

Alternatiivid vabadusepiiramisele tervishoius

Praktiline abi- ja inspiratsioonivahend
vabadusepiiramise vähendamiseks

Eessõna

Esimene versioon „Alternatiividest vabadusepiiramisele“, mis ilmus detsembris 2011, on Hollandis entusiasmiga vastuvõetud ja paljudes kohtades kasutuses. Heal meelel esitleme nüüd uut, laiendatud versiooni. Me oleme lisanud palju ilusaid alternatiive, uus on vabaduse piiramise astme (edaspidi VPA) seletus, mis on selle funktsioon ja kuidas saab VPA astme määratlus sind aidata kõige õigema alternatiivi otsingutel. Antud kogumik sisaldab üle 60 alternatiivi vabadusepiiramisele.

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 küsinud, millised alternatiivid neil lõpuks kõige edukamaks osutusid. Just need alternatiivid leiame 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 leiame parima lahenduse.

Tahate rohkem teada vabadusepiiramise vähendamisest? Tutvuge esmalt veebilehega:

www.vilans.nl/vrijheidsbeperking.

Drs. Francisca Hardeman

Projektijuht: Vähem vabadusepiiramist pikaajalises hoolduses: See on võimalik! *Vilans*

Sisukord

Sobivaim ja samal ajal vähim piirav meede.....	5
VPM- HINNE JA SELLE SELETUS	6
Alternatiivi puudumine.....	7
Kliendile suunatud tähelepanu ja ravi.....	8
Selge kommunikatsioon	9
Meditiiniline uuring	10
Füüsilise ruumi kohandamine	11
Ohumärkide plaan	12
Patsientide turvalisuse jälgimine.....	13
MAGAMINE	14
Üldised nõuanded magamiseks ilma vabaduse piiramiseta	14
Alternatiivid voodis	15
Pall-tekid.....	15
Epilepsia alarm	16
Voodi polsterdamine	17
Ekstra madal voodi	17
Alarm-matt	18
Veeremispadjad.....	19
Jochem de Raat	20
Sietske van der Zee - Ta jääb rahulikult lamama ja magab hästi	20
Kraapimiskindad	21
Käetugi.....	21
Telkvoodi	22
Erwin de Ridder - Ja nii samm edasi	23
Voodi boks	23
Alternatiivid toas	24
Kukkumismatt voodi kõrval.....	24
Vooditugi	24
Sinisega-rikastatud valgus	25
Öövalgustus	27
Chris Verpaalen - „Chris'i abikaasa oli nii entusiastlik“	28
Jet Breuker - „Jet ei pööra enam kappe pahupidi“	28
Magamistoa polsterdamine	28

Liikumisandur Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted	29
Toast lahkumise andur	30
Akustiline valve.....	31
Kaamera.....	32
ISTUMINE.....	33
Üldised nõuanded istumiseks ilma vabaduse piiramiseta	33
Lõõgastustool Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted	34
Marina de Jager - „Ma tunnen ennast vabamalt“	34
Ülestõusmine alarm toolilt	35
Pall-tool	35
Pollaud ratastoolile	36
LIIKUMINE.....	37
Ohutu Liikumine	37
Seismise- ja kõndimise abivahendid.....	39
Vaarumistool	40
Puusakaitse.....	41
Kaitsekiiver	42
Rõhkvest	42
Vabadus siseruumides.....	44
Avatud ukseid	44
Ida Scheringa - 'Peagi selgub, et ta magab rahulikult edasi'	45
Gerdi Schoenmakers – 'Kukkumisoht on endiselt olemas'	45
Liikumisring.....	46
Kogemuskoridor	47
Leo van der Bosch - 'Ta võib nüüd käia ja seista seal kus ta tahab'	47
Orientiirvalgustus	48
Liikumisvõrud	48
Vabadus õues	49
Avatud ukseid	49
Guntur Yilmaz – 'See toimib hästi juba esimesest päevast'	50
Sensoorne aed	50
Biomeetria	51
GPS.....	52
PÄEVAHOID JA TEGEVUSED.....	53

Päevased ja üldised tegevused.....	53
Muusika	54
Klounid.....	55
Tegevuste ajamõõtja	56
Melle Hofstad – 'Melle on pea tundmatuseni muutunud'	56
Looma-paitamise projekt	57
Rohkem liikumist	58
Mälestuste kogumine	59
Kaisutool	60
Rahupakkuvad voodid	61
Mindfulness töötajatele	62
Osavõtlikkus klientidele.....	63
SÖÖMINE JA JOOMINE	64
Üldised nõuanded söömiseks ja joomiseks ilma vabaduse piiramiseta.....	64
Eelistuste lubamine	64
Söögitoe praktilised kohandused	65
Peter Eliens - 'Ta tõuseb siis tihti püsti ja jalutab isegi minema'	66
Renske Bergsma - 'Mida ta ise tahab ja millal tahab' Alati üks banaan	66
Istekohtade paigutus.....	66
Söömisrituaal.....	67
ALTERNATIIVID PÕHJUSTE JÄRGI	68

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 muuta nende elukeskkond ohutuks ilma nende elukvaliteeti kaotamata? Eluaegne ohjeldamine võib-olla ohutu, kuid näitab vähest austust kliendi väärikuse ja isikuvabaduse suhtes.

Vabaduse piiramise ja/või ohjeldusmeetmete kohaldamisel on tähtsad järgmised põhimõtted:

1. Meede on proportsionaalne taotletava eesmärgiga. Näiteks pea peksmine millegi vastu õigustab karmima meetme kohaldamist kui karjumine hooldaja peale.
2. Eelistada vähempiiravat meetet. Ära pane kedagi, kellel on kukkumisoht kohe tooli kinni, vaid proovi kõigepealt kukkumiskiivrit kombineerituna puusapükstega.

