

Tõlge:

Esikaan:

Lai valik 60

Alternatiivid vabadusepiiramisele tervishoius

Praktiline abi- ja inspiratsioonivahend vabadusepiiramise vähendamiseks

Lk2-3

Eessõna

Esimene versioon Alternatievenbundel(alternatiivkogumik) (detsember 2011) on entusiasmiga vastuvõetud ja rohkesti kasutuses. Uhkusega esitleme nüüd uut, laiendatud versiooni. Me oleme palju ilusaid alternatiive lisanud. Samuti on uus VBM- hinde seletus (VBM tuleneb hollandi keelsest väljendist *Vrijheidssbeperkende maatregelen* ja tähendab vabaduse piiramise meetmeid): Mis on selle funktsioon ja kuidas saab skoor sind aidata kõige õigema alternatiivi otsingutel see kogumik sisaldab üle 60 alternatiivi vabadusepiiramisele.

Arusaamine võimalustest

Mõnikord seisnevad alternatiivid lihtsates materiaalses vahendite , mida sa igalt poolt osta saad, kasutamises vahetevahel aga puudutavad alternatiivid rohkem ravi ja vastutulekuid kliendi eelistustele. Mõnikord on alternatiiv midagi väga lihtsat mille peale tulla ja 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 annab algatusvõimet klientidele rohkem anda.

Tellimustöö(Rätsepatöö)

Kui te loodate leida sellest kogumikust valmis lahendusi kõikidele klientidele, siis peame teile pettumuse valmistama. konkreetse isiku juhtumise sobiva lahenduse leidmine ei ole küsimus otsimises ja asendamises. See on individuaalne tellimustöö. Mis ühele kliendile on hea alternatiiv, ei pruugi teisele üldse sobida. Sa pead otsima viisi kuidas igale individuaalsele kliendile elukvaliteeti ja turvalisust pakkuda. See tähendab, et te kliendiga ühiselt peate jõudma sobivale lahendusele. Kui tähtis on turvalisus ja kui tähtis on elukvaliteet? Mida me soovime selle kliendi jaoks? Kes ta on ja mis on tema jaoks oluline? Milliseid riske me aktsepteerime? Astuge multidistsiplinaarsesse vestlusesse ja kaasake ka perekond sinna juurde. Niimoodi leiame te parima lahenduse.

Tahate rohkem teada vabadusepiiramise vähendamisest? Tutvuge siis esmalt

www.vilans.nl/vrijheidsbeperking.

Drs. Francisca Hardeman

Projectleider Minder vrijheidsbeperking in de langdurende zorg: het kan! (Projektijuht Vähem vabadusepiiramist pikaajalises hoolduses: See on võimalik!) Vilans

Lk 4-5

Sisukord

Kõige paremini sobiv, kuid samal ajal vähim piirav meede	6
VPM-hinde seletus: abivahend, mitte ümberlükkamatu fakt	8

Vabaduse põhialused 9

Alternatiivi puudumine	10
Kliendile suunatud tähelepanu ja ravi	12
Selge kommunikatsioon	14
Meditatsiooniline uuring	16
Füüsilise ruumi kohandamine	17
Ohumärkide plaan	18
Järelvalve	20

Magamine 22

Üldised nõuanded magamiseks vabadust piiramata (aheldamiseta?) 23

Alternatiivid voodis (minekul) 24

Pall-tekid	25
Epilepsia alarm	26
Voodi polsterdamine	27
Ekstra madal voodi	28
Alarm-matt	29
Veeremispadjad	31
Kraapimiskindad	34
Käetugi	35
Telkvoodi	36
Voodi boks	38

Alternatiivid voodis (olles) 39

Kukkumismatt voodi kõrval	40
Vooditugi	41
Sinisega rikastatud valgus	42
Öövalgustus	44
Magamistoa polsterdamine	48
Liikumisandur	49
Toast lahkumise andur	50
Akustiline valve	52
Kaamera	54

Istumine 56

Üldised nõuanded istumiseks ilma vabaduse piiramiseta	57
Lõõgastustool	58
Ülestõusmise alarm toolil	60
Pall-tool	61

Poollaud ratastoolile 62

Liikumine 63

Ohutu liikumine 64
Üldised nõuanded ohutuks liikumiseks 64
Seismise- ja kõndimise abivahendid 67
Vaarumistool 68
Puusakaitse 70
Kaitsekiiver 71
Rõhkvest 72

Vabadus siseruumides 73

Avatud ukсед 74
Liikumisring 78
Kogemuskoridor 79
Orientiirvalgustus 81
Liikumisvõrud 82

Vabadus õues 83

Avatud ukсед 84
Sensoorne aed 86
Biomeetria 88
GPS 89

Päevahoid ja tegevused 91

Päevased ja üldised tegevused 92
Muusika 94
Klounid 95
Tegevuste **ajamõõtja** 96
Looma-paitamise projekt 98
Rohkem liikumist 100
Mälestuste kogumine 102
Kaisutool 104
Rahupakkuvad voodid 105
Mindfulness töötajatele 106
Hoolitsev hoiak klientidele 108

Söömine ja joomine 110

Üldised nõuanded söömiseks ja joomiseks ilma vabaduse piiramiseta 111
Eelistuste lubamine 112
Söögitoa praktilised kohandused 113
Istekohtade paigutus 116
Söömisrituaal 117

Lk 6-7

Kõige paremini sobiv, kuid samal ajal vähim piirav meede

Ei ole elu ilma riskideta. Me saame oma riske kaaluda ja vabalt valikuid teha. Aga pika-ajalise hoolduse klientide puhul on see teisiti. Kuidas teha nende elukeskkond ohutuks ilma nende silmis elukvaliteeti kaotamata? Sest eluaeg kinni olemine on võib-olla ohutu, kuid näitab vähest austust kliendi väärikuse ja isikuvabaduse suhtes.

