõrme-skannerring, läbipääsu-korraldamislahendused

Kirjeldus

Sõrmejälje vahendi abil võivad kliendid oma koju ja kodust välja käia. Aparatuur identifitseerib süsteemi kasutaja ja annab või keelab koheselt läbipääsu. On võimalik lasta kliente teatud ajavahemikel vabalt sisse ja välja käia.

Puudused

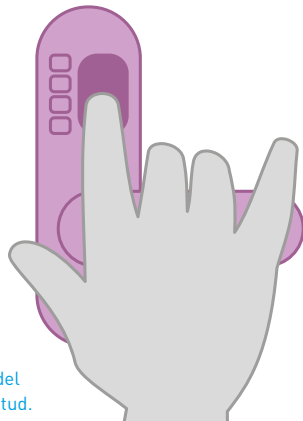
Kliendid võivad ära kaduda, aga näiteks GPS-kiibiga võib sellele lahenduse leida. Ja klientidele, kes on võimelised veel helistama, pakub lahendust telefon.

Muuhulgas kasutatav: **alati, rahutus, jalutamistung**



VPM
hinne 2

Seadistatud aegadel
on uks ikkagi suletud.



GPS

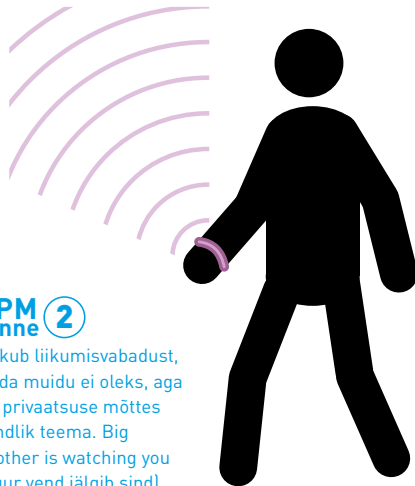
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Kiip kinga sees, kiip riietuses, GPS-valve, GPS-ga alarmkell, GPS seade , ekslemisvalve

Kirjeldus

Klient kannab Globaalse Positsioneerimise Süsteemiga (GPS) seadet, pluss patareid kohandatuna käekellale, rihmale jne. Läbi GPS-võrgu saadetakse asukoha teave turvalisse andmekeskusesse või otse töötajate või hooldajate käsiarvutisse. Seejärel lokaliseeritakse läbi interneti GPS-saatja ja tehakse see nähtavaks elektroonilised kaardil. Kliente võib kiiresti lokaliseerida või jälgida.

Käekella kujul toote juurde kuulub ka käsiarvuti. Peale otsitava asukohaga kaardipildil, on kaardipildil ka käsiarvuti asukoht (=otsija asukoht) pluss nool selles suunas kust otsida.



VPM hinne 2

Pakub liikumisvabadust, mida muidu ei oleks, aga on privaatsuse mõttes tundlik teema. Big brother is watching you (suur vend jälgib sind).

Eelised

Klient saab rohkem liikumisruumi juurde.

Puudused

Igapäevasel kasutamisel tuleb iga õhtu seda käekella või vööle GPS seade laadida. Käekell tuleb korralikult kinnitada. GPS lokaliseerimine töötab vaid väljas, mitte siis kui keegi kaubanduskeskusesse siseneb. Ainult tootel, mis on käekella kujul, on lokaliseerimine läbi GSM-võrgu. See annab üksnes aadressi, mis ei ole küll väga täpne, aga vähemalt otsija teab, et ekslev inimene ei ole rongi peale läinud.

Nõuanded

Enne ja peale iga kasutamist kontrollige, kas GPS-valve on sisse lülitatud ja reaktsioon adekvaatne. Kasutage nimekirja, et neid kontrolle teostada.

GPS-kiipi võib ka sees rakendada, nii et klient saaks kasutada maksimaalset kõndimisringi ulatust (samuti teistes osakondades, restoranis, aias).

Muuhulgas kasutatav: **alati, rahutus, jalutamistung**

Päevahoid ja tegevused



104



105



106



108



110



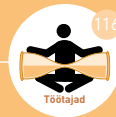
112



114



115



116

Töötajad



118

Kliendid



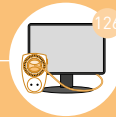
120



122



124



126

Üldised nõuanded päevahoiuks ja tegevusteks

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Päevahoid, Tegevused, Tegevusprogramm, (vabatahtlik) töö, päevaplaan, mälu-tugi

Kirjeldus

Kliendid leiavad, et päevased tegevused (töö, mittemakstav töö, vabatahtlik töö või 'tegevus') on väga olulised. See annab elule struktuuri, aitab kaasa sotsiaalsetele kontaktidele ja annab tunde, et nad aitavad kaasa ühiskonnas.

Igapäevaste tegevuste kohandamine ja tegevusprogramm võivad teha imesid klientide psühholoogilise seisundiga ning vabadustpiiravate meetmete vähendamisel. Uurige klientide vajadust päevategevusprogrammile. Jälgi, palju energiat kliendil on, kui paljude stiimulitega ta hakkama saab ning millised tegevused tunduvad meeldivana.

Kui klient on ülekoormatud, võib tekkida rahutus. Aga ka vähesel koormatusel on sama efekt. Liiga

vähe stiimuleid tekitab igavuse, liiga palju stiimuleid tekitab stressi. Paraja koguse stiimulite puhul tunneb klient end hästi.

Päevahoiu tegevustel on palju vorme, gruppides või individuaalselt, töötamine loovate või rahustavate tegevustega. Mitte kõik ei sobi igaühele.

Sõltumata kõigile võimaldatavast 'kõndimis-tegevusest' on päevaste tegevuste juures väga oluline kliendile kohandatud ja suunatud tegevused. Kas päevahoid pöörab piisavalt tähelepanu kliendi tasemele ja oskustele, tema tulevikuplaanidele ja huvidele? Hea programm arvestab kliendi soovidega ning tegevusi pakutakse ja juhendatakse ajal, mil on selleks nõudlus nagu õhtutundidel või nädalavahetustel, mitte ainult 'kontori tööajal'.



Selles peatükis järgnevad mitmed tegevused, mis on eelkõige suunatud rahutuse vähendamisele. Need on vaid näited, tegelikkuses on kindlasti olemas veel palju teisi tegevusi, millele mõelda.

Struktuur

Kliendid, kellel ei ole osa oma päeva koostamises, võivad rahutuks muutuda. Igal kliendil omad isiklikud eelistused, näiteks päeva- ja öörežiim. Kokku leppides kliendiga näiteks raviaegades, saab arvestada tema soovide ja eelistustega. Sellega saab ära hoida, et raviaeg võitluseks kujuneb. Rääkides kliendiga päeva jaotuse osas läbi, saab sundust ja survet vältida. See on mõlemale poolele ebameeldiv kogemus ning on kliendi vabaduse piiramine. Ravi ja hooldamise valikuvabadus sobib kogemustele suunatud hooldusravi juurde, see on hooldusravi kus klient kui isikus kõige keskmes asub.

Siinkohal arvestatakse ravialuse kogemustliku tunnetust oma olukorra suhtes, võimalusi ja piiranguid.

Kokkuleppimine päevajaotuse (aja) kavas klientidega, kellel on probleeme ajas orienteerumisega, nõuab lisatähelepanu. Koostades kliendiga koos päevaplaani, võivad selge tekst, sümbolid või pildid väga kasuks tulla. On saadaval erinevaid abivahendeid, mis aitavad pakkuda struktuuri päeva plaanimise puhul.

Selles peatükis järgnevad erinevad tegevused ja abivahendid, mis on eelkõige suunatud rahutuse vähendamisele. Need on kõigest mõned näited, on olemas palju teisi tegevusi ja abivahendeid millele võib mõelda.

Nõuannes

Omavalitsustes on tihti tegevusprogrammid olemas. Võib-olla leiab klient sellisel teel toreda, väljakutsuva või ühiskonnaga seotud päevase tegevuse väljaspool hooldusasutust.

Vabatahtlikel võib olla suur roll kliendile suunatud tegevusprogrammi organiseerimises, mis nii tegevuselt kui ajaliselt vähem töötajate ülesannetega sobib.

Piisavalt rahu on sama oluline, kui piisavalt tegevust. Häälesta puhkemomendid vastavalt kliendi hetkelisele meeleseisundile. Vii klient voodisse kui ta on väsinud. Vahel istub klient terve päev rihmaga ratastoolis seetõttu, et teda ähvardab kokkukukkumine. Õigeaegse vahelduva istumise ja voodis puhkamisega, ei ole rihma toolil võib-olla enam vaja.

Muuhulgas kasutatav: **alati, kukkumisoht, rahutus**

Proua Crock on nüüd rahulik

Thea Crock

Proua Crock on 70 aastat vana ja dementne. Ta on väga energiline, kõnnib praktiliselt kogu päeva ringi, kuid tal on vähe kannatust tegevustes osaleda. Mootorilise rahutuse tõttu sööb ta halvasti ja on üleväsinud. Seetõttu otsustati päeval töölauaga tooli kasutada ja voodis rahutus sidemeid. Läbi nende meetmete vähendati väsimust ja kukkumisohtu ning proua Crock sai rahulikult süüa. Perekond tegelikult leidis selle ohutu mõtte olevat, et proua enam kukkuda ei saa ja aega võttis rahulikult söömiseks ning ei näinud just otsest vajadust meetmete vähendamiseks.

Multidistsiplinaarne meeskond vaatles järgnevalt mõningaid alternatiive: pall-tekk, pallidega lõõgastustool ja liikumisandur. Seejuures hakkas ta juhendaja abil sööma ning talle pakuti tegevusi mõttekaks päeva veetmiseks. Rahutus sidet enam ei kasutada ja töölauaga tooli vaid hetkedel kui proua Crock sööb. Nüüd on ta rahulik ja tagasilööke ei ole enam õnneks olnud.