3. Meede on tähtis kliendi vajaduste jaoks ja seda ei kasutata muudel põhjustel (näit. personali vähesusel või teiste käitumishäiretega klientide kohalolekul).
4. 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 võimalusi.

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 (VPM tuleneb hollandi keelsest väljendist *Vrijheidssbeperkende maatregelen* ja tähendab vabaduse piiramise meetmeid), mis võimaldab kaaluda rohkem või vähem piiravate meetodite kasutamist ja langetada valikut sobivaimale alternatiivile. Järgnevalt selgitus, kuidas see töötab.

Vähendamist viiakse läbi järgmiselt:

- Tee koos erinevate erialade esindajatega kliendi õendus-hooldusplaan. Selles plaanis kirjeldage vähendamist vahendites (alternatiivid väiksemate VPM-hinnetega) ja tundides.
- Räägi oma plaanid kliendiga (otsusevõimetu kliendi puhul lähedaste või teovõimetu kliendi puhul eestkostjaga) läbi
- Proovi alternatiive
- Vaatle ja anna teada tähelepanekutest
- Vajadusel kohenda plaani

Vaata, kuidas sa saad head alternatiivi otsida VPM-hinde abil.

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 külge sidumisele 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 hindega 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.

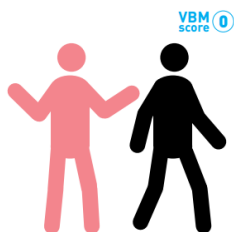
Pane tähele, et VPM-hinne 4 on ikkagi kõrge, sest vooditelk on endiselt tõsine vabaduse piiramise vahend. Seega kui vooditelk töötab, hakka otsima meetmeid VPM-hindega 3 või madalamaid, näiteks kaamera (VPM-hinne: 3) või akustiline valve (VPM-hinne: 2). Eesmärk on alati VPM-hinne 0!

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

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 lugude ühisosaks oli:

- Vaatlemine ja hindamine
- Vabadust piirava meetme kohaldamise lõpetamine
- Hea ettevalmistus

Ohjeldusvahendi 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 paariminutilise pauside tegemisega töötaja ja võimalusel pereliikme 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

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 järelvalve 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

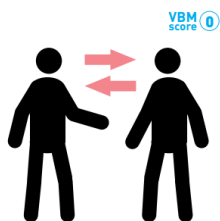
Nõuanded

- Vajadusel suunata klient edasi ühiskondlikule tööle, nõustaja juurde, psühholoogi või psühhiaatri juurde.
- Päevaraamatu sisseseadmine on sobiv tööriist parandamaks 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

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Pildimaterjalide kasutamine, puzzle-süsteem



Kirjeldus

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

- Kohtle klienti rahulikult.
- Välti vastasseise ja valjuhäälselt suhtlemist.
- Anna kliendile tagasisidet tema hääletugevuse kohta.
- Kuula hoolega, 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

- Lase tihemini koju: Otsused, arvamused, nõuanded
- Kasuta: Kuulamine, kokkuvõtmine, edasiküsimine
- Võta kaasa: Alati küsi, ära kunagi oleta
- Kuula: Ära täienda teise eest
- Ole: Avatud, aus, uudishimulik

Nõuanne

Puzzle-süsteem, objektipõhine-kommunikatsioonisüsteem või kokkusobituvad pildid võivad aidata suhtlemisel. Valides kokkusobitamise või puzzletamise 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:

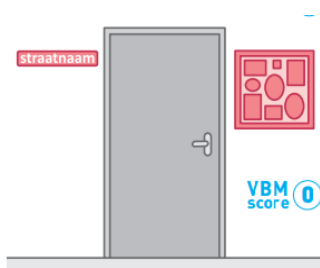
- Hinda ravimite kasutamise otstarbekust, mis võivad esile kutsuda letargiat või unisust.
- Hinda ravimite kasutamise otstarbekust, mis võivad segada kõndimist,
- Hinda füüsilisi vajadusi (tualeti kasutamine, mugavus, hoiaku muutuse vajadus).
- Hinda kliendi valutundlikkust.
- Hinda magamisharjumust.

- Hinda söömis- ja joomisharjumust (nälg, janu).
- Uuri ortostaatilist hüpotensiooni ja vererõhu muutusi.
- 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

Sünonüümid/ 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.

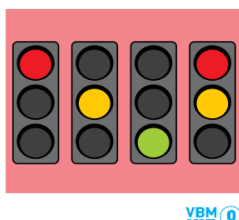
Stiimulite üleküllastust tuleks vältida. Vähendada võib väliste stiimulite kasutamist (TV, raadio, müra, plakatid) või näiteks hoolitseda, et oleks eraldi stiimulivaene ruum, mis on võimalusel ühendatud elutoaga, nii et klient saaks ise valida, millal rahulikku ruumi minna.

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.

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 hakkamasaamiseks ja selle ennetamiseks läbi sõnalise sekkumise. ABC tähendab siinkohal agressiooninähtu (varajane signaal), professionaalne suhtumine ja kommunikatsioon (selgus, läbipaistvus ja seos). Füüsilist sekkumist peab kasutatama vaid ohtlikes olukordades.

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

Eelis

Signaalide kasutamine on hea viis, kuidas õigeaegselt sekkuda agressiivsuse kuhjumisse. „Metodoodiline töö aitab panustada klientide professionaalsesse kohtlemisse agressiivse käitumise puhul. See muudab käitumise agressiivsete 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.

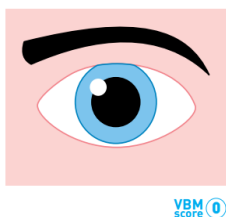
Teadmiseks

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

Patsientide turvalisuse jälgimine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Silma peal hoidma, valvama, jälgima, tähelepanema



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?