Vabaduse piiramise meetmete kohaldamisel on tähtsad järgmised põhimõtted:

1. Meede on proportsionaalne taotletava eesmärgiga. Näiteks pea peksmine õigustab karmima meetme kohaldamist kui karjumine hooldaja peale.
2. Eelistada vähem piiravat 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 kehtib nii nädalateks või kuudeks, aga samuti minutiteks või tundideks määratud meetme kohta.

Niipalju kui on kliente, niipalju on võimalusi.

Vaata millised riske sa soovid vähendada ja räägi läbi millised riskid vastuvõetavad on. Vali läbirääkimiste põhjal parim sobiv, kuid vähim piirav meede oma eesmärgi saavutamiseks. Kõikidele alternatiividele selles kogumikus on antud VPM-hinne (VBM tuleneb hollandi keelsest väljendist *Vrijheidssbeperkende maatregelen* ja tähendab vabaduse piiramise meetmeid). Nii saad sa vahet teha rohkem või vähem piirava te meetodite vahel ja hea valiku langetada õigele alternatiivile. Järgmisel leheküljel seletame kuidas see töötab.

Vähendamist viid sa läbi järgmiselt:

- Tee koos erinevate erialade esindajatega kliendi õendushooldusplaani. Selles plaanis kirjeldad sa vähendamist vahendites (alternatiivid väiksemate VPM-hinnetega) ja tundides.
- Räägi oma plaanid kliendiga (otsusevõimetu kliendi puhul omakse v teovõimetu kliendi puhul eestkostjaga) läbi
- Proovi alternatiivid läbi.
- Vaatle ja raporteeri tähelepanekutest.
- Kohenda plaani kui vaja.

Järgmisel leheküljel seletame kuidas sa saad head alternatiivi otsida VPM-hindega .

Lk 8-9

VBM(VPM)-hinne: abivahend, mitte ümberlukkamatu fakt

Kõikidel alternatiividele selles kogumikus on antud VPM hinne. See hinne aitab sul head alternatiivi valida. Hinde suurus näitab kui range meetodiga on tegemist ja kui lähedane kehakontakt kliendiga selle puhul on. Rootsi sidemele (Zweedse band) ja eraldusruumile on antud näiteks hinne 5. Kuna need meetodid ei ole alternatiivid teistele meetoditele, siis neid siin kogumikus ei ole. Hinne 0 tähendab, et vabadust ei ole piiratud.

Kui sa soovid üht meetet leevendada, siis otsid sa alternatiivi madalama VPM hindegaga meetmete hulgast. Näiteks hea alternatiiv mehaanilisele ohjeldamisele (VPM-hinne:5) on telkvoodi (VPM-hinne:4), mille kasutamisel kliendil on suurem vabadus ja on väiksem võimalus õnnetusteks.

Märka samas,, et VPM-hinne 4 on ikkagi kõrge; vooditelk on endiselt tõsine vabaduse piiramise vahend. Seega kui vooditelk töötab, hakka otsima meetmeid VPM-hindegaga 3 või madalam, näiteks kaamera (VPM-hinne: 3) või akustiline valve (VPM-hinne: 2). Eesmärk on alati VPM-hinne 0!

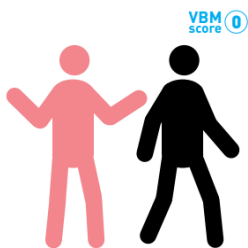
PANE TÄHELE: Iga klient on erinev ja kogeb seega ka kohaldatavat meetet erinevalt. VPM-hinne on üldine indikaator hindamaks vahendi piiravust. Vaata iga olukorra puhul kui tõsiselt see vahend sekkub kliendi elu.

Lk 10-11

Alternatiivi puudumine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Minna-laskimine, riski aktsepteerimine, teadlik riski võtmine



Kirjeldus

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

Piiravate meetmete kasutamise lõpetamise lugude tuum oli:

- Vaadelda & hinnata
- Minna-laskmine
- Hea ettevalmistus

Ohjeldamis vahendi kasutamist ei saa lihtsalt ühel päeval lõpetada. Üheskoos kolleegidega proovi ohjeldamisvahendi kasutamise lõpetamine samm-sammult läbitöötada. Selle juures on tähtis hästi tähele panna toimuvat ja tagasisidet anda. Alusta paari minuti kaupa meetme kasutamises pauside tegemist 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 fikseerimiseks 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 eesmärki?
- Kas see on vähim piirav vahend?
- Kas vahendit ei rakendata kauem kui hädavajalik?
- Kas vahendit on rakendatud kliendi hüvanguks (ja mitte selleks, et sel momendil järelvalve puudub)?

Tähtis on kliendi õendushooldusplaani koostamiseks multidistsiplinaarselt töötada (arst, füsio- ja egoterapeut, 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 sellisel juhul parim sobiv vahend on (kehast eemal niipalju kui võimalik).