Muusika

Kirjeldus

Muusika võib mõjutada kliente mitmel viisil. Muusika võib lõõgastavat atmosfääri pakkuda, tuua tagasi mälestusi, pakkuda turvalisust ja soodustada suhtlemist. Muusika on sobiv nii grupitegevusteks kui individuaalseteks tegevusteks. Mõtle sellele: laulmine, muusika kuulamine, muusikainstrumentidega mängimine ja liikumine muusika saatel.

Kas kliendil on midagi muusikaga pistmist? Kas ta oskab ise muusikat teha? Millist muusikat ta meeleldi kuulab? Juhindu muusikalistes tegevustes kliendi eelistustest.

Eelis

Lõõgastumine viib vähemate ärritumiseni ja vähemate vabadust piiravate meetmeteni.

Puudus

Maitsed on erinevad. Paljudele inimestele meeldib vaikus, teistele meeldib ise laulda, paljudele teistele kuulata. Ärge suruge kliendile teise eelistusi peale, see tekitab just rohkem ärritumist ja rahutust



Nõuanne

Squese on kapuutsiga pusa, millega klient saab end rahustada ja stressi vähendada, tekitades 'tugevat survet' oma ülakehale. Kraesse on kohandatud kõrvaklapid, mis kõrge sagedusega helisid summutavad. Kui klient oma käsi pigistab, laseb sisseehitatud mp3 mängija kuuldavale rahustavat või lemmikmuusikat. Squese võib olla lahendus inimestele, kellel on autismi spektri häired või inimestele, kes end ise vigastavad.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus, enesevigastamine**

Klounid

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Kliinikuklounid, klounaad

Kirjeldus

Klounid võivad saavutada klientidega kontakti, mida teised tihti enam ei suuda saavutada. Nad töötavad improvisatsioonile tuginedes, alati keskendunud kontaktile ja klientidega suhtlemisele. Ei mingeid 'üles astumisi', vaid 'ootamatud külastused'. Klient on peategelane.

Kloun häälestab end kliendi tajule, võtab vastu kliendi signaale ja reaktsioone ning võtab neid tõsiselt.

Sõltuvalt olukorrast, luuakse kontakt näiteks läbi vestluse, puudutuste, nuku või laulu kaudu. Sellisel viisil pakuvad klounid kliendile hetke täis armastavat tähelepanu ja meeldiva tunnet. Selline lõbus, õnnelik ja lõõgastav tunne jääb püsima.

Eelis

Klounid tekitavad turvalise keskkonna, kus kõik on võimalik. See tekitab klientides uudishimu ja

VPM
hinne 0



niimoodi tuleb klient korra tagasi siia, praegusse hetke, mil kontakt on veel võimalik.

Nõuanne

Alati ei ole vajalik päris klouni rentida. Eraldi koolitatud tegevusjuhid võivad samuti hoiaku, miimika jne abil hoolitseda kontakti ja suhtluse eest.

Muuhulgas kasutatav: **rahus**

Tegevuste ajamõõtja

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

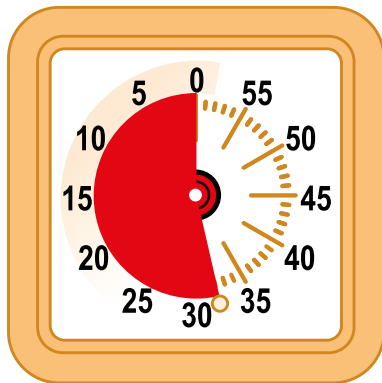
Tegevuskell/aja taimer

Kirjeldus

Tegevuste ajamõõtja on kell, millelt saab näha, kui palju aega saab veel ühele tegevusele kulutada. Seierite asemel (nagu tavalisel kellal) on näha ringi, mis aja kulgemisel nagu sektordiagramm aina väiksemaks muutub. Niimoodi on ühe pilguga näha kui palju aega on möödunud ja kui palju aega veel järel on. Tegevuste ajamõõtja on kasutatav ka inimeste puhul, kel on kella vaatamisega raskusi. See muudab klientide jaoks tähtjaliste tegevuste jälgimise lihtsamaks. Probleemne käitumine vähe-
neb või seda saab ennetada.

Nõuanne

Tegevuste ajamõõtjaid on saadaval erineval kujul ja erinevates mõõtudes : suurest kellast käekellani ja isegi rakendusena tahvelarvutitele või nutitelefonidele.



VPM
hinne 0

Muuhulgas kasutatav: **alati, probleemne käitumine**

Melle on pea tundmatuseni muutunud

Melle Hofstad

Sisuline tegevus pakub rahu

Melle Hofstad on 25 aastane ja tema vaimne suutlikkus vastab 8-aastase omale. Tal on suur liikumissoov ja ta on väga rahutu. Iga kord kui peab voodisse mine, ei taha ta tegelikult minna. Ta ei tööta kaasa ning kraabib ja näpistab juhendajaid. Ta magab sides, kuna muidu tuleb ta pidevalt voodist välja ega saa piisavalt uneaega. Juhendajad hakkasid Mellele rohkem tegevust otsima. Läbi suurema liikumise on ta õhtuti rohkem väsinud ja läheb seetõttu kergemini magama. Juhendajad kuulevad puuetega inimeste koortelalutamise teenusest ja uurivad, kas see võiks sobida. Melle on pea tundmatuseni muutunud. Ta võtab oma tööd täie tõsidusega. Ta tunneb end vastutavana, on palju väljas ja liigub rohkem. Ta tunneb end kasulikuna ning tuleb peale lõunat väsinult, kuid õnnelikuna koju. Ta läheb meelsasti magama, sest ka homme kutsub kohustus!

Looma-paitamise projekt

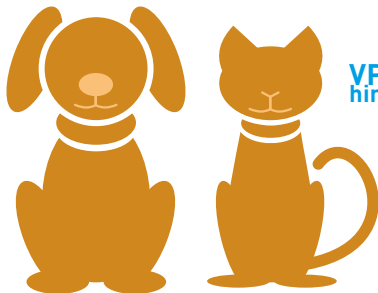
Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Loomade hoiupaik, paitamise projektid, Sihtasutus Lemmikloomad eakatele, loomad hoolduses, koerte paitamise projekt, hoolduslooma projekt (Madalmaades)

Kirjeldus

Paljudes hooldeasutustes ei ole lemmikloomad lubatud. Järgides USA ja Inglismaa eeskju, on ka Madalmaades käivitatud looma-paitamise projekt. Antud näites külastavad laste-loomaaia vabatahtlikud või näiteks töötajad koos loomaga(-dega) hooldusasutusi. Kliendid võivad loomi kallistada, neid paitada või sülle võtta.

Erinevad teaduslikud uuringud on tõestanud - lemmikloomadel on positiivne mõju inimeste elukvaliteedile. Kõige hinnatumad on koerad ja kassid. Inimesed armastavad loomi ja sageli armastavad loomad ka inimesi. Neid hoolduses rakendades ilmneb, et neil võib olla isegi tervendav mõju.



Eelis

Loomade kallistamisel ja paitamisel on kasulik mõju klientidele: nad muutuvad rahulikumaks, ja elavad edasi nagu oleks loom nende ligidal. Nii väheneb rahutus ja probleemne käitumine.

Puudus

Loomad jäävad loomadeks ja kliendid on haavata-
vad ning see, kes elusate loomadega tegeleda
tahab, peab hästi teadma, millest alustada. Mõelge
loomade käitumisele ja võimele seda ette näha,
asutuse sisestele hügieenireeglitele või heaolule-
kõigele sellega seonduvale, nii loomadele kui ka
inimestele.

Pealegi ei ole kõik lemmikloomad, lemmiklooma
omanikud või kliendid sobivad taolisteks tegevus-
teks, olgu kavatsused kui head tahes. Tegevused
loomadega on loomulikult alati tervitatavad, kuid
alati tuleb olla ettevaatlik.

Pane tähele

Paitamiskoerad peavad vastama erinevatele kri-
teeriumitele. Nad peavad olema terved ja puhtad,
ei tohi välja näidata dominantset käitumist ning
neil peab olema rahulik ja stabiilne iseloom. Peale
selle peab neile meeldima, et neid võõraste poolt
paitatakse ja sülle võetakse.

Nõuannes

- Kliendid peavad tihti oma lemmiklooma ära and-
ma kui nad hooldeasutusse elama asuvad.
- See toob kaasa palju kurvastust. Läbi looma-
de-paitamise projekti meenub neile oma
- koduloom.
- Võib-olla on see siiski lubatud, et kliendil akvaa-
rium toas on. See võib olla väga rahustav.
- Näiteks terapeutiline robot-hüljes Paro (robotzee-
hond Paro) on hea alternatiiv, kui päris loomad
mingil põhjusel soovitud ei ole.

Muuhulgas kasutatakse: **rahutus, kurvastus, üksil-
dustunne**

Rohkem liikumist

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Liikumistegevused, igapäevane jalutamine, majapidamistööd, Liikumis- ja lõõgastusseadmed, väljas vormi, (väli) fitness, harjutusaed, harjutusprogramm, treeningprogramm

Kirjeldus

Liikumine on hea nii kehale kui hingele. Läbi rohkema liikumise väheneb rahutus ja kukkumisoht. Rohkem liikumist on võimalik saavutada luues rohkem võimalusi harjutuste tegemiseks. Koridorides või ooteruumides plakatid harjutustega, kodutreenner, poksipall, organiseerides nii individuaalseid kui gruppidegevusi ning otsides võimalusi värskes õhus liikumiseks.

Valides teatud liikumistegevusi, on oluline, et need klientidele meeldiksid. Mõelge spordi- ja mängutegevustele nagu ujumine, tantsimine või võimlemine, lõpuks ka muusikale. Igapäevane jalutamine ja kui võimalused lubavad, rattamatk, on head viisid värskes õhus liikumiseks. Siinjuures võib osutuda vajalikuks juhendamine või GPS.

VPM
hinne 0



Liikumine võib toimuda ka sellisel kujul, et klientidel lastakse majapidamistöodes kaasa lüüa, airdates söögivalmistamisel ja koristamisel või kaasates kliente poodiminekul?