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 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 uksel 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.

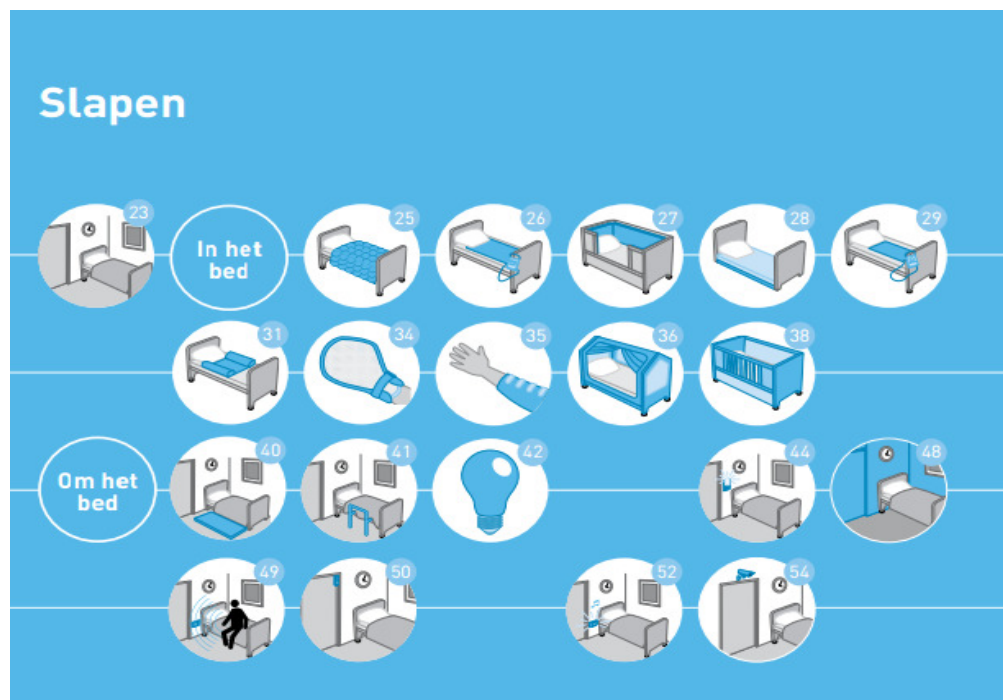
Puudused

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. Informeeri perekonda ja limiteeri vabaduse piiramist ning asutusepoolset jälgimist perekonna kohalolekul. Ka vabatahtlikke võib rakendada jälgimise tõhustamiseks.

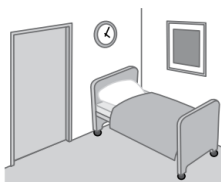
MAGAMINE



Üldised nõuanded magamiseks ilma vabaduse piiramiseta

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Stimulivaene ruum, voodissemineku rutiin, voodirituaal, luba eelistusi magamisajale, uuri magamis-ärkveloleku rütmi.



Kirjeldus

Stimulivaba 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 muudatuste 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 rahulikkusse. 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 mittevajalikke öövahetuse kontrollringe.

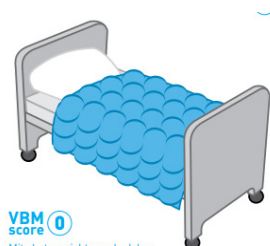
Samaaegselt kasutatav: alati sobilik

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 hinne 0

Et teki kaal oleks seadistatud vastavalt kliendi kaalule.

Nõuanne

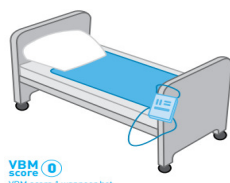
Klientidele, kellel kiiresti palav hakkab, tõmba tekk peale kuni poole kehani. On saadaval ka pall-tekid, mis katavad ainult jalgu.

Muuhulgas kasutatav: rahutuse puhul

Epilepsia alarm

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Epimatt, 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 löögastab 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 pöördu.

Teadmiseks

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

VPM hinne 0

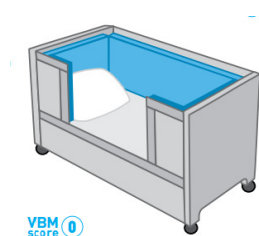
VPM skoor on 1 kui epilepsia alarmi kasutatakse kombineerituna ülestõusmis-alarmiga.

Muuhulgas kasutatav: epilepsia puhul

Voodi polsterdamine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Voodikaitse, voodivõrekaitse, voodivõre sadulad, pea- ja jalutsikaitse, kunstnahast polsterdus, rantide kaitse, 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 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 voodeid. 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

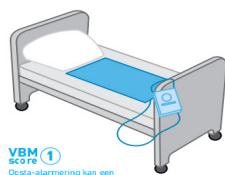
Kindluse mõttes võib eriti madala voodi kõrvale paigutada kukkumismati, et klienti kaitsta vigastuste eest, juhul kui ta end voodist välja keerab. Samuti võib seda voodit kasutada kombineerituna optiscan-iga. Siis saab hooldaja häire, kui raskus madratsilt kaob ning klient voodist väljas on.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisohu puhul

Alarm-matt

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Häirematt voodis, voodihäire, voodimatt, madratsi alarm, signalisatsioon voodis, voodisensor



Kirjeldus

Signalisatsioon-abivahend klientidele, kes saavad iseseisvalt voodist välja tulla, kuid kel on kukkumisoht või kalduvus hulkumisele. Alarm-matt on rõhusensor, mida saab kahte moodi kasutada:

- Madratsi all: annab märku rõhu kadumisest, kui klient voodist üles tõuseb.
- Voodi kõrval: annab märku, kui keegi matile (voodist välja) astub.