Lk 12-13

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 tassid, kohvi jaoks, mis alles tund aega hiljem serveeritakse, valmis kuna see on praktiline. Klient järeltab, et 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 (vaata lk. 20) elutoas või töötades koos võõrustajatega, on võimalik olukorra eskaleerumist 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 tundma õppimise ja teadmise kuidas keegi rahu leiab, teades millised on olulised harjumused ja mis on tüüpilised kliendile riietumisel, voodi rituaalis, söömise ajal ja personaalses hoolduses ja neid järgides, on võimalik vastupanu ennetada.

Sa võid endale esitada 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 panustada nendele kallile inimesele 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 plaaneerimist ja pereliikmete logistikaga sobitamist

Nõuanded

- Vajaduse korral suunata klient edasi ühiskondlikule tööle, nõustaja juurde, psühholoogi või psühhiaatri juurde.
- Eluraamatu koostamine on sobiv tööriist parandamiseks igapäevast hooldust ja järelvalvet.

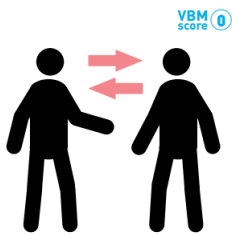
- Vastumeelsust pesemisele on võimalik ennetada töötades spetsiaalsete impregneeritud pesukinnastega või rätikutega ning Swash juuksemitšiga. See on vahend millega on võimalik kliendi juukseid ilma veeta pesta.

LK 14-15

Selge kommunikatsioon

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Pildimaterjalide kasutamine, puzzle-süsteem



Kirjeldus

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

- Kohtle klienti rahulikult ja tasakesi.
- Välti vastasseise ja valjuhäälsset kommunikatsiooni.
- Anna kliendile tagasisidet tema hääletugevuse kohta.
- Kuula hoolega, üldista ja esita küsimusi, et kontrollida, kas sa oled kliendist õigesti aru saanud.
- Kasuta kommunikatsiooni 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 siis selgelt olukord läbirääkida ja võimalikult palju kasutada ühte ja sama töötajat).
- Puuduta klienti kui see on aktsepteeritav (ja samas austades tema isiklikku ruumi). Vahel toimib puudutus paremini kui sõnad. Puudutada võib ka (käte) massaaži kujul.
- Paku sõprussuhet.
- Mängi kliendi headel külgedel ja vestle tema huvidest ja tööst.

Üldised nõuanded

- Lase OMA (tihedamini) koju: Otsused, Arvamused, Nõuanded
- Kasuta LSD: Kuulamine, Kokkuvõtmine, edasiküsimine
- Võta ANNA kaasa: Alati küsi, Ära kunagi oleta
- Määri NIVEA: Ära täienda teise eest
- Ole OEN: Avatud, Aus , Uudishimulik

Nõuanne

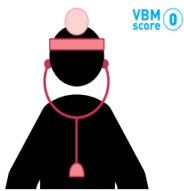
Puzzle-süsteem, objektipõhine-kommunikatsioonisüsteem või kokkusobituvad pildid võivad aidata suhtlemisel. Valides kokkusobitamise või puzzletamise vahel, on oluline, et arvestataks kliendi tasemega.

Teadmiseks

Suhtlemiseks dementsete vanuritega on olemas spetsiaalsed juhised.

LK 16-17

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, milleläbi kukkumisohtu, probleemset käitumist ja sellega kaasnevat vabaduse piiramist saaks vähendada.

On oluline koos spetsialistiga järgmistele tähelepanu pöörata aspektidele:

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

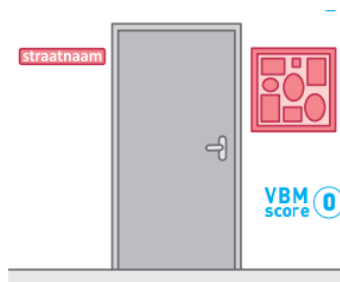
- Uuri ortostaatilist hüpotensiooni ja vererõhu muutusi.
- Uuri silmanägemist ja visuaalsete abivahendite sobivust.
- Uuri kuulmist ja abivahendite sobivust.
- Uuri vestibulaarse süsteemi subkliinilisi häired nagu kõrvapõletikud.
- Kontrolli veresuhkrut.
- Uuri ägedaloomulisi meditsiinilisi probleeme,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

Lk17

Füüsilise ruumi kohandamine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Orientatsioonitugi, stiimulivaene ruum, päevalguse lamp



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 tuleb. Suur kell võib toimida rahustavalt, kuna klient saab ajas orienteeruda. Kombineerituna selge päevaskeemiga annab kell juhiseid.

Muutes elukoha, toa, köögid äratuntavaks, näiteks läbi värvide või pildimaterjali, parandab see klientide orientatsiooni ja vähendab rahutust. Koridoridele võib anda näiteks tänavanimed, et toetada orienteerumist. Istumis- ja magamistubade äratundmist võib suurendada riputades kõigi istumis- ja magamistuba 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, posterid) või näiteks hoolitseda, et oleks eraldi stiimulivaene ruum, mis on võimalusel ühendatud elutoaga, nii et klient ise saaks valida, millal rahulikku ruumi minna.

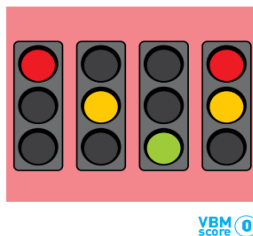
Laavakivilambil, liikuval või muusikat mängival mängutoosil võib olla rahustav mõju.