Paigutades välja erinevaid liikumisseadmeid meelitab see kliente rohkem liikuma, rohkem õue minema ja niimoodi ka sotsiaalseid suhteid suurendama. Seadmeid saab paigutada kõikjale. Sport ja värske õhk on hea kombinatsioon. Ergo- ja füsioterapeutide poolt on arendatud spetsiaalsed treening- ja liikumisprogrammid (individuaalsed ja grupid) erinevatele sihtgruppidele. Kaalu füsio-või ergoterapeudi poolset suunamist.

Eelised

If you don't use it, you loose it (kui sa seda oskust ei kasuta, siis minetad selle). Läbi liikumise, jäävad lihased treenituks ning kliendil on rohkem eneseusku ja rohkem tasakaalu. Seeläbi kahaneb ka kukkumisoht.

Nõuanne

Duo-ratas võib olla üks lahendus kliendile, et rohkem liikuda. Kõige toredam duo-ratta puhul võrreldes tandemrattaga on see, et sa ei istu mitte üksteise taga vaid kõrval. Seeläbi on kliendil parem väljavaade ja otsene kontakt juhendaja või vabatahtlikuga. Duo-rattaid on saadaval mitmete

erinevate spetsiaalsete lisaosadega. Pööratav kaasreisija iste muudab peale/ maha astumise vanematele ja vähem võimekatele suhteliselt kergeks. Ning lisamootori abil võib läbida ka pikki vahemaid.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus, kukkumisoht**

Mälestuste kogumine

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Teema-, mälutreening, teemakarbid, stiimul-kastid, jutuköögid

Kirjeldus

Vanemate inimeste puhul võib mälestuste kogumine rahustavalt mõjuda. Meenutamine on meetod, millega saab tahtlikult ja suunatult mälestusi üles koguda. Läbi jutustuste, fotode, filmifragmentide, dokumentide ja esemete julgustatakse eakaid minevikust rääkima.



VPM
hinne 0

Meenutamist võib kasutada rühmades üksilduse ennetamiseks, aga ka individuaalselt. See on üks meeldiv ja kasulik tegevus, mis pakub kliendile rahu, äratundmist ja eneseusku.

Saadaval on teemakastid, mis on täis meenutusmaterjale. Nii on seal näiteks talukast taluloomadega, kotike lambavilla, heinaga, mille juures on film, muusika ja küsimustik. Või tööriistakast erinevate tuntud ja vähemtuntud tööriistadega, fotomaterjal ja mäng.

Samuti on saadaval stiimul-kastid. Need on kastid (kohalike) toodetega sellisest valdkonnast nagu tunnetamine, haistmine, maitsmine, kuulmine, nägemine ning virtuaalne jalutuskäik läbi oma küla, linna või piirkonna (DVD). See on vahend kogumaks omi mälestusi. See tõstatab spontaanseid arutelusid, inimesed liiguvad kaasa virtuaalse jalutuskäigu tegemisel ning laulavad kaasa äratuntava muusika ja laulude puhul.

Jutuköök on vanas heas stiilis köök, kus tehakse süüa koos (dementsete) klientidega, süüakse ja loetakse ette. See (re-)aktiveerib huvi toiduvalmistamise ja söömise vastu ning parandab kommunikatsiooni.

Puudus

Klientidele, kes end kinnisideena minevikus kinni hoiavad, meenutamine ei sobi. Mõelge siinkohal heietamistele, mis minevikku ülistavad või kinnijäämist traumaatilisse minevikku, mis hirmu, süütunnet jne. esile kutsuvad.

Muuhulgas kasutatav: **rahotus**

Kaisutool

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Vibreeriv tool, stimuleeriv tool, PAS teraapia (füüsilis- akustiline heliteraapia) toolis, kiiktool, Kallistusdiivan

Kirjeldus

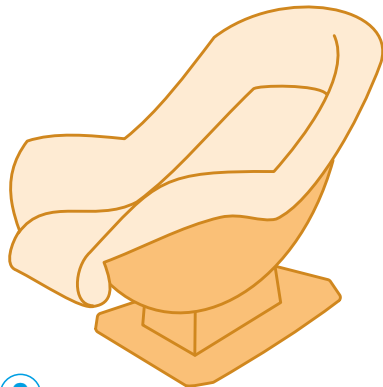
Kaisutoolis saab klient mõnusalt istuda. Iste ümbritseb keha. Enamusel kaisutoolidel on sisseehitatud mõjuefektid, mis on kohandatud vastavalt kliendile. On olemas erinevaid võimalusi, nagu heli-, valgus-, tuule- ja vibreerivad efektid. Need efektid mõjutavad paljusi meeli. Füüsilis-akustilise heliteraapiaga mõjutatakse helivibratsioonidega positiivselt nii keha kui hinge

Eelis

Kaisutool mõjub lõõgastavalt ja rahustavalt ning pakub kliendile suuremat kehalist aistingut. See võib kliendi jaoks tõeline ravi olla.

Teadmiseks

On saadaval ka kaisu-kiiktoolid. Nende kiirus on reguleeritav.



VPM hinne 0

See on mõeldud kui ajutine 'ravi'. Inimesed ei saa iseseisvalt toolist välja tulla, nii et selles mõttes ei paku see vabadust. Kuid kui klient on võimeline ise teada andma (verbaalselt või mitte-verbaalselt), millal talle küllalt on, siis on kõik korras.

Muuhulgas kasutatav: **rahotus**

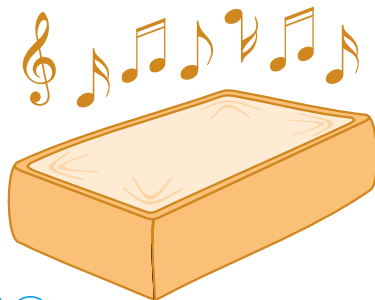
Rahupakkuvad voodid

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Füüsilis-akustilise heliteraapiaga teraapia, muusika-voodi, vesivoodi, muusikaga vibreeriv vesivoodi

Kirjeldus

Füüsilis-akustilise heliteraapiaga mõjutatakse helivibratsioonidega positiivselt nii keha kui hinge. See teraapia ravib kehalisi probleeme, soodustab lõõgastumist ja vähendab stressi. PAS teraapia puhul kasutatakse spetsiaalset tooli või voodit. See tekitab vastastikust toimet heli ja lihastegruppide/organite/ kudede vahel, mille läbi need vibreerima hakkavad. See vibreerimine vaheldub rahuga, mida kogetakse meeldivana. Kliendid jäävad isegi teraapia ajal magama. Teraapia vähendab klientidel rahutust. Muusikavoodi puhul hoolitseb modelleerimisvahuga täidetud madrats kombineerituna vibreeriva alusega optimaalse lõõgastuse eest. Muusikaga vibreeriv vesivoodi on spetsiaalse karkassiga vesivoodi. See on varustatud spetsiaalse kõlarite süsteemiga, mis on kombineeritud vibreeriva muusika võimendiga. Vesi juhib muusika vibratsiooni.



VPM hinne 0

Ei ole vabadust piirav, on mõeldud kui ajutine 'ravi'. Inimesed ei saa iseseisvalt voodist välja tulla, nii et selles mõttes ei paku see vabadust. Kuid kui klient on võimeline ise teada andma (verbaalselt või mitte-verbaalselt), millal talle küllalt on, siis on kõik korras.

Eelis

Muusikavoodi eelis vesimadratsiga voodi ees on see, et teda on kergem ühest kohast teise liigutada.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus, enesevigastamine, agressioon**

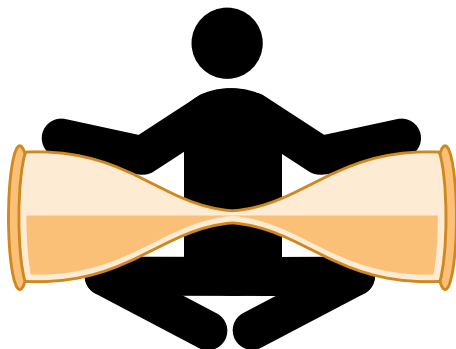
Mindfulness töötajatele

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Teadvustamine, tähelepanelikkus, zen

Kirjeldus

Osavõtlikus (mindfulness) on eluhiak ja mediteerimisvorm, mis on suunatud teadvustamiseks olukorda siin ja praegu. See tähendab näiteks seda, et sa negatiivses olukorras ei mõtle sellele, mis varem on juhtunud või mis juhtub pärast, vaid vaatad kuidas sa praegusel hetkel saad lahendada olukorra nii hästi kui võimalik.



Töötajad

VPM
hinne 0

Üks näide: Su klient peab arstile minema, kuid ei ole koostööaldis. Loogiline mõte on siis: „Nii jääme me varsti hiljaks ja kogu plaan lendab uppi“. Kui sa aga olukorrale osavõtlikult lähened, siis need mõtted sind ei sega. Sa aktsepteerid olukorda ning vaatad kuidas sellega paremini toime tulla.

Antud juhul: püüa klienti rahustada ja küsi mis lahti on. Rahuliku kliendiga on palju kergem plaanitud vastuvõtule jõuda.

Kõige raskem siinkohal on mõelda, et minevikul ja tulevikul pole tähtsust. Eelmise näite puhul võiksid sa näiteks pärast arsti külastust järele mõelda, et mis täpselt valesti läks. Sa võid veelkord kliendiga rääkida. Kui sa oled rahulik, mõistad sa olukorda palju paremini.

Uuringud on näidanud, et tervishoiutöötajad, kes on järginud osavõtlikkuse treeningut, rakendavad palju vähem vabadust piiravaid meetmeid. Nad tunnevad ennast palju kindlamalt ja suudavad olukordi paremini analüüsida. See lihtsustab sobivate lahenduste leidmist.

Pane tähele

Osavõtlikus on lai mõiste ja mitte iga treening ei pruugi sobida töötajate ja klientide igapäevapraktikasse. Kui sa hakkad osavõtlikust rakendama aruta see enne erinevate valdkondade spetsialistidega läbi.