Mõlemal juhul hakkab alarm tööle kohe, kui klient voodist välja astub, ja teavitab sellest hooldajaid.

Alarm-mati peaks aktiveerima, kui klient läheb magama ja deaktiveerima hommikul, kui klient üles tõuseb.

VPM hinne 1

Ülestõusmis-alarm võib olla kergemaks alternatiiviks voodivõrele või mehaanilisele ohjeldamisele, aga samal ajal on tegu siiski vabadust piirava vahendiga. Selle rakendamine tuleks läbirääkida teenust osutava multidistsiplinaarse meeskonnaga ja kliendi ja/või eestkostja/omastega.

Nõuanne

Üks alternatiiv toast lahkumisele on andur, mis saadab toast lahkumise kohta teate.

Eelis

See on suhteliselt soodne vahend.

Puudused:

- Madratsialune alarm-matt funktsioneerib halvemini kergemakaaluliste või rahutult magavate inimese puhul.
- Nihutades madratsialust alarm-matti võib stepsli kogemata kontaktist välja tõmmata.
- Häirele reageerimine võtab aega. Kukkumisoht on üks arutluspunkt multidistsiplinaarsel läbirääkimisel ja läbirääkimisel kliendiga (eeskostjaga). Kas riskid on aktsepteeritavad?

Teadmiseks

Enamus matte on seadistatavad mõnest sekundist kuni rohkem kui tunnini. Alarm hoiatab voodist lahkumisest kas koheselt või peale seadistatud ajavahemikku.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisohtu puhul, ringiuitamise 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.

Jochem de Raat - Rohkem vabadust annab talle rahu**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 kinniseotuna 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.

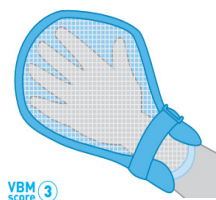
Sietske van der Zee - Ta jääb rahulikult lamama ja magab hästi**Riietega voodisse**

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-geriaatrilisse osakonda. Öhtuvahetuse hooldajad kurdavad, et nad peavad igal öhtul 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 nöõridega. 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

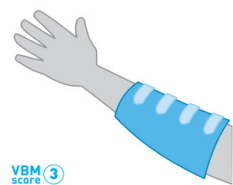
Klient ei saa enam asjadest kinni hoida. Käesolev meede ei tohi takistada klienti näiteks hooldaja kutsesüsteemi kasutamast.

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: rahutus ja kukkumisoht

VPM hinne 4

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

Erwin de Ridder - Ja nii samm edasi

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 öörytmiga. 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 pealtkuulamis-süsteemile. 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: rahutus ja kukkumisoht

VPM hinne 4

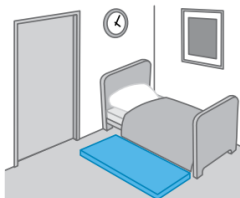
Klient saab küll ennast voodis liigutada, aga ei saa ise voodist välja tulla.

Alternatiivid toas

Kukkumismatt voodi kõrval

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



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 kukuda või mööblit endale peale kukutada.

Pane tähele

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

VPM hinne 0

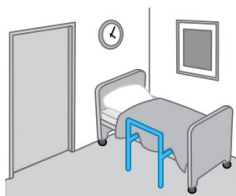
Hinne on kõrgem kui mati sisse või mati alla on paigutatud alarm.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht

Vooditugi

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Transfeer tugi, ülestõusmise abi, papagoi (ülestõusmiseks mõeldud abivahend), vooditõstuk, telgkäsi, vooditrapets, pool külgpiire.



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 nagu papagoi.

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



VPM hinne 0

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.

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:

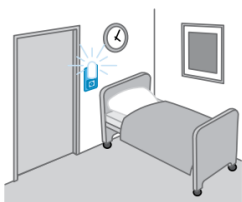
- Lase klientidel ajavahemikult 9.00-18.00 vähemalt kaks tundi siniselt-rikastatud valguse käes viibida. See ei pea olema järjestikku, vaid näiteks söögikordade või kohvi- ja teejoomise ajal. Kliendid ei pea otse valgusesse vaatama, lauakohal olevast lambist piisab.
- Kasuta sinisega-rikastatud valgust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

Muuhulgas kasutatav: rahutus, unetus, dementsia

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 öhtul ja öösel, mitte nii eredalt kui päeval ajal.

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

VPM hinne 0

Skoor on kõrgem kui klient ei pea öösi 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 valguslüliteid, mis hakkavad tööle vaid kergest puudutusest või käte plaksutamisest või millel sisselülitamiseks 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 kasutata: rahutus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul, desorientatsioon, hirm

Chris Verpaalen - „Chris'i abikaasa oli nii entusiastlik“

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.

Jet Breuker - „Jet ei pööra enam kappe pahupidi“

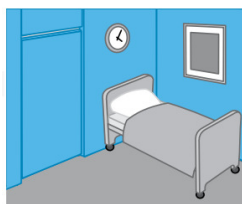
Ilma põhjuse, aga ikkagi sidemes.

Ta magab juba 25 aastat rahutus-sidemes. Jet Breuker on ise osutanud, et talle see meeldib. Kõigepealt kodus ja nüüd, juba viis aastat ka asutuses. Jet on 32 aastane ja ta on raske vaimse puudega. Sellel ajal kui Jet'il sidet kasutama hakati, oli ta väga rahutu. Ta pööras näiteks kõikapid pahupidi. Lõpuks otsustas meeskond samm sammult selle meetodi kasutamist vähendada. Paigaldati infrapuna sensor nii, et hooldajad teaksid kui ta voodist välja tuleb. Samm sammult meetodite leevendamisega sai ka Jet ise muudatustega harjuda. Peale kahte kuud on side täielikult ära, infrapuna sensorit kasutatakse siiski kogu aeg. Samuti ei kasutata sidet enam kodus. Jet ei pööra enam kappe pahupidi. Võib-olla seepärast, et ta on juba vanem. Tegelikult põhjust, miks sidet kasutati, ei esine enam ammu.