Lk 18

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 ja mitte lasta klienti üle minna järgmisesse faasi, vaid tuua ta tagasi 0 faasi. Hooldus- või juhendamisploanis on ülesloetletud ja kliendiga kokku lepitud milliseid signaale klient näitab ja kuidas juhendajad või hooldajad sellepeale reageerivad.

Valgusfoorimeetod on meetod suurendamiseks enesekontrolli. Rohelise, kollase või punase abil võib klient ise teatud meeleolu või lähenemist edasi anda. Valgusfoori võib kasutada ka vaatlusmudelina, et teatud käitumisi kaardistada.

ABC-meetod on mõeldud agressiooniga hakkama saamiseks ja selle ennetamiseks läbi kommunikatiivse interventsiooni. ABC tähendab siinkohal agressiooninähtu (varajane signaal), professionaalne suhtumine ja kommunikatsioon (selgus, läbipaistvus ja seos). Füüsilist sekkumist peab kasutama vaid ohtlikes olukordades.

Lk 19

Oluline aspekt selle meetodi juures on kliendi seotus kohtlemisega. Koostatakse ka kohtlemisplaani kriisi olukorras, mille juures klient mõtleb kaasa agressiooni põhjuste üle ja kuidas seda ennetada.

Eelis

Signaalide kasutamine on hea viis kuidas tõhusalt õigeaegselt sekkuda agressiivsuse eskaleerumisse. „Metoodiline töö aitab panustada klientide professionaalsesse kohtlemisse agressiivse käitumise puhul. See muudab käitumise agressiivsete klientidega üheselt mõistvaks, läbipaistvaks, ülekantavaks ja hinnatavaks, millest saab kasu ravi kvaliteet.“(Sentener, lk 7, 2008).

Puudus

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

Teadmiseks

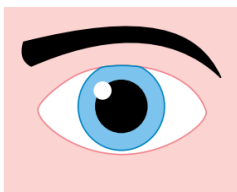
Antud ABC-meetod töötab koos praktilise tegevusmudeliga, ABC püramiidiga. See juhendab kuidas metoodilisel viisil tegeleda agressiivse käitumisega.

Lk 20

Järelvalve

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Silma peal hoidma, valvama, jälgima, tähele panema



VBM
SCORE 0

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 (samuti lauaga tõkestatult, võretoolis, rihmaga toolis) seetõttu et seal liiga vähe personali on?

Töötajaid võib toetada läbi kodutehnika. Nagu näiteks kaamera, andurite, alarm-matt voodi all või kõrval, akustiline valve, ülestõusmise alarm toolil, pealtkuulamis-süsteem, GPS-kiip, ekslemise-tuvastus või infrapuna andur (vaata edasi sellest kogumikust). Aga vahest aitab ka tassist ukse käepidemel, mis kliendi toast väljudes maha kukub ja seeläbi hooldajat hoiatab.

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

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

Lk21

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 kaalutleda ja valida mis on parim sobiv abivahend just selle kliendiga seotud riski puhul.

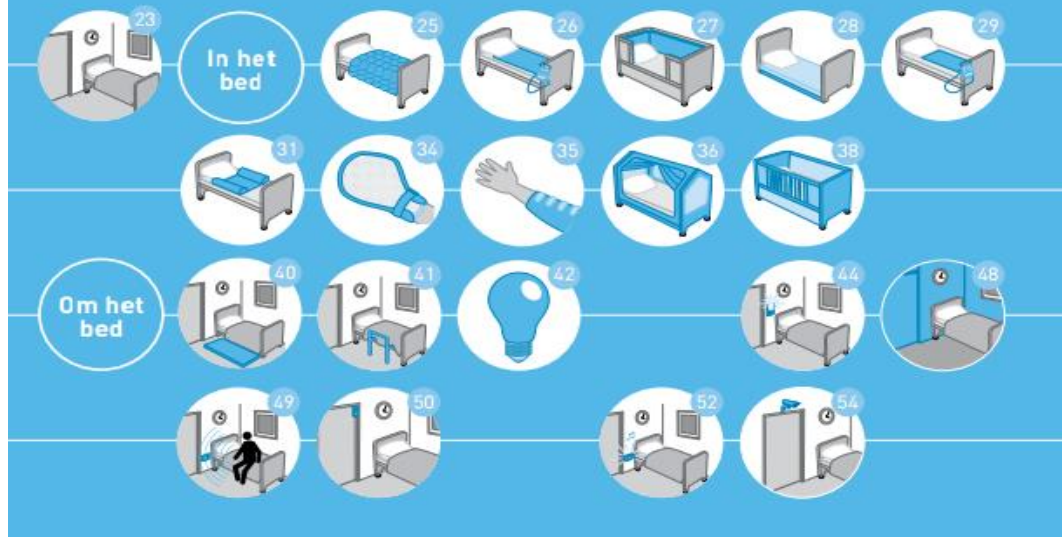
Nõuanne

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

Lk 22

Magamine

Slapen

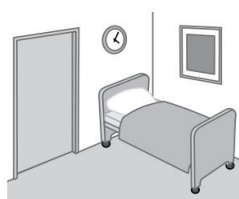


Lk 23

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, jaki 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 alati 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 rahulikku öösse. Regulaarne, kindel magamaminekuaja rutiin pakub kliendile turvalist struktuuri. Mida ta kogeb on tuttav ja tuttavad asjad on head.