Nõuanne

Osavõtlikkuse treening klientidele võib samuti olla üks hea alternatiiv vabaduse piiramisele. Vaata selleks järgmist lehekülge.

Muuhulgas kasutatav: **alati, agressioon, rahutus, probleemne käitumine**

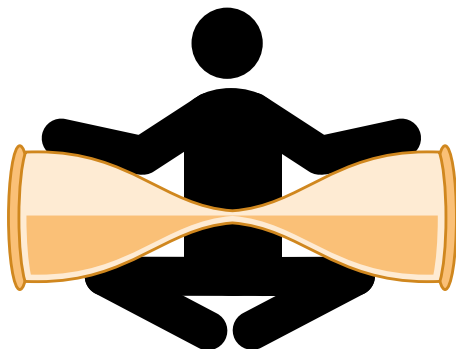
Osavõtlikkus klientidele

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Teadvustamine, tähelepanelikkus, zen

Kirjeldus

Osavõtlikkus on eluhoiak ja mediteerimisvorm, mis on suunatud teadvustamiseks olukorda siin ja praegu. See tähendab näiteks seda, et sa negatiivses olukorras ei mõtle sellele mis varem on juhtunud või mis juhtub pärast, vaid vaatad kuidas sa olukorra nii hästi kui võimalik praegu saad lahendada.



Kliendid

VPM
hinne 0

Teadusuuringutest lähtub, et teatud osavõtlikkuse tehnikad võivad hästi toimida kerge vaimupuudega inimeste puhul. Nad õpivad, kuidas end pinevates olukordades ära tunda ja sellega toime tulla. Seda võib teha näiteks läbi 'jalgadele keskendumise' harjutuse. Pinge puhul, näiteks kui sa vihane oled, ei reageeri sa vihale tegevusega, vaid tegeled iseendaga.

Tunneta, mida viha sinuga teeb ja lase tal oma rada minna. Keskendu vihale. Teatud hetkel viid sa selle keskendumise üle oma jalgadele. Ära mõtle enam vihale, vaid tunneta kus su jalad. Kas sa tunnend oma kingi? Oma sokke? Milline on aluspind? Kas su jalad on soojad või külmad? seeläbi, et sa mil-lelegi täielikult erinevale keskendud, langeb pinge ja vihatunne kaob. Sa tunnend ennast rahulikumana ning saad seeläbi paremini olukorraga toime tulla. Sellel meetodil on erinevad eelised:

- Olukord ei eskaleeru enam, vaid saab juba eos lahendatud. See annab kliendile kindlustunde;
- tal on vähem negatiivseid kogemusi.
- Olukord saab paremal moel lahendatud. Kui sa oled rahunenud, saad sa paremini toimunule
- tagasi vaadata.

Kliendid, kes on seda tehnikat harjutanud ja õppinud, suudavad seda ka kergemini rakendada. Seeläbi väheneb probleemne käitumine ning on vähem vajalik vabadust piiravaid meetmeid rakendada.

Pane tähele:

Osavõtlikus on lai mõiste ja mitte iga treening ei pruugi sobida töötajate ja klientide igapäevapraktikasse. Kui sa hakkad osavõtlikust rakendama, aruta see enne erinevate valdkondade spetsialistidega läbi.

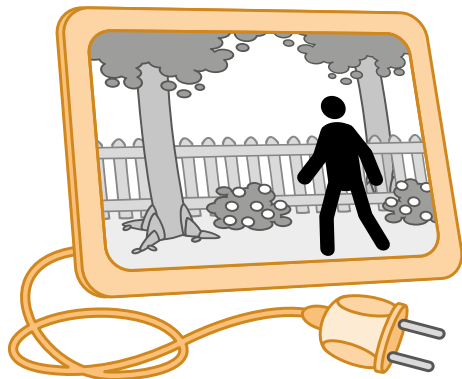
Digitaalne pildiraam

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Pildiraam, tablet, laptop, päevik, märkmik, kalender, kell

Kirjeldus

Digitaalset pildiraami võib kasutada abivahendina klientide puhul, kellel on raskusi ajas orienteerumisega, või kellel on probleeme mäluga. Kliendile tuttavate fotode, piltide, heli- ja videofragmentide näitamine on lõõgastav ja pakub kindlustunnet ja usaldust.



VPM hinne 0

Toetus päevakava juures suurendab kliendi vabadust, sest sellisel moel saab ta kauem iseseisvalt hakkama.

Digitaalne pildiraam on ekraan, millel saab digitaalsete fotosid ja pilte näidata. Tihti on ka võimalik heli ja videofragmente ette mängida.

Kellaaja, kuupäeva, plaani, või nende kombinatsiooni esiletoomine, aitab kliendil oma päeva planeerida ja jaotada. Sellisel moel on võimalik ettenähtud aegadel informatsiooni edastada, näiteks pildiga lõuna kell 12:00. Plaani andmetega täitmist saab teha kliendiga koos, sest nende arvutisse sisestamine eeldab arvutitundmist.

Eelised

Digitaalset pildiraami saab kasutada erinevatel eesmärkidel, näiteks lõõgastumiseks, mälu toetamiseks või aja edastamiseks.

Puudused

Digitaalsetel pildiraamidil on palju seadistamise võimalusi, nende seadistamine võib kliendile keeruline olla.

Nõuanne

Digitaalne pildiraam võib olla (digitaalseks) alternatiiviks eluloo päevikule.

Pildiga käekell

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Käekell, digitaalne pildiraam

Kirjeldus

Pildiga käekell on üheks alternatiiviks klientidele, kes ei oska kella vaadata või kes regulaarselt kohutumisi unustavad. Pildiga käekell võimaldab päeva jaotada ning töötab kui mälutugi. Kliendile ei pea sellisel juhul enam ette ütlema, millal tal kohtumised on, kui see käekellal ette kuvatakse.

Pildiga käekell on ekraaniga käekell kus saab teksti, pilte ja fotosid esile kuvada. Samuti on võimalik käekellal lasta vibreerida ning helifragmente ettemängida.



VPM
hinne **0**

Põhimõtteliselt ei ole piirav, kui just klient käekella kandmist ebaseeldivaks ei pea.

Pildiga käekell töötab digitaalse plaani abil, mida saab arvuti kaudu seadistada. Kord tunnis uuendab kell oma andmeid installeeritud internetiühenduse kaudu. Nendel hetkel kui plaanis ei ole ühtegi kohtumist, edastab kell aega, seda saab teha nii digitaalselt kui analoogselt.

Pildiga käekella saavad kasutada (pea) igas vanuses kliendid. Internetilehele sisselogimise abil saab hooldaja või kasutada päevaplaani uuendada.

Eelised

Pildiga käekella saab kergesti kaasas kanda, seda kantakse randmel.

Pildiga käekell pakub erinevaid võimalusi aja ja kohtumiste edastamiseks, näiteks sõnades, sümbolites või fotode abil.

Pildiga käekella päevaplaani saab koos kliendiga täita, see aitab kliendi ise oma päeva jaotust juhtida.

Plaani on võimalik korduvaid kohtumisi sisestada, näiteks kui õhtusöök on alati kell 18:30.

Puudused

Plaani uuendamine eeldab arvutitundmist ja internetiühenduse olemasolu.

Klientidele võib käekella kandmine äärmiselt eba-meeldivana tunduda.

Rääkiv käekell

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Käekell pimedatele või vaegnägijatele, digitaalne käekell, analoog käekell

Kirjeldus

Kliendid võivad väga rahutuks muutuda kui neil ajast aimu ei ole. Rääkiva kella abil saab vältida kliendi sõltumist teistest, et teada saada mis kell on.

Rääkiv kell on sobiv abivahend klientidele kes ei näe või kes vähem hästi näevad; seda saab nii kuulmise kui kobamise kaudu kasutada. Tunnifunktsiooni seadistamine võib olla kasulik klientidele, kellel on raskusi ajas orienteerumisega.



VPM hinne 0

Põhimõtteliselt ei ole piirav, kui just klient käekella kandmist ebameeldivaks ei pea.

Rääkiv käekell on käekell, mis võimaldab aega ette öelda. Rääkivad käekellad on saadaval nii plastikust kui metallist koos nahast, riidest või plastikust kellarihmaga. Rääkivaid kelli on saadaval nii digitaalse kui analoogse variandina.

Vajutades kellal asuvat nuppu, ütleb kell kellaaja, helitugevus on soovikohaselt reguleeritav. Rääkivad kellad on tihti varustatud häirefunktsiooniga.

Eelised

Rääkivat käekella saab kergesti kaasas kanda, seda kantakse randmel.

Puudused

Kui tunnifunktsioon on sisselülitatud, siis ütleb ta kella ka õhtuti ja öösel. Klientidele võib käekella kandmine äärmiselt ebameeldivana tunduda.

Nõuanne

Saadaval on ka (võtmehoidja) kellad, mis ei kuva aega. Kui vajutatakse nupule, soos ütleb see aparaat aega. Neid aparaate saab näiteks krõpsuga (ratas)tooli külge kinnitada.

Ajalukuga TV

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Televiisori vaatamine, taimer, aegrelee

Kirjeldus

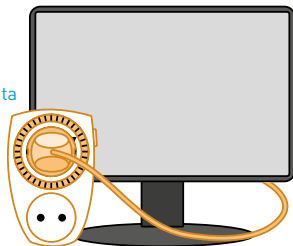
Ajaluku seadistamine võib olla sobivaks lahenduseks klientidele kellel on raskusi ajas orienteerumisega. Selle tagajärjel võivad nad näiteks terve öö televiisorit jääda vaatama. TV väljalülitamine võib olla kasutajale märguandeks, et nüüd on aeg magama minna.

Televiisor (TV) võib varustatud olla ajalukuga, siis lülitab TV end seadistatud aegadel välja. Kui ajalukk on pealepandud ei ole võimalik seadistatud aegade vahepeal telerit vaadata.