Magamistoa polsterdamine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



Kirjeldus

Seinad, põrandad, ukse 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 teiseldata.

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

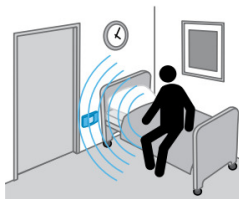
VPM hinne 1

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 sensor



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 teatekohe kui kliendi kehaosa puutub kokku anduri tuvastusväljaga.

Eelised

- Liikumisandur kulub palju vähem kui alarm-matt ja tal on palju suurem tuvastusväli.
- Regulaarseid öiseid kontrolle 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.

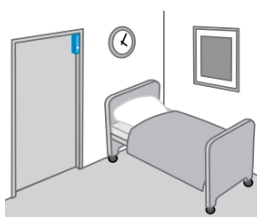
Samuti voodist väljarippuvad tekid võivad valehäireid põhjustada, kuna need saavutavad magamise ajal inimkehaga samaväärse temperatuuri.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, 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.

Puudus

Üks puudus magnetkontakti puhul on see, et alarm hakkab tööle ka siis, kui kaastöötaja tuppa siseneb. Öiste 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.

Nõuanded

Kombineerides toast lahkumise anduri kaamerasüsteemiga, 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 üks, mis koosneb kahest osast.

Ukseasendisignaali võib ka vastupidiselt kasutada, et vältida soovimatuid külalisi.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul, vastuvõetamatu käitumine

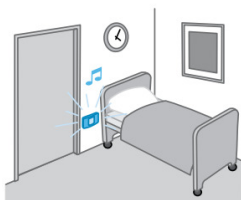
VPM hinne 1

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

Akustiline valve

Sünonüümid/ 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.

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

VPM hinne 2

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

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 privaatsusesse.

Puudused

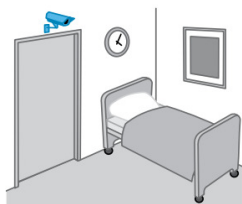
Praktikast tulenevalt ilmneb, et rakendades akustilist valvet, toimub öö jooksul ca 10 häireteadet kliendi kohta. Mehitatud öövalve keskus, kes häireid hindab ja 'valehäired' välja sõelub, on sellisel puhul tegelikult hädavajalik. Selliseid keskusi on küll puuetega inimeste hoolduses, kuid vähem tihti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

Muuhulgas kasutatav: rahutus, 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 lülitada 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.

Öisele personalile on võimalik anda PDA (isiklik digitaalne abimees). Läbi kaamera saadatud 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.

VPM hinne 3

Kaamera kasutamine tungib tugevalt privaatsusesse.

Eelis

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

Puudused

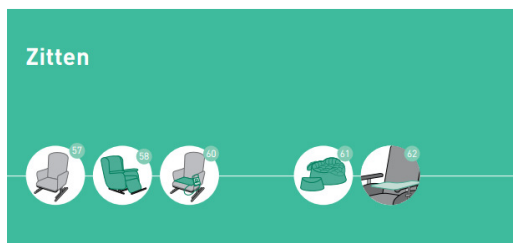
Privaatsus on tõsiselt häiritud. Et kaitsta privaatsust niipalju kui võimalik, on igal juhul hea kaamera alles siis sisse lülitada kui sensor või kaamera ise häire annab.

Pane tähele

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

Muuhulgas kasutatav: rahutus, 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, külgapadjad, 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



VPM hinne 0

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 tõusta ja jalutama hakata.

Vesitool vormib end täielikult keha järgi.

Nõuanded

Lõõgastustool on saadaval ka niiskuskindlast, kergesti puhastavast materjalist.

Hea istumiskõrgus on oluline kukkumisohuta püsti tõusmiseks.

Muuhulgas kasutatav: rahutus

Marina de Jager - „Ma tunnen ennast vabamalt“

Kaisuloom sideme asemel

Marina de Jager on 34 aastane ja tõsise vaimse puudega. Ta saab vaevu seista ja on väga rahutu. Päeval 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 nõõriga tooli küljes. Ja mis selgub? Marina muutub rahulikumaks. Ta tunneb ennast vabamalt, hoiab kaisulooma kõvasti kinni ega tee enam katseid püsti tõusta.

Ülestõusmine alarm toolilt

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 hooldaja või juhendaja telefoni). Ühele vastuvõtjale võib seadistada rohkem ülestõusmise alarme kui üks.

Eelis

See annab hoolduspersonalile lisa silmad ja kõrvad, mis läbi 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

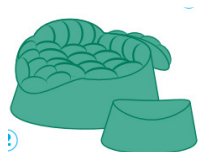
Ülestõusmise-alarm on Hollandi seadusandluse järgi vabadust piirav meede. Et rakendada ülestõusmis-alarmi, tuleb seda samuti laiapõhjaselt arutada.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht, ringiuitamise puhul

Pall-tool

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Küljelappidega istumiskott, stimuleerimistool



Kirjeldus

Pall-tool on istumiskott, mille istumisosas on täidetud terade ja pallidega. See on istumiskott kõvast materjalist tagaosaga, mille läbi säilib tooli funktsioon. Istumisosas, seljatugi ja lahtised külglapid on riidega 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.

Teadmiseks

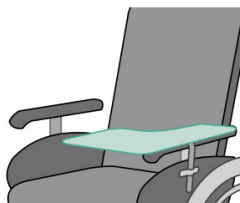
Saadaval on ka pall-tekid ja pall-padjad.