Lk 24

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 teada 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! Väldi mittevajalikke öövahetuse kontrollringe.

Muuhulgas kasutatav: alati sobilik

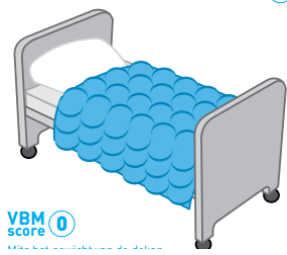
Alternatiivid voodis

Lk 25

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, kliendid magavad 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 selle läbi turvatunnet ja turvalisust, tunnet olla sissemähitud.

VPM hinne 0

Et teki kaal oleks hästi vastavalt kliendi kaalule seadistatud.

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

Lk 26

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 aset leidvaid toonilis-kloonilisi (=krambid ja šokid) hooge. See annab häiret kui inimene on kloonilises faasis (vaheldumisi pingestab ja lõõgastab keha) või kui tal on toonilis-klooniline episood. On võimalik anda kuuldav alarm koos reguleeritava helitugevusega ja/või süsteem ühendada väljakutsesüsteemi või häiretelefoniga.

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

Teadmiseks

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

VPM hinne 0

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

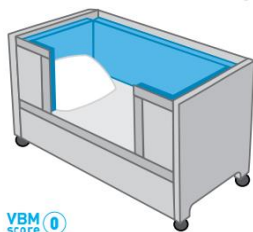
Muuhulgas kasutatav: epilepsia puhul

Lk 27

Voodi polsterdamine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Voodikaitسد, voodivõrekaitسد, voodivõre sadulad, pea- ja jalutsikaitсе, safespace, kunstnahast polsterdus, rantide kaitسد, 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.

Lk 28

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 voodit saab täielikult maani alla lasta kui klient kord voodis lamab. Sellisel juhul vigastab klient end voodist välja kukkudes vähem. Voodi hoolduseks saab voodit töökõrgusele tõsta.

Pane tähele

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

VPM hinne 1

Iseseisvalt voodist üles tõusmine on keerulisem kui voodi täielikult madalal asub.

Nõuanne

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

Muuhulgas kasutatav: kukkumisohu puhul

Lk 29

Alarm-matt

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



Kirjeldus

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

- Madratsi all: annab märku rõhu kadudes 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 (Zweedse band), aga samal ajal on tegu siiski vabadust piirav vahendiga. Selle rakendamine tuleks läbirääkida teenust osutava multidistsiplinaarse meeskonnaga ja kliendi ja/või eestkostja/omastega.

Lk 30

Nõuanne

Üks alternatiiv on toast lahkumise andur, mis saadab toast lahkumise kohta teate (vt lk 50).

Eelis

See on suhteliselt soodne vahend.

Puudused:

- Madratsi alune alarm-matt funktsioneerib halvemini kergemakaalulise puhul või rahutult magava inimese puhul.
- Nihutades madratsi alust 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: kukkumisohu puhul, ringi uitamise puhul

Lk 31

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 kukkuda ja kukkumisjärgseks vigastuseks suurem.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisohu puhul

VPM hinne 3

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

Lk 32

Rohkem vabadust annab talle rahu

Jochem de Raat

Magamine oma lemmik poosis

Kui sa noor ja ettevõtlik oled ja veel hea meelega ronid, on sul ruumi vaja. Aga kui sa sellejuures halvasti näed ja sul peale selle vaimupuue ja epilepsia on, siis on sul probleem. Nagu Jochem de Raat, 20 aastane. Asutu, kus Jochem elab, tahab meelsasti talle turvalist hooldust pakkuda ja on otsustanud ta öösiti rahutus-sidemetesse 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 võib nüüd ise otsustada kas ta voodist välja tuleb või mitte. Seda juhtub vahetevahel, aga palju harvemini kui oodatud. Rohkem vabadust annab talle rahu. Ta saab jälle oma lemmik asendis magada ja ei tõuse enam istuli kui voodisse minek on.

Lk 33

Ta jääb rahulikult lamama ja magab hästi

Sietske van der Zee

Riietega voodisse

Sietske van der Zee on siia ilma aidanud lugematul hulgal lapsi . Rohkem kui 30 aastat oli ta ämmaemand. Nüüd on ta 75 ja paigutatud hooldushaiglasse psühho-geriaatrilisse osakonda. Õhtuvahetuse hooldajad kurdavad, et nad peavad iga õhtu temaga lahingut pidama, et teda pidžaamasse ja voodisse saada. Multidistsiplinaarsel arutelul otsustati probleemi lahendamise kaasata perekond. Siis tuli välja et Sietske ka kodus alati riietega voodisse läks. Teda võidi iga hetk öösel 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 jääb rahulikult lamama ja magab hästi. Lahingud on möödunud.

Lk 34

Kraapimiskindad

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



Kirjeldus

Kindad mis on vähemalt peopesa poolt vateeritud. Need kinnitatakse randmele krõpsudega või seotakse nööridega. Sellega ennetatakse, et klient end näppude, sõrmeotste või küüntega vigastab ja kui on oht, et tekib nahapõletik.

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.