Uuematel televiisoritel ei ole enam ajaluku funktsiooni, alternatiiviks sellise juhul võib olla aegrelee pistiku kasutamine. Pistes aegrelee pistikupesasse ja seejärel see omakorda ühendada televiisori pistikuga, on võimalik tekitada ajalukk. Ajalukk lülitab siis seadistatud aegadel voolu telerist välja.

VPM hinne 3

Klient ei saa ise määrata kui kaua ta televiisorit vaatab



Eelised

Televiisori vaatamist ei ole tarvis keelata, vaid seda saab sellisel moel kontrollida. Kindlatel seadistatud aegadel on kliendil võimalus vabalt telerit sisse või välja lülitada.

Puudused

Kui televiisor lülitub välja ajal keset filmi või saadet, siis see võib ärritust esile kutsuda.

Enam ei tule vaielda teleri väljalülitamise kohal. See ei ole aga garantiiks, et klient ka magama läheb

Söömine ja joomine

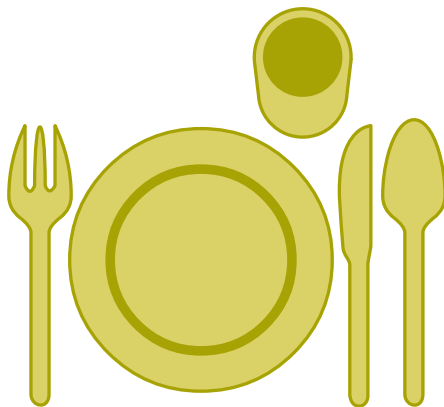


Üldised nõuanded söömiseks ja joomiseks ilma vabaduse piiramiseta

Meeldiv õhkkond

Projekti „Zorg voor Beter“ (Hoolitse Parima eest) raames on läbiviidud mitmeid projekte, mis on spetsialiseerunud söömisele ja joomisele hooldus- asutustes. Nendest projektidest selgub, et eriti oluline on õhkkond meeldiva, rahuliku ja piisava söömise juures. Mõned lisapõhimõtted, mis on esile tulnud, on samuti väga olulised vähendamaks vabaduse piiramist:

- Muuda söömismoment hubasemaks, maitsvaks ja hoolitse et oleks rohkem valikut ja meeldivat lõhna.
- Kui võimalik, lase klientidel söögitegemisel kaasa aidata. See tekitab kliendil suuremat isu
- söögiajal ja muudab ta rahulikumaks.
- Andke aega ja tähelepanu söömisele ning tehke, kus võimalik, rohkem ühiseid söömisi või vahepalasid.



Ravimiteta

Söögiajal jagatakse tihti ravimeid välja. Proovige otsida töökorraldust, mille puhul see enam vajalik ei ole. Söögikorrad muutuvad siis rahulikumaks ning on rohkem juhendamist söögi ajal. Ravimitel võib olla ka mõju maitsele ning iiveldusele.

Eelistuste lubamine

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Söögi- ja joogikorraldustes järelandmiste tegemine, vaba valik

Kirjeldus

Igal kliendil on omad soovid ja eelistused. Lisades uute elanike vastuvõtmisel nende toitumisharjumused, soovid ja eelised hooldusplaani või juhendamiskavasse, on võimalik nendega arvestada. Nii on võimalik survest ja sundimisest tingitud probleemset käitumist vähendada. Klientide vabadus suureneb, kui nad võivad süüa ja juua, millal nad tahavad, kui neil on võimalus palvetada või kui inimene saab valida, mida süüa hakatakse. Võileibu määratakse mõnikord nii rutiinselt, ilma et kliendil oleks valikuid selle katte osas. Ka see on vabadust piirav vorm.

Söögi- ja joogikõnelustes (1 alkohoolne jook pühapäeviti, maksimaalselt 2 võileiba, ei mingeid maiustusi toas) võib sageli järele anda. Vastuse võib niipalju kui võimalik jätta kliendile. See kehtib ka näiteks suitsetamiskordade kohta. Nõustada võib, kuid nõuda või piirata mitte.

VPM hinne 0



Eelised

Vähem rahutust ja rohkem valikuvabadust kliendile.

Nõuannes

Lihtsalt küsige perekonna käest, mis kliendi eelistused on. Mitte ainult maitse kohta (mis talle maitseb ja mis mitte), vaid ka söögi- ja joogiaegade kohta jms.

Rääkige tiimis läbi, kas on vajalik et kliendid ühiskondlikus söögitoas sööksid. Kas on võimalik, et mõni klient sööb söögikorra oma toas või isegi voodis?

Muuhulgas kasutatav: **alati, rahutus**

Söögitoe praktilised kohandused

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Stiimulivaba ruum

Kirjeldus

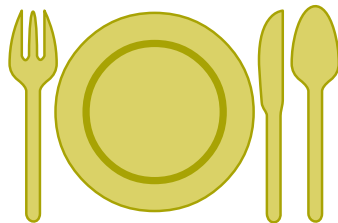
Söömise ajal on vähem vabadust piiravaid meetmeid vaja, kui ruum on turvaline ja stiimulivaba. Läbi väikeste kohanduste väheneb vajadus kliendi vabaduse piiramiseks. Hoolitse, et oleks stiimulivaene ruum. Eemaldades liigse mööbli, vähendades väliseid stiimuleid (tv, raadio või muu heli), pannes ukse söömise ajaks kinni ning riputades üles sildi „söömise ajal mitte segada“, võib luua rahuliku õhkkonna.

Klientide vabaduse piiramise vajadust võib vähendada, hankides kööki vähemohtlikke aparate. Mine üle näiteks induksioonpliidile elektrilise asemel.

Eelis

Muutes ruumi turvaliseks, ei pea seda enam lukustama ning kliendid võivad vabalt köögis ja/või söögitoe sisse välja liikuda.

Mitte segada



VPM
hinne 0

Nõuanne

Vaimse puudega inimestele mõeldud hooldeasutus märkas, et paigutades söögi ruumi suurema laua, oli sellel suur efekt vabadust piiravatele meetmetele. Kuna klientidel ei olnud enam nii kerge sööki või muid asju kätte saada, vähenes vajadus puusarihma või lauplaadi kasutamise järele.

Muuhulgas kasutatav: **alati, rahutus, kukkumisoht**

Suupisted

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Fingerfood, suhupistmiseks valmis söögikorrad, valmistükeldatud söögikorrad

Kirjeldus

Suupisteid saab kasutada alternatiivina söögiriistadega söömisele. Kliendid, kes ei ole (enam) suutelised söögiriistu kasutama, või need kes on liiga rahutud et laua taga istuda, võivad seda kasutada.

Suupiste on söök, mis on kliendi jaoks hästi äratuntav ning mida on võimalik ilma söögiriistu kasutamata süüa. See võimaldab kliendil kätega süüa. Suupisteid serveeritakse väikeste, suhupistmiseks valmis portsjonitena. Suppe ja magustoite võib pakkuda tilaga joogiklaasidest.

Pea kõiki söögikordi saab valmistada suupistetena. Hoolitse aga, et toit oleks äratuntav ja klientides usaldusttekitav.

Eelised

Klienti ei tule söögiriistadega söömise juures aidata. Samuti ei pea ta tingimata laua taha istuma



VPM hinne 0

Kui söögiriistad on lauale asetatud jääb kliendile valik.

jääma. Suupisted sobivad kogemustele suunatud hoolduse juurde.

Puudused

Soojasid toite nagu kartulipudru ja riisitoite on keeruline suupistetena süüa.

Nõuanne

Soovitav on siiski ka söögiriistad lauale asetada, vahest teadvustatakse siiski kahvli või lusika olemasolu ja seda ka kasutatakse.

Ta tõuseb siis tihti püsti ja jalutab isegi minema

Peter Eliens

Jalutades söömine

Kui sa kogu oma elu talumees oled olnud ja väljas elanud, ei ole kerge hooldekodus elada. See juhtus 81-aastase Peter Eliensiga, kelles laua taga söömine kutsus esile palju rahutust. , Ta tõuseb sel ajal tihti püsti ja jalutab isegi minema. See ei ole hea õhkkonnale ning sellel on negatiivne mõju tema lauakaaslastele. Vesteldes perekonnaga selgus, et Peter sõi varemalt oma võileibu maal õues jalutades. Ta ei olnud siinamaani kunagi lõuna ajal laua taha istunud! Nüüd võib ta, just nagu varem, võileib käes väljas jalutada. Tema rahutus ja teiste elanike oma on vähenenud.

Mida ta ise tahab ja millal tahab

Renske Bergsma

Alati üks banaan

Renske Bergsma elab nüüd juba 10 aastat vaimse puuetega inimeste hooldekodus. Palju on muutunud sellest ajast. Varem sai ta igal kolmapäeval ühe banaan. Alati kolmapäeval ja alati banaan. See tulenes sellest et need olid sel päeval turul soodsad. Nüüd võib ta õnneks ise puuvilja kausist võtta, kui tal isu tekib. Mida ta ise tahab ja millal tahab. See toimib hästi.

Lauakatmine

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Istekohtade paigutus

Kirjeldus

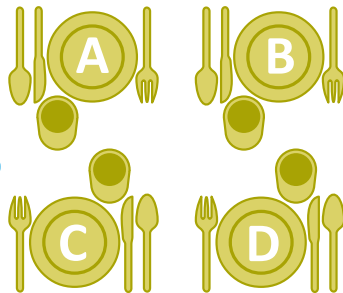
Sellel, kes kelle kõrval söömise ajal istub, võib olla suur mõju üldisele õhkkonnale lauas, aga ka klientidele individuaalselt.

Ideaalses olukorras valivad kliendid ise kuhu ja kelle kõrvale nad istuvad. Kui aga on siiski vajalik istekohti paigutada, võta arvesse järgimisi punkte:

- Kes istub seljaga ukse suunas ja kellel ei ole ülevaadet ruumist. Mõnede klientidele tekitab
- see rahutust.
- Kas on võimalik süüa väiksemates gruppides ja näiteks kaks söögikorda üksteise järel
- korraldada?
- Laua kujul võib olla mõju istekohtade paigutusele ja seega ka õhkkonnale ja individuaalsele
- kliendile.