Muuhulgas kasutatav: rahutus

Pollaud ratastoolile

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Töölaud, ratastoolilaud



VPM hinne 0

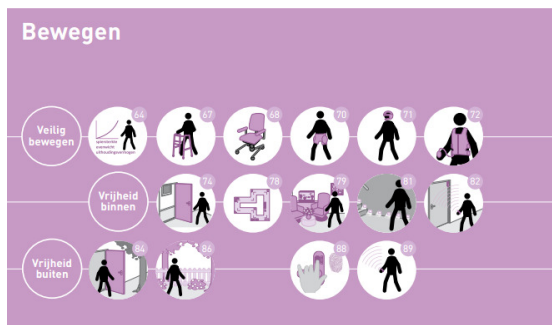
Kirjeldus

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 töölauad 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.

Pane tähele

Aruta pool-laua kasutamine läbi liikumisterapeudiga.

LIIKUMINE



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 kukkumishuga? Loomulikult tuleb tähelepanu pöörata võimalikult ohutule liikumisele.



Takistuste vähendamine

Takistused segavad klientide ohutut liikumist. Mõtle selle peale:

- Füüsilised takistused kõndimisrajal: liiga palju varustust elutoas, uks mis raskelt avaneb; elutoa tool, mis ei veere.
- Segav riietus: ebamugav riietus, vales mõõdus (öö)rietus, liiga pikk (öö)rietus 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 vähe 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. Kõrvalekaldumised 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 liikumisele, kasvab motivatsioon liikuda ja kehaline 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 sümboleid 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 suuremat 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 scuutermobiilid.

Nõuanne

Aruta koos füsio- või ergoterapeudiga.

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'.

Vaarumistooli saab kõrgusesse reguleerida, tal on (kokkulapitavad) käetoed 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).

VPM hinne 0

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

Eelised

Klient saab väikse kukkumisohuga 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

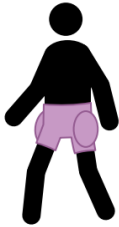
Libisemisvastane matt või libisemisvastased kleepsud aitavad vältida, et keegi toolist välja ei libiseks.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht

Puusakaitse

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Puusakaitsepüksid, hipster, Safehip, hipsheld`



Kirjeldus

Puusakaitse on tõhus kaitse puusaluurmurdude vastu. Puusakaitse koosneb kahe padjaga pükstest, mis meenutavad aluspükse. Padjad asuvad jala ülasosa 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 tõepoolest väheneb, aga vaid siis kui 'teraapiast kinni peetakse', nii et seda kasutatakse järjepidevalt. Sellele peab olema toetus nii kliendi kui töötajate poolt.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht

VPM hinne 0

Ei ole vabadust piirav.

Kaitsekiiver

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



Kirjeldus

Kaitsekiiver on mõõdu järgi tehtud kiiver, et vältida koljuvigastusi, mis võivad olla tingitud näiteks kukumisest (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. Kiivriks on võimalik asetada ka eraldi mask.

Muuhulgas kasutatav: peatagumine, epilepsia, enesevigastamine, tõsine kukumisoht

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 vest. 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 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 kasutama peab.

Muuhulgas kasutatav: rahutus

VPM hinne 0

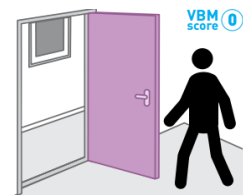
Klient otsustab ise surve üle.

Vabadus siseruumides

Avatud ukсед

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Alati juurdepääs kõikidele ruumidele hooldeasutuses, vabadus liikuda asutuses ringi



Kirjeldus

Suletud usteaga võivad kliendid ärrituda ja rahutuks muutuda. Juba üks kutsus 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 ese), 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.

VPM hinne 0

Eelis

Avatud uste poliitika sobib emotsioonile orienteeritud hoolduses ja tagab, et osakonnas oleks vähem rahutust. Hoolealused võivad rahuldada oma kõndimisiha 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 - stiimulirikkasse või -vaesesse.

Puudus

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

Nõuanne

Peites mitte turvalistesse väljapääsudesse viivad ukсед 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.

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

Ida Scheringa - 'Peagi selgub, et ta magab rahulikult edasi'

„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!

Gerdi Schoenmakers - 'Kukkumisoht on endiselt olemas'

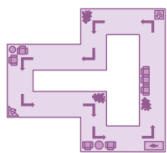
Piisav järelevalve infrapuna sensoriga

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 personali 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



VPM hinne 0

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 jalutusalad 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 poolel 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.

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 plakatiga, järgi tehtud tükike metsa koos heli ja pingiga, interaktiivne kunst, linnupuur, 'kino', beebinurk.

Elis

Vähem rahutust.

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

Leo van der Bosch - 'Ta võib nüüd käia ja seista seal kus ta tahab'

Aeg-ajalt võib kukkuda

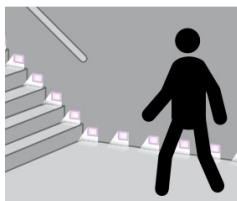
Leo van der Bosch on 72 aastat vana ja tal on dementsus. Ta ärritub ruttu ja ta ei suuda selgeks teha, mis ta tahab. Ta soovib pidevalt jalutada, kuni ärakurnamiseni. Seetõttu istub ta turvavööga vaarumistoolis. Sellega ei ole Leo üldse päri. Ta annab sellest märku vahel äkki agressiivseks muutudes. 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 siimaani 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



VPM hinne 0

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

Muuhulgas kasutatav: alati, ekslemine

Liikumisvõrud

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Ekslemise-tuvastamine, kiibiga käepael



VPM hinne 3

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

Kirjeldus

Kiibi abil võivad ukSED mõnede klientide puhul suletuks jääda ja teiste puhul avaneda. Klientide puhul, kes tõesti ei tohi osakonnast (selle osast) või ühiseluruumidest väljuda, saadetakse häire kiibid strateegilisele uksale lähenevad. Seda usti võib seejärel näiteks just selle konkreetse kliendi jaoks lukustada. Klientid, 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 uste ees oleva tuvastamisnõoriga põranda(katte) all. Sellisel ilma patareideta kiibil on lühike ühendusraadius, kuid jalutades üle tuvastamisnõoriga 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 klientid 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.