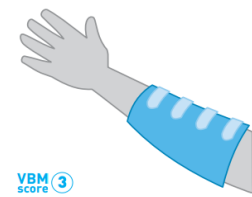
VPM hinne 3

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

Muuhulgas kasutatav: enesevigastamine, kraapimine, mähkmete või sidemete ärakiskumine, muud kompulsiiivsed liigutused

Lk 35

Käetugi



Kirjeldus

Käetugi on moodus kuidas hoida ära, et klient oma kätt saaks kõverdada. 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.

Lk 36

Telkvoodi

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Vooditelk, poseybed, staysafebed



Kirjeldus

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

Nõuanne

Telkvoodeid on saadaval koos kõrge-madala voodiga.

Muuhulgas kasutatav: rahutus ja kukkumisoht

VPM hinne 4

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

Lk 37

Ja nii samm edasi

Erwin de Ridder

Tagurpidi päeva-öörütm

Kui sa oled 40 ja lamad juba 32 aastat öösiti rahutus-sidemega, siis sa tegelikult ei oska paremat tahtagi. See juhtus Erwin de Ridderiga, tõsise vaimupuudega mehega. Erwinil on probleeme tagurpidi päeva- ja öörütmiga. Rahutus-side tagab küll öörahu, kuid samas tähendab suuresti tema vabaduse rikkumist. Side ei võimalda korra ülestõusmist, et midagi juua või pissile minna. Meetme kasutamise vähendamine toimub väikeste sammudega. Kõigepealt jääb 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 välja uitamist. Järgmine samm on uks lahti jätta ja üle minna pealtkuulamis-süsteemile. Niimoodi saab Erwin tasapisi oma vabaduse tagasi.

Lk 38

Voodi boks

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Voodi eriti kõrge äärega, Ustega voodi, Pleksiklaasiga ümberehitatud voodi, võrevoodi, kapp-voodi



Kirjeldus

Fikseeritud korpusega voodi katusega või ilma, et kliendile turvalist magamiskeskonda ja vahest ka elukeskkonda pakkuda. Voodi boks on saadava erinevatest materjalidest.

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

Nõuanne

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

Pane tähele

Voodi boksid 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.

Lk 39

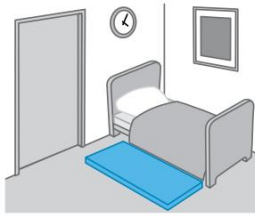
Alternatiivid voodis

Lk 40

Kukkumismatt voodi kõrval

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



Kirjeldus

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

Nõuanne

Hoolitsege, et alumine pool oleks varustatud anti-slip materjaliga.

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

Pane tähele

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

VPM hinne 0

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

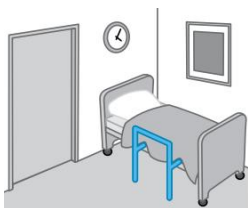
Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht

Lk 41

Vooditugi

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Transfeer tugi, ülestõusmise abi, papagoi, vooditõstuk, telgkäsi, vooditrapets, pool külgiire



Kirjeldus

Vooditugi pakub tuge klientidele kellel on raskusi voodisse ja voodist välja saamisega, püstitõusmisega ja istumisega ja ümberpööramisega. Vooditugi pakub siis turvalist tunnet.

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 tõusmist et minna istuma.

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

Lk 42

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 see lõpuks enam ei tea, millal on päev või öö.

Eelis

Kuna öine rahutus väheneb, siis vooditõkete ja fikseerimis- või rahutussidemete kasutamine ei ole enam või on vähem vajalik;

- Inimesed magavad kauem;
- Vähem depressiooni ja aeglasem kognitiivne langus (dementsuse puhul);
- Vähem fragmendiline (katkestatud) 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 päevalgust sisse paistab ja kui ilm on liiga vilets välja minemiseks, siis tuleb kunstlik valgus kasuks. Pane tähele aga järgmist:

- 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 p klientiisab.
- 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 segav tagajärgedega mõju bioloogilisele kellale.
- Ärge seadistage klientidele sinisega-rikastatud päevalguslampe peale 18.00. See töötab siis vastupidiselt, kuna siis segab see just bioloogilist kella.

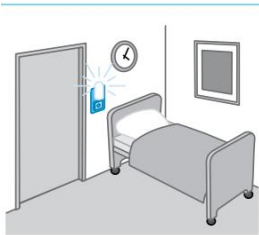
Muuhulgas kasutatav: rahutus, unetus, dementsia

Lk 44

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 ere kui päevasel ajal.

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

VPM hinne 0

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

Öö orientiir-valgustus: Teekond näiteks tualetti saab 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

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

Nõuanne

Saadaval on valguslülitid, millel vaid kergest puudutusest või käte plaksutamisest piisab või millel vajalik surve reguleeritav on. See on mugav piiratud mootorikaga klientidele. Neid lülitid 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 juba päev käes on.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul, desorientatsioon, hirm

Lk 46

„Chris'i abikaasa oli nii entusiastlik“ Chris Verpaalen

Madrats voodi ees

Chris Verpaalen on 82 aastane ja tal on Alzheimer. Ta on rahutu, liigub palju ja seeläbi on risk kukkuda suur. Chris magab rahutus-sidemes, ka seetõttu et muidu ei saaks ta piisavalt puhata. Aga siiski on ta seotuna endiselt rahutu, mis on ka põhjuseks miks institutsioon soovib uurida, kas nad saavad antud vahendit leevendada. See toimus samm sammult. Luuakse tegevuskava ja seejärel arutelud meeskonna ja pereliikmetega. Lepitakse kokku mitmetes alternatiivides ja meeskond jälgib kuidas Chris nendele reageerib. Chris magab nüüd ekstra madalas voodis. Tema voodi ees lebabd madrats (juhul kui ta kukub, siis maandub ta pehmelt) ja tema toas on sensor-kell. Meeskond, perekond ja klient on rahul. Chrise abikaasa oli nii entusiastlik, et ta lõi kaasa asutusesisesel pereõhtul, kus ta oma lugu jutustas.