Jälgi kliente hästi, kasutage oma teadmisi ja inimestetundmist ning märkige arenguid pärast kohanduste rakendamist. Vaadake, kas meetmel oli soovitud mõju. Kas rahutu klient on

VPM
hinne 0



rahulikumaks muutunud? Ja milline mõju on sellel meetmel meeskonnale ja sinule endale?

Eelised

Väikeste kohandustega võib saavutada suuri tulemusi.

Nõuanne

Kindlad kohad lauas hoolitsevad turvalisuse, struktuuri ja etteennustatavuse eest.

Muuhulgas kasutatav: **rahutus**

Söömisrituaal

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Rutiin, kindlad harjumused

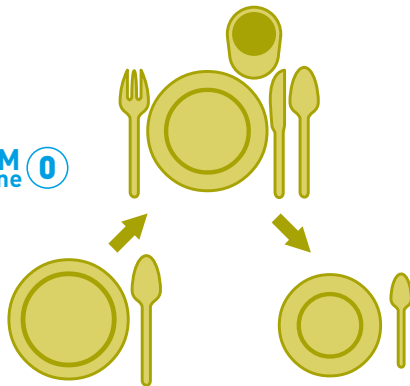
Kirjeldus

Söömisrituaal on oluline. Tuttav karakter paneb kliendi end paremini tundma. Söömisrituaali puhul teab klient, et nüüd tuleb söögiaeg. Ta teab, mis temalt oodatakse ja ta teab, mida oodata. See annab rahu. Sama kehtib rituaalile, millega lõpetatakse söömine.

Rituaali osad võivad olla:

- Laua katmine.
- Vaikusehetk või palvetamine enne sööki.
- Ühine start öeldes näiteks „head isu“.
- Laulmine.
- (ette) lugemine.
- Mälestuste kogumine.
- Ühine söögikorra lõpetamine, lugedes näiteks tüki Piiblist (või Koraanist), palvetamine ja/või arvamisavaldus

VPM
hinne 0

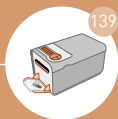


Nõuanne

Igaühel on, teadlikult või mitteteadlikult, oma enda rituaalid söömise ajal. Ühised vestlused on olulised, kui midagi koos tehakse nagu söömisel. Uuri millised kombad ja rituaalid klientidel varem kodus olid. Ole uudishimulik ja hinda positiivselt neid kombeid ning nautige koos olemasolevate kommete rikkust.

Muuhulgas kasutatav: **rahusus**

Ravimite manustamine



Üldised nõuanded ravimite manustamiseks

Paljud kliendid on ravimitest sõltuvad, aga neil on raskusi selle üle täielikku kontrolli omada. Tihti unustatakse ravim võtmata või klient unustab ära et ta juba on võtnud ravimit ning võtab selle tableti veelkord. Hooldajad kalduvad kiiresti ravimite üle kontrolli ülevõtma või peidavad ravimeid. See on vabaduse piiramine. On oluline lasta klientidel, kus võimalik veel ise oma ravimite manustamise üle jääda otsustama.

Et teha kindlaks mis ulatuses on klient ise oma ravimite manustamist võimeline kontrollima, tuleb regulaarset seda üle vaadata. Igal juhul hooldekandele alguses, kui kliendi olukord muutub, pooleaasta hinnangu andmise juures ja kui on kahtlusi. Seda saab teha küsides kliendilt järgmisi küsimusi:

- Kas te teate milliseid ravimeid teil vaja on?
- Kas te unustate vahel ravimeid võtmata?
- Kas te suudate oma ravimeid korralikult manustada, alla neelata?
- Unustate te vahel ravimeid tellida?

- Kas te arvate et teil on ravimite manustamise juures tuge vaja?
- On teil probleeme kätega, mistõttu pakendite avamine vaevaliselt läheb?

Igal organisatsioonil peab olema protseduur selle kindlaks tegemiseks.

Meeldetuletusega ravimite karbid

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

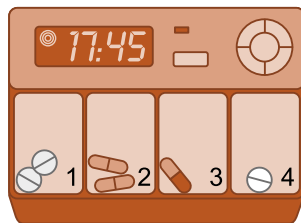
Ravimikarbid, ravimimärkmik, jaotustootsid

Kirjeldus

Ravimikarp on kasulik abivahend klientidele, kes igapäev, erinevatel ajavahemikel, ravimeid peavad võtma. Kasutades alarmiga ravimikarpi, saab ennetada et klient ei unustaks ravimi võtmata või lõpuks topelt doosi ei võtaks.

Ravimite karbid või -märgmikud on jaotustootsid, mis on nii ülesseatud et oleks kerge näha millist ravimit ja millal tuleb võtta. Ravimikarp on jaotatud seitsme nädalapäeva peale ja iga päeva kohapeal on neli vahet ravimite hoidmiseks. Karbi pealmine kaas on läbipaistev, nii on kerge näha millised ravimid juba võetud on.

Alarmiga ravimikarp annab häiret kui on aeg ravimeid võtta. Samuti on võimalik saada meeldetuletus sms(-tekstisõnum), kui ravimi võtmine on unustatud.



VPM hinne 0

Kliendil on igal soovitud hetkel ligipääs ravimitele

Eelised

Ravikarpi saab terveks nädalaks täita. Ülejäänud nädala jooksul saab kasutaja koheselt näha milliseid ravimeid on juba võetud ja milliseid tuleb veel võtta.

Ravimite dosaatorid

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

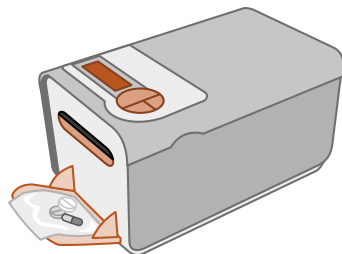
Automaatsed ravimidedosaatorid, personaalne ravimipakendamine, manustamispakend, alarmiga ravimidosaat

Kirjeldus

Ravimidosaat

Ravimidosaat

Igale manustamispakendile on märgitud: ravimite nimetus, välimuse kirjeldus, kliendi andmed, kuupäev ja kellaaeg, millal tuleb pakendis olevaid ravimeid võtta.



VPM hinne 0

Klient saab ravimeid põhimõtteliselt täielikult iseseisvalt kontrollida ja manustada.

On olemas ka automaatne ravimidosaat, see on ravimijaotaja, mis automaatselt õige ravimi valmis seab, momendil kui seda peaks manustama. Sellel ravimidosaat

Eelised

Ravimid seatakse apteegipoolt valmis, perekond või hooldajad ei pea seega enam neid valmis seadma.

Automaatse GPRS-ga ravimidosaatoriga saab eemalt manustamise skeemi kohandada ja manustamist jälgida.

Puudused

(Automaatne) ravimidosaator, koos või ilma alarmfunktsioonita, ei anna garantiid et ravimeid tegelikult ka manustatakse.

App'id (mobiilsed rakendused) ravimite võtmise meeldetuletamiseks

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Nutitelefonil mobiilsed rakendused, ravimikell, ravimikarp meeldetuletusega

Kirjeldus

App'id ravimite võtmise meeldetuletamiseks on mõeldud klientidele, kes regulaarset ravimeid unustavad või viivitusega võtavad. Sellel võivad tagajärjed olla ravimite toimele, ja seega ravile või haiguse kontrolli all hoidmisele.

App ravimite võtmise meeldetuletuseks võib aidata, õigel momendil, ravimeid manustada. Rakenduses saab määrata millistel momentidel tuleb ravimeid võtta. Nendel määratletud aegadel saadab rakendus meeldetuletuse. Meeldetuletus saab ka ravimi nime ja koguse edastada.

Eelised

Rakendused ravimite võtmise meeldetuletamiseks on tihti tasuta allalaaditavad.

VPM hinne 0

App ei takista kliendil ravimi võtmist endale sobival ajal ja viisil.



Puudused

Selleks et ravimite võtmise meeldetuletuse app'i kasutada tuleb kliendil kasutada nutitelefonil.

Nõuanne

Kliendid kellel ei ole nutitelefonil võivad kasutada ka ravimikella või meeldetuletusega ravimikarpi.

Ravimi-kell

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Ravimite manustamise meeldetuletus, SOS-funktsiooniga kell

Kirjeldus

Ravimi-kell on sobiv abivahend inimestele kes regulaarset oma ravimeid unustavad võtta, näiteks (väikesed) lapsed või inimesed (algava) dementsusega.

Kell annab määratud aegadel signaaliga märku aidates kasutajale meelde tuletada.

Samuti saab ekraan edastada millist ravimit tuleb võtta. Ravimi-kella saab sisestada maksimaalselt 12 alarm-momenti päevas. Iga alarmi puhul saab sisestada millist ravimit tuleb võtta.

On saadaval ka SOS-funktsiooniga ravimi-kellad, see funktsioon võimaldab tähtsat (meditsiinilist) informatsiooni peale lugeda. Vajadusel saab seda infot kella nupule vajutusega kuulata.

VPM hinne 0

Kui just klient käekella kandmist eriti ebameeldivaks ei pea.



Eelised

Kiirabi on tuttav SOS-funktsiooniga ravimi-kelladega.

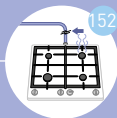
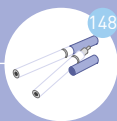
Ravimi-kella saab kergesti kaasas kanda, seda kantakse randmel.

Puudused

Puudused

Klientidele võib käekella kandmine äärmiselt ebameeldivana tunduda.

Tuleohutus



Üldised nõuanded tuleohutusele

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Tuleohutusnõuded, turvalisus kodus, tulekahjude ennetamine, tulekustuti

Kirjeldus

Tuleohutus on väga tähtis osa ohutust elamisest. Varased signaalid tulekahjust või suitsust on olulised. Aktiivne tulekahju ärahoidmine on siinkohal isegi tähtsam. Kliendil on siinkohal oluline roll. Kliendid kes suitsetavad, valmistavad toitu või põletavad meelsasti küünlaid kujutavad endast ohtu tulekahju põhjustamiseks. Kokkulepped ja meetmed soojusallikate üle mängivad tähtsat rolli. On erinevaid võimalusi mille puhul ei tule tingimata kliendi vabadust piirata.