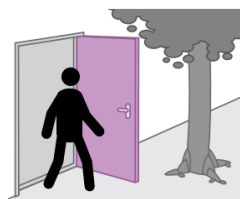
Muuhulgas kasutatav: rahutus, ekslemine

Vabadus õues

Avatud ukSED

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



VPM hinne 0

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.

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

Guntur Yilmaz – 'See toimib hästi juba esimesest päevast'

Mitte kinniseotult, lisajärelevalvega

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 järelevalve. 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, alzheimeriaed



VPM hinne 0

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.

Üks hea aed:

- On vabalt ligipääsetav.
- On selgete suunaviitadega, nii et igaüks aia kergesti 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 kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

Biomeetria

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Biomeetriline järelvalve, sõrmejäljetuvastus, sõrme-skanneering, 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 vaatab sind).

Eelised

Klient saab rohkem liikumisruumi juurde.

Puudused

Igapäevasel kasutamisel tuleb iga õhtu seda käekella või vööl olev 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

Päevased ja üldised tegevused

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Päevahoid, Tegevused, Tegevusprogramm, (vabatahtlik) töö

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 päevategevusprogrammidele. 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.



Nõuanded

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

Muusika



VPM hinne 0

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 ärritumisteni 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



VPM hinne 0

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 niimoodi tuleb klient korra tagasi siia, praegusesse 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: rahutus

Tegevuste ajamõõtja

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Tegevuskell/ aja taimer



VPM hinne 0

Kirjeldus

Tegevuste ajamõõtja on kell, millelt saab näha, kui palju aega saab veel ühele tegevusele kulutada. Seerite 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 väheneb või seda saab ennetada.

Nõuanne

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

Muuhulgas kasutatav: alati, probleemne käitumine

Melle Hofstad – 'Melle on pea tundmatuseni muutunud'

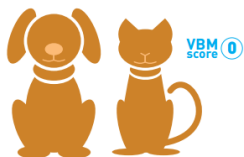
Sisuline tegevus pakub rahu

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 sidemes, 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 koortejalutamise 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



VPM skoor 0

Kirjeldus

Paljudes hooldeasutustes ei ole lemmikloomad lubatud. Järgides USA ja Inglismaa eeskuju, 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 haavatavad 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 tegevusteks, olgu kavatsused kui head tahes. Tegevused loomadega on loomulikult alati tervitatavad, kuid alati tuleb olla ettevaatlik.

Pane tähele

Paitamiskoerad peavad vastama erinevatele kriteeriumitele. 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.

Nõuanded

- Kliendid peavad tihti oma lemmiklooma ära andma kui nad hooldeasutusse elama asuvad. See toob kaasa palju kurvastust. Läbi loomade-paitamise projekti meenub neile oma koduloom.
- Võib-olla on see siiski lubatud, et kliendil akvaarium toas on. See võib olla väga rahustav.
- Näiteks terapeutiline robot-hüljes Paro on hea alternatiiv, kui päris loomad mingil põhjusel soovitud ei ole.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, kurvastus, üksildustunne

Rohkem liikumist

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



VPM skoor 0

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, kodutreener, poksipall, organiseerides nii individuaalseid kui grupitegevusi 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 osutada vajalikuks juhendamine või GPS.

Liikumine võib toimuda ka sellisel kujul, et klientidel lastakse majapidamistöodes kaasa lüüa, aidates 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 grupis) 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: rahunus, kukkumisoht

Mälestuste kogumine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Teema-, mälu treening, teemakarbid, stiimul-kastid, jutuköögid



VPM skoor 0

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.

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 meenusmaterjale. 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: rahutus

Kaisutool

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



VPM skoor 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.

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.

Muuhulgas kasutatav: rahutus

Rahupakkuvad voodid

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



VPM skoor 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.

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.

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



Medewerkers

VPM skoor 0

Kirjeldus

Osavõtlikus (mindfulness) 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 praegusel hetkel saad lahendada olukorra nii hästi kui võimalik.

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 lehekülge 108.

Muuhulgas kasutatav: alati, agressioon, rahutus, probleemne käitumine

Osavõtlikkus klientidele

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Teadvustamine, tähelepanelikkus, zen



Cliënten

VPM skoor 0

Kirjeldus

Osavõtlikus on eluhiak ja mediteerimisvorm, mis on suunatud teadvustamaks 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.

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. Tunnetä, 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 tunnetä kus su jalad. Kas sa tunned oma kingi? Oma sokke? Milline on aluspind? Kas su jalad on soojad või külmad? seeläbi, et sa millelegi täielikult erinevale keskendumis, langeb pinge ja vihatunne kaob. Sa tunned 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.

Nõuanne

Osavõtlikkuse treening töötajatele võib samuti olla üks hea alternatiiv vabadusepiiramisele. Vaata selleks lehekülge 106.

Muuhulgas kasutatav: alati, agressioon, rahutus, probleemne käitumine

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 hooldusasutustes. 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 söötmismoment hubasemaks, maitsemaks 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 joogikõnelustest lahti laskmine, vaba valik



VPM skoor 0

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 joogikõnelustest (1 naps pühapäeviti, maksimaalset 2 võileiba, ei mingeid maiustusi toas) võib sageli lahti lasta. Vastuse võib niipalju kui võimalik jätta kliendile. See kehtib ka näiteks suitsetamiskordade kohta. Nõustada võib, kuid nõuda või piirata mitte.