„Jet ei pööra enam kappe pahupidi“ Jet Breuker

Ilma põhjusega, aga ikkagi sidemes.

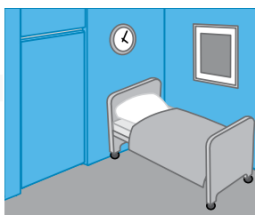
Ta magab juba 25 aastat rahutus-sidemes. Jet Breuker on ise osutanud, et talle see meeldib. Kõigepealt kodus ja nüüd, juba 5 aastat, samuti asutuses. Jet on 32 aastane ja ta on raske vaimse puudega. Sellel ajal kui Jet sidemetesse pandi oli ta väga rahutu. Ta pööras näiteks kõik kapid pahupidi. Lõpuks otsustas meeskond samm sammult meetodit vähendada. Järgnevalt paigaldati infrapuna sensor, nii et hooldajad teaksid kui ta voodist välja tuleb. Samm sammult vähendades saab 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 juba vanem on. Tegelikult põhjust miks sidet kasutati, ei esine enam ammu...

Lk 48

Magamistoa polsterdamine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



Kirjeldus

Kattes seinad, põrandad, ukсед ja/või radiaatorid pehme kattega, ei saa klient ennast vigastada. See vähendab vigastuse ohtu.

Nõuanne

Eemaldavast materjalist katted suurendavad hügieeni.

Puudus

Märkimisväärne investeering ja ei ole teisaldatav.

Pane tähele

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

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

VPM hinne 1

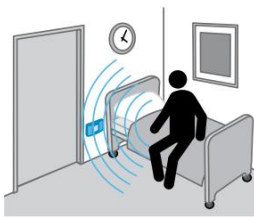
Tuba ei saa oma maitse järgi sisustada

Lk 49

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 voodikõrval olevale seinale või liigutatavale alusele. Liikumisandur aktiveeritakse kui klient läheb magama ja deaktiveeritakse ülestõusmisel. Liikumisandur on ühendatud häiresüsteemiga. Sensor saadab teate nii kui kliendi kehaosa puutub kokku anduri tuvastusväljaga.

Eelised

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

VPM hinne 1

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

Lk 50

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.

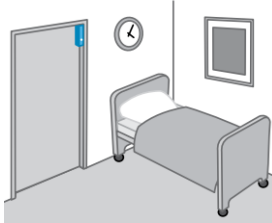
Samuti voodist väljarippuvad tekid võivad valehäireid põhjustada, kuna need saavutavad magamise ajal inimkehaga samaväärse temperatuuri.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul

Toast lahkumise andur

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Ukseasendisignaali, 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. Õiste kontrollringide puhul ei saa seda süsteemi kasutada. Üks lahendus sellele oleks alarm automaatselt välja lülitada, kui kaastöötaja elektroonilise võtmega tuppa siseneb. Teine võimalus on automaatne väljalülitus läbi allasuunatud liikumisanduri väljaspool ust.

Nõuanded

Kombineerides toast lahkumise anduri kaamerasüsteemiga, saab koheselt distantsilt olukorrale selgust saada.

On olemas kliente kes soovivad magada avatud toauksega. Sellisel juhul on toast lahkumise andur ainult võimalik 'talliukse' puhul, uks, 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

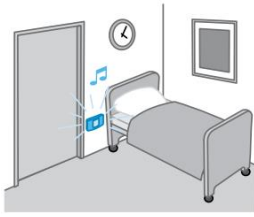
Seadusandluse järgi vabadust piirav meede. Et rakendada ülestõusmis-alarmi tuleb seda samuti multidistsiplinaarselt arutada.

Lk 52

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. Kontrollimaks kas seal tõesti miskit lahti on, võib keskuse töötaja lindistatud heli tagasi 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 tungib akustiline valve suuremal jaol privaatsusesse.

Eelis

See on usaldusväärne tehnoloogi, mida juba pikalt rakendatakse eelkõige puuetega inimeste hoolduses. On võimalik tuvastada hädaolukordi ilma et klient peaks midagi ette võtma. Pealt võib ka katkestamistega kuulata, et tungitaks vähem privaatsusesse.

Puudused

Praktikast tulenevalt ilmneb, et rakendades akustilist valvet, toimub öö jooksul circa 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 tehakse koostööd puuetega inimeste ööhooldus keskusega.

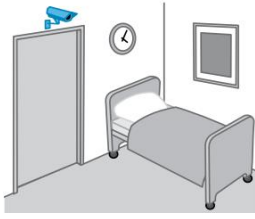
Muuhulgas kasutatav: rahutus, kukkumisoht, ringi uitamise puhul

Lk 54

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- niipalju kui selleks on luba antud- vaid ka koridorides. Kui kliendi toas olevast kaamerast klienti näha ei ole, saab edasilülitada nendele 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 kui seal liikumine toimub.