Tulekahjuhäire

Suitsuandurite paigaldamine elamusse on oluline saamaks varajasi signaale tulekahjust. Paigalda suitsuandurid ohtlikesse kohtadesse, nagu kööki, magamistuppa ja elutuppa. See häiretandev meede ei paku mingil kujul piirangut kliendi (liikumise) vabadusele.

Tulekustutusvahendid

On äärmiselt soovitatav kliendi elamusse tulekustutustekk paigutada, näiteks kööki. Väikesi tulekahjusid saab tulekustutustekiga kiiresti ja lihtsalt kustutada. Tulekustutustekkidel peab olema EN 1869 sertifikaat.

Küünlad

Küünlad hoolitsevad õhkkonna, soojuse ja turvalisustunde eest. Küünalde põletamine toob endaga kaasa tõelisi ohtusid. Küünal võib ümber kukkuda ja kardinad või riided põlema süüdata. Seega on mitesoovitav põletada küünlaid klientide elukeskkonnas. Elektriline küünal võib olla ohutuks alternatiiviks, neid on erinevat sorti ja mõõtu saadaval

Toidu valmistamine

Toidu valmistamiseks on vaja soojusallikat. Kas selleks on gaasipliit või induktsiooniplaat; soojusallikas toob endaga kaasa mitmeid ohtusid. Hetkeline tähelepanematus võib leegi pannil või põleva köögirätiku tõsiste tagajärgedeni viia. Toidu valmistamine võib olla oluline kõneaine, mis puutub kliendi iseseisvasse toimetulekusse ja heaolusse.

Suitsetamine

Riigi poolt rahastatud asutustes kehtib suitsetamiskeeld (Madalmaades). Kliendid kes kodus elavad selle keelu alla ei lange. Suitsetamine väiksemahulistest elamukorpustes on arutelu all. Hooldajad ja elanikud lepivad siinkohal tingimustes tihti kokku. Suitsetamise keelamine võib esile tuua rahutust. Sellisel puhul on kõige tähtsam, et kaaselanikud ja hoolduse pakkujad ei oleks sunnitud passiivselt kaasa suitsetama. Peale heade kokkulepete on veel mitmeid võimalusi kuidas suitsetamist ohutumaks ja/ või vähem segamaks saab muuta.

Eelis

Vigastuste oht tulekahju läbi väheneb, ilma et kliendi vabadust saaks piiratud.

Tuleohutu riietus

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Tuldtõkestavad riided, tulekindlad riided

Kirjeldus

Aastas satub umbes 90 inimest süttinud riiete tekitatud põletushaavade tõttu Erakorralisse Abisse (Madalmaades). Klientidel kes suitsetades on (ratas) toolis kinni, tukkuma jäävad, või pidevalt teadvust kaotavad, lasub suurem oht et hõõguv tuhk nende riideid põletab. Ka tulel toiduvalmistamine võib tekitada tuleohtu.

Tuleohutu riietus võib olla valmistatud tulekindlast materjalist või töödeldud tuldtõrjuva materjaliga. Tuleohutut riietust on saadaval erinevat sorti ja mõõtmetes, särgist sokkideni.

Eelis

Tuleohutu riietus ei näe välja teistsugune kui mitte-tuleohutu riietus.

Muuhulgas kasutatav: **suitsetamine, toidu valmistamine**



VPM **hinne 0**

Kui riietust hästi selga istub
ja ängistavana ei tundu

Tuleohutu madrats ja voodipesu

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Tuldtökestavad, tulekindlad madratsid ja voodipesu

Kirjeldus

Kliente, kes voodis suitsetavad, saab tuleohutu madrats ja voodipesu aidata tuleohu ärahoidmisel. Hõõguv sigaretituhk ei põleta madratsit või voodipesu, ega võta see tuld.

tuleohutu madrats ja voodipesu võib olla valmistatud tulekindlast materjalist või töödeldud tuldtõrjuva materjaliga.

Tuleohutu voodipesu on saadaval tekikotina, voodikattena, madratsikaitkena, linadena ja aluslapina.

Eelis

Tuleohutu madrats ja voodipesu ei hakka tulekahju korral sulama või põlema.

Muuhulgas kasutatav: **suitsetamine, alati**



VPM
hinne **0**

Hinne on kõrgem kui
suitsetamine siseruumides
ei ole lubatud

Elektrooniline sigaret

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Aur, e-sigaret

Kirjeldus

Klientidele, kes meelsasti suitsetavad kuid see-juures tulekahju ohtu tekitavad, võib elektrooniline sigaret alternatiiviks olla. Elektrooniline sigaret ei põle ega ei tekitata tuhka.

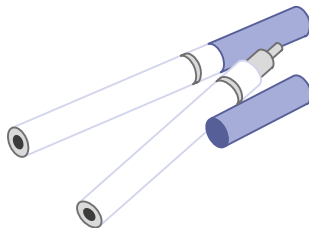
E-sigaret on alternatiiviks tavalisele sigaretile. E-sigaret koosneb tihti kolmest osast: patareist, atomiseerijast ja padrunist. On olemas ühekordselt kasutatavaid e-sigarette ja taastäidetavaid.

Eelised

Klient saab suitsetada ilma et tekiks ohtlik olukord.

Puudused

(Pikaajalisest) kasutamisest tingitud e-sigareti suitsetamisemõjud on veel ebaselged, see kehtib ka 'passiivsete suitsetajate' puhul. RIVM (Madalmaade Riiklik Terviseuuringute Instituut) viib läbi sellekohast uuringut. E-sigareti suitsetamine võib ärgitada suitsetama (alustama).



VPM hinne 2

E-sigaret ei ole mõnede arvamuse kohaselt võrreldav ehtsa sigaretiga. Nende jaoks on see tõeline piirang, kuid siiski vähem piirav kui täielik suitsetamise keeld.

Pane tähele

Kuigi teoreetiliselt võib e-sigareti igal pool suitsetada, siis ikkagi ei soovitata seda teha (sündimata) laste läheduses (RIVM 2013).

Suitsetamise aparaat

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Sigaretiheidja, suitsetamisalus

Kirjeldus

Suitsetamise aparaat on sobiv abivahend klientidele kes suitsetavad, kuid kellel on oht selle läbi ennast või enda riideid põletada. Suitsetamise aparaat võib samuti olla sobiv abivahend inimestele piiratud käe-või käsivarre funktsioneerimisega.

Suitsetamise aparaat on tuhatos koos hoidjaga sigareti jaoks mis sinna vooliku abil ühendatakse. Sigaret paigutatakse hoidjasse, vooliku algusesse. Kui sigaret süüdatakse saab teisest vooliku otsast sisse hingata.

Sigaret asetseb alati tuhatoosi kohal ja nii ei saa see käest ära kukkuda ega tuhk sülle langeda. Samuti kui sigareti ära ei kustutata ei kujuta see endast tuleohtu.

VPM hinne 0

Hinne on kõrgem kui suitsetamine siseruumides ei ole lubatud



Pane tähele:

Võib juhtuda et tuhatos koos voolikuga kogemata laualt maha tõmmatakse, see võib tekitada tuleohtu.

Nõuanne

On saadaval suitsetamise aparate mida saab kinnitada (ratas) toolile. Need suitsetamise aparadid on varustatud klambritega.

Muuhulgas kasutatav: **suitsetamine**

Suitsetamise põll

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Tuletõkketekid, tuldtõkestav riietus

Kirjeldus

Suitsetamise põll on sobiv abivahend klientidele kes on (ratas) toolis kinni ja kes suitsetavad. Vältimaks et sigareti tuhk või sigaret riietesse auke või nahka põletaks võib kanda suitsetamise põlle.

Suitsetamise põlle võib ümber kaela riputada nii, et ülakeha ja jalad oleksid kaitstud leegi ja hõõguva tuha eest. On olemas suitsetamise põlle tuldtõkestava funktsiooniga kui ka suitsetamise põllesid mis täielikult tulekindlad on.

Pane tähele:

Hõõguv tuhk võib põlletl põrandale või mööblile kukkuda.



VPM
hinne 0

Kui just klient seda põlle
piiravana ei koge.

Nõuanne

On olemas suitsetamise põllesid sülekõrgusel oleva üleshoidva äärega, see hoiab ära et tuhk põlletl maha libiseb.

Muuhulgas kasutatav: **suitsetamine**

Taimer, küpsetusplaat

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

Toiduvalmistamise ajapiirang

Kirjeldus

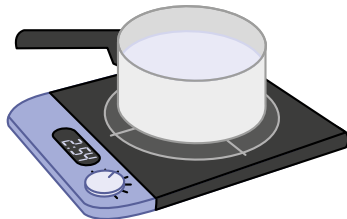
Taimeriga küpsetusplaadid on sobivaks abivahendiks klientidele, kes regulaarselt unustavad küpsetusplaadi välja lülitada, või panni tulele.

Paljudel sisseehitatud küpsetusplaatidel on taimer standardina kaasas, on saadaval ka täiesti eraldiseisvaid, väikesi küpsetusplaate koos piiratud ulatusega aegreleega. Neid eraldi 1 või 2 kohalisi küpsetusplaate on kerge käsitleda ja need lülitavad end maksimaalselt 15 minuti pärast välja.

Eelised

Leegi süttimine pannil on piiratud kuna küpsetusplaat on vaid vähest aega sees.

Küpsetusplaadi puhul millel on automaatne maksimumaeg 15 minuti taimer, ei pea sa enam mõtlema taimeri sisselülitamisele.



VPM hinne 2

Küpsetamise aeg ja seega ka valmistavate toitude valik on piiratud.

Puudused

Kliendid kes on harjunud küpsetama gaasipliidil võivad küpsetusplaadi kasutamist keeruliseks pidada, seal ei ole ju nähtavat leeki. See võib ohtlik olla, klient võib ennast põletada või süttivaid esemeid plaadile asetada.