Eelised

Vähem rahutust ja rohkem valikuvabadust kliendile.

Nõuanded

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

Söögitoa 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 stiimulivaba 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 rahu.

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 söögitoas sisse välja liikuda.

Nõuanne

Vaimse puudega inimestele mõeldud hooldeasutus märkas, et paigutades söögiruumi 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

Peter Eliens - 'Ta tõuseb siis tihti püsti ja jalutab isegi minema'

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 lauataga 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 siamaani kunagi lõuna ajal lauataha istunud! Nüüd võib ta, just nagu varem, võileib käes väljas jalutada. Tema rahutus ja teiste elanike oma on vähenenud.

Renske Bergsma - 'Mida ta ise tahab ja millal tahab'

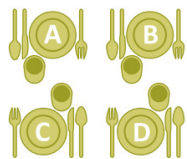
Alati üks banaan

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.

Istekohtade paigutus

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Lauakatmine



VPM skoor 0

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

Eelised

Väikeste kohandustega võib saavutada suuri tulemusi.

Nõuanne

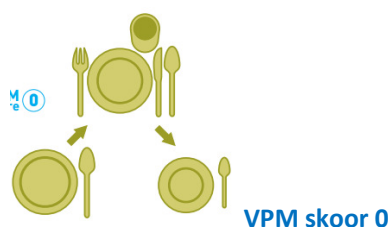
Kindlad kohad lauas hoolitsevad turvalisuse, struktuuri ja etteennustatavuse eest.

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.

Nõuanne

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

Muuhulgas kasutatav: rahutus

ALTERNATIIVID PÕHJUSTE JÄRGI

Alternatiivid põhjuste järgi						
	VPM skoor					
Kukkumisoht	0	1	2	3	4	LK
Söögitoa praktilised kohandused	x					113
Kogemuskoridor	x					79
Liikumisprogramm	x					65
Rohkem liikumist	x					100
Seismis- ja kõndimis abivahendid	x					67
Puusakaitse	x					70
Madalaks lastud voodi	x					28
Vooditugi	x					41
Kukkumismatt voodi kõrval	x					40
Vaarumistool	x					68
Meditatsiooniline uuring	x					16
Kõrge-madal voodi eriti madalal		x				28
Alarm-matt		x				29
Öövalgustus		x				44
Toast lahkumise andur		x				50
Ülستؤsmise-häire voodis/ voodi ümber		x				49
Ülestؤsmise alarm toolil		x				60
Akustiline valve			x			52
Veeremispadjad				x		31
Kaamera				x		54
Kaitsekiiver					x	71
Telkvoodi					x	36
Voodi boks					x	38
	VPM skoor					
Rahutus ja probleemne käitumine	0	1	2	3	4	LK
Söögitoa praktilised kohandused	x					113
Eelistuste lubamine	x					112

Söömisrituaal	x					117
Istekohtade paigutus	x					116
Lahtised ukсед	x					84
Meditatsiooniline uuring	x					16
Füüsilise ruumi kohandamine	x					17
Surve ja sundimise vähendamine	x					12
Kogemuskoridor	x					79
Sensoorne aed	x					86
Liikumisring	x					78
Lõõgastustool	x					58
Pall-tekid	x					25
Sinisega-rikastatud valgus	x					42
Muusika	x					94
Klounid	x					95
Looma-paitamise projekt	x					98
Rahupakkuvad voodid	x					105
Rohkem liikumist	x					100
Töötajate mindfulness	x					106
Klientide mindfulness	x					108
Rõhkvest	x					72
Kaisutool	x					104
Alarm-matt		x				29
Öövalgustus		x				44
Ülestõusmise-häire voodis/ voodi ümber		x				49
Ülestõusmise alarm toolil		x				60
Toast lahkumise andur		x				50
Pall-tool			x			61
Akustiline valve			x			52
Biomeetria			x			88
Kaamera				x		54
Telkvoodi					x	36
Voodi boks					x	38
	VPM skoor					
Ringi uitamine	0	1	2	3	4	LK
Lahtised ukсед	x					84
Meditatsiooniline uuring	x					16
Füüsilise ruumi kohandamine	x					17
Rohkem liikumist	x					100
Mälestuste kogumine	x					102
Kogemuskoridor	x					79
Sensoorne aed	x					86
Liikumisring	x					78
Lõõgastustool	x					58
Pall-tekid	x					25
Orientiirvalgustus	x					81

Sinisega-rikastatud valgus	x					42
Alarm-matt		x				29
Öövalgustus		x				44
Ülstõusmise-häire voodis/ voodi ümber		x				49
Ülestõusmise alarm toolil		x				60
Toast lahkumise andur		x				50
Pall-tool			x			61
Akustiline valve			x			52
Biomeetria			x			88
GPS			x			89
Ekslemise-tuvastamine				x		82
Kaamera				x		54
Kaisutool					x	104
Telkvoodi					x	36
Voodi boks					x	38
VPM skoor						
Enese vigastamine	0	1	2	3	4	LK
Ohumärkide plaan	x					18
Squese	x					94
Muusika	x					94
Rahupakkuvad voodid	x					105
Magamistoa polsterdamine		x				48
Voodi polsterdamine			x			27
Kraapimiskindad				x		34
Kaitsekiiver					x	71
VPM skoor						
Enese vigastamine	0	1	2	3	4	LK
Epilepsia alarm		x				26
Magamistoa polsterdamine		x				48
Voodi polsterdamine			x			27
Kaamera				x		54
Kaitsekiiver					x	71



TERTVISEAMET