Gaasipliit, automaatne gaasi-stopp

Sünonüümid/sarnased alternatiivid/tooted

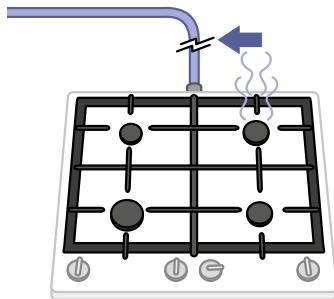
Leegivalve, leegiturvalisus

Kirjeldus

Klientide jaoks kes tihti unustavad gaasi kinni panna, või need kes ei taju millal leek on kogemata kustunud, võib leegivalvega küpsetusplaat ohutu valik olla.

Leegivalvega gaasipliit hoiab ära, et gaas avatuks jääks sellal kui leek kustunud on, näiteks niiskuse või tuuletõmbuse tõttu. On gaasipliite mis automaatselt pliidiplaadi mis sees oli taassüütavad.

Enamus gaasipliite on varustatud termoelemendiga, mis leegisoojuse puhul gaasi juurdevoolu avab. On ka gaasipliite gaasilekke turvasüsteemiga, kus elektrood mõõdab kas leek olemas on.



VPM 0 hinne

Ei ole mingeid piiranguid toidu valmistamiseks

Eelised

Tulekahju- ja plahvatusoht lekkiva gaasi tõttu on ärahoitav.

Nõuanne

Kui lahtise leegiga pliidiplaat liiga ohtlik on, võib induktsioon või elektriline küpsetusplaat lahendusks olla.

Alternatiivid põhjuste järgi

Alternatiivid põhjuste järgi

	VPM hinne					
Kukkumisoht	0	1	2	3	4	Lk
Söögitoe praktilised kohandused	•					130
Kogemuskoridor	•					83
Liikumisprogramm	•					70
Rohkem liikumist	•					110
Seismis- ja kõndimis abivahendid	•					71
Puusakaitse	•					74
Madalaks lastud voodi	•					45
Kukkumismatt voodi kõrval	•					44
Vaarumistool	•					72
Meditatsiooniline uuring	•					20
Trepi kohandused	•					88
Tooltõstuk		•				89
Kõrge-madal voodi eriti madalal		•				32
Optilised sensorid		•				33
Öövalgustus		•				48
Toast lahkumise andur		•				54

	VPM hinne					
	0	1	2	3	4	Lk
Liikumisandur		•				52
Toolilt ülestõusmise alarm		•				64
Akustiline valve			•			56
Veeremispadjad				•		35
Kaamera				•		58
Kaitsekiiver					•	75
Telkvoodi					•	40
Voodi boks					•	42

	VPM hinne					
Rahutus ja probleemne käitumine	0	1	2	3	4	Lk
Söögitoe praktilised kohandused	•					130
Eelistuste lubamine	•					129
Söömisrituaal	•					135
Lauakatmine	•					134
Suupisted	•					131
Rääkiv käekell	•					124

	VPM hinne					
	0	1	2	3	4	Lk
Lahtised uksed	•					78
Meditatsiooniline uuring	•					20
Füüsilise ruumi kohandamine	•					21
Füüsilise ruumi kohandamine	•					16
Kogemuskoridor	•					83
Sensoorne aed	•					94
Liikumisring	•					82
Lõõgastustool	•					62
Siniseaga-rikastatud valgus	•					46
Muusika	•					104
Klounid	•					105
Looma-paitamise projekt	•					108
Pildiga käekell	•					122
Digitaalne pildiraam	•					120
Rahupakkuvad voodid	•					115
Rohkem liikumist	•					110
Mindfulness töötajatele	•					116

	VPM hinne					
	0	1	2	3	4	Lk
Mindfulness klientidele	•					118
Rõhkvest	•					76
Kaisutool	•					114
Optilised sensorid		•				33
Pall-tekid		•				29
Öövalgustus		•				48
Liikumisandur		•				52
Toolilt ülestõusmise alarm		•				64
Toast lahkumise andur		•				54
Pall-tool			•			65
Akustiline valve			•			56
Biomeetrika			•			96
Ajalukuga TV			•			126
Kaamera				•		58
Telkvoodi					•	40
Voodi boks					•	42

	VPM hinne					
Ringi uitamine	0	1	2	3	4	Lk
Lahtised ukсед	•					78
Meditasiiniline uuring	•					20
Füüsilise ruumi kohandamine	•					21
Rohkem liikumist	•					110
Mälestuste kogumine	•					112
Kogemuskoridor	•					83
Sensorne aed	•					94
Liikumisring	•					82
Lõõgastustool	•					62
Orientiirvalgustus	•					85
Sinisega-rikastatud valgus	•					46
Pall-tekid		•				29
Öövalgustus		•				48
Liikumisandur		•				52
Toolilt ülestõusmise alarm		•				64
Toast lahkumise andur		•				54
Pall-tool		•				65

	VPM hinne					
	0	1	2	3	4	Lk
Akustiline valve		•				56
Biomeetrika		•				96
GPS		•				97
Liikumisvõrud			•			86
Kaamera			•			58
Pool-uks			•			90
Kaisutool				•		114
Telkvoodi				•		40
Voodi boks				•		42

	VPM hinne					
Enese vigastamine	0	1	2	3	4	Lk
Ohumärkide plaan	•					22
Squease (pigista)	•					76
Muusika	•					104
Rahupakkuvad voodid	•					115
Magamistoa polsterdamine		•				51
Voodi polsterdamine			•			31
Kraapimiskindad				•		38
Kaitsekiiver					•	75

	VPM hinne					
Tuleohutus	0	1	2	3	4	Lk
Tuleohutu riietus	•					146
Tuleohutu madrats ja voodipesu	•					147
Gaasipliit, automaatne gaasi-stopp	•					152
Suitsetamise aparaat	•					149
Suitsetamise põll	•					150
Taimer, küpsetusplaat			•			151
Elektrooniline sigaret			•			148

	VPM hinne					
Epilepsia	0	1	2	3	4	Lk
Epilepsia alarm		•				30
Magamistoa polsterdamine		•				51
Voodi polsterdamine			•			31
Kaamera				•		58
Kaitsekiiver					•	75

	VPM hinne					
Ravimite manustamine	0	1	2	3	4	Lk
Meeldetuletusega ravimite karbid	•					138
Ravimite dosaatorid	•					139
App'id (mobiilsed rakendused) ravimite võtmise meeldetuletamiseks	•					141
Ravimi-kell	•					142

See alternatiivide kogumik on Sihtasutuse EPSO poolt koostatud eesti keelne versioon Madalmaade Sihtasutus Vilans poolt väljaantud Alternatievenbundel, 80 alternatieven voor vrijheidsbeperking in de zorg, een praktisch hulp- en inspiratiemiddel bij het afbouwen van vrijheidsbeperking .

Antud ühekordne eesti keelne väljaanne kuulub EPSO- European Partnership for Supervisory Organisations in Health Services and Social Care (Euroopa Tervishoiuteenuste ja Sotsiaalhoolduse Järelevalveasutuste Partnerlus Organisatsioon) vastutusalasse ja on Sihtasutus Vilans ning kujundaja Procomm BV Rotterdam nõusolekul, Mari Mureli poolt hollandi keelest eesti keelde tõlgitud.

Käesolev väljaanne on eelkõige mõeldud ka-

sutamiseks EPSO koostöös Vilansi ja Terviseametiga korraldatud haiglatele ja raviasutustele mõeldud kursuse ajal Eestis, selle järgselt Madalmaades ning tulemuste ja omandatud teadmiste rakendamiseks kursuse jooksul ning pärast Eesti siseses treening võrgustikus.

Tõlgitud versioon kattub suures osas originaaltrükiga ISBN 978-90-8839-105-7, kuid on nii palju kui võimalik Eesti tingimustele kohandatud. Nii on näiteks nii palju kui võimalik välja jäätud viiteid Madalmaade teenustele, mis Eestis ei ole saadaval. See puudutab näiteks Vilansi poolt Madalmaades pakutavat 'Verbeterwijzer' (arendusjuhend) ning viiteid Madalmaades saadaval olevatele toodetele ja materjalidele nn 'hulpmiddelenwijzer' (abivahendite juhend). Samuti on välja jäetud informatsioon Vilansi hollandi keelse kodulehekülje kohta kuhu on

koondatud vabadusepiiramisega seotud teavet. Sama kehtib Vilansi tegevuste kohta Madalmaades.

EPSO'l on kavas seda informatsiooni nii palju kui võimalik huvitundjatele Eestis edasi jagada.

Kui on huvi abivahendite vastu, küsimusi Alternatiivkogumiku kasutamise kohta või teiste meetodite kohta, mida saab kasutada vabadusepiiramise vähendamiseks tervishoius või on huvi Vilansi või teiste nõu ja abi järele, siis saab sellekohast teavet, võttes ühendust EPSO-ga:

info@epsonet.eu

EPSO, European Partnership for Supervisory Organisations in Health Services and Social Care

Benoordenhoutseweg 21-23
2596BA The Hague
The Netherlands
Tel kontoris +31703142458
Tel mobiil +31613163557

Me vastame kõikidele küsimustele nii hästi kui võimalik või juhatame teid edasi õigete inimesteni või asutusteni.

Jooske Vos
EPSO peasekretär

Antud väljaanne on saanud teoks tänu:

- Vilans

Catharijnesingel 47

3511GC Utrecht

+316 30-7892300

info@vilans.nl

www.vilans.nl

- EPSO

Benoordenhoutseweg 21-23

2596BA The Hague

The Netherlands

Tel kontoris +31703142458

Tel mobiil +31613163557

- Terviseamet



- ZONMw



- Autorid

Hardeman, Francisca

Van Vliet, Marjolein

Leeuw, Johan van der

Gerretsen, Allard

Tõlge Murel, Mari

Redaktsioon Vos, Jooske