Öisele personalile on võimalik anda PDA(personal digital assistent). Läbi kaamera saadatud teate on võimalik automaatselt ekraanil näha plaani sellest osakonnast või elamust. Sellel plaanil on nähtavad kaamerate asukohad, kust häire saabub. Pilti 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.

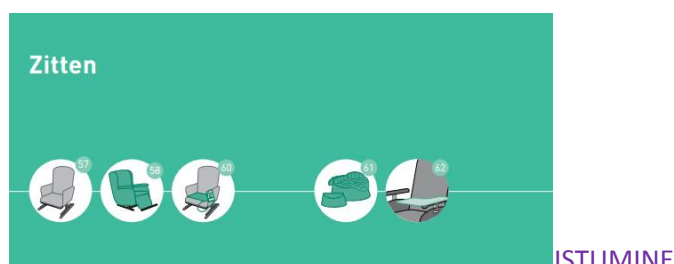
Puudused

Privaatsus on tõsiselt kompromiteeritud. 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



Lk 57

Üldised nõuanded istumiseks ilma vabaduse piiramiseta



Hooldeasutuste kliendid istuvad palju. On oluline pöörata tähelepanu hästi istumisele, piisavale liikumisele ja mittevajaliku vabadusepiiramise rakendamisele. 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 ülestõusmisel minema veereb, on saadaval ratastool, mis automaatselt pidurit rakendab kui klient üles tõuseb ja automaatselt piduri maha võtab kui klient taas 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 turvarihm, mida klient saab ise avada.
- Hoolitse, et joogid asuksid käeulatuses. See hoiab ära seda, et inimesed hakkaksid püsti tõusma või muutuksid rahutuks.
- Sama kehtib ka häirekella kohta. Hoolitse, et klient sellel ligi saaks.
- Stimuleeri klienti regulaarselt poosi muutma.
- Hoolitse et oleks hea suuruse ja õige istumishoiakuga tool.
- Kasuta toetusmaterjale (seljapadjad, külpadjad, vormitud prill-lauda) õigeks istumishoiakuks. Igal kliendil on oma eelistatud hoiak.
- Vaatle ja küsi regulaarselt kliendilt kas ta mugavalt istub.

Lk 58

Lõõgastustool

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Gliderchair, relax-fauteuil, kiiktool, vesitool, tugitool, mida saab pöörata



VPM hinne 0

Kirjeldus

Lõõgastustoolid hoolitsevad veel mugavama ja rahuliku istumise eest.

Gliderchair (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 seoses kukumisohuta püsti tõusmisega.

Muuhulgas kasutatav: rahutus

„Ta tunneb ennast vabamalt“ Marina de Jager

Kaisuloom sideme asemel

Marina de Jager on 34 aastane ja tõsise vaimse puudega. Ta saab vaevu seista ja on väga rahutu. Päevasel ajal istub ta tavaliselt oma toolis rahutus-sidemes. Pärast arutelu otsustavad grupiliidrid 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 nõoriga tooli küljes. Ja mis selgub? Marina muutub rahulikumaks. Ta tunneb ennast vabamalt, hoiab kaisulooma kõvasti kinni ja ei tee enam katseid püsti tõusta.

Lk 60

Ülestõusmise alarm toolil

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 rohkem ülestõusmise alarme seadistada.

Eelis

See annab hoolduspersonalile lisa silmad ja kõrvad, mis läbi ei ole näiteks kukkumisohtuga klientil vaja pidevalt silma peal hoida.

Puudused

Piiks-signaal käivitub kui toolilt tõusta. Sõltuvalt kliendi psüühilisest puudest, võib see takistuseks olla, et end tooli peal liigutada.

VPM hinne 1

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

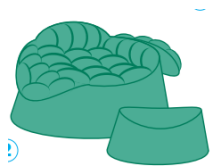
Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht, ringi uitamise puhul

Lk 61

Pall-tool

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Küljelappidega istumiskott, stimuleerimistool



Kirjeldus

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

Stimuleerimistool on täidetud hästi positsioneeritud teradega. Toolil on stimuleerivad osad, kus kumismaterjalist kastanite näol on tugevdatud osad, mis annavad survet punktidele, mis pakuvad 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.

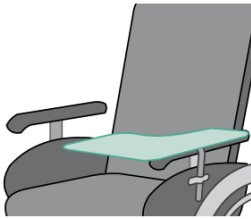
Muuhulgas kasutatav: rahutus

Lk 62

Pollaud ratastoolile

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Töölaud, ratastoolilaud



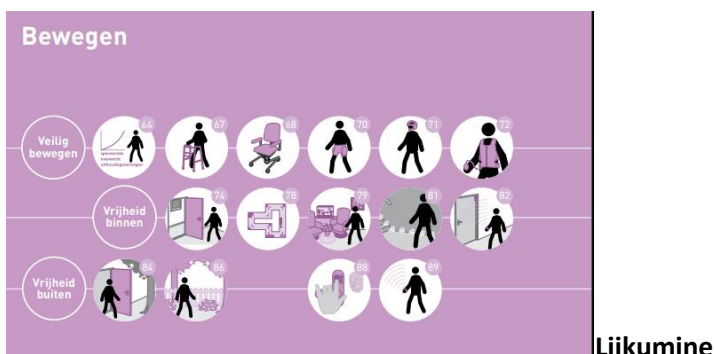
VPM hinne 0

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 töölaud on eelkõige kasutuses taastusravi hoolduses inimestel, kes on poolest kehast halvatud. See annab töölauda 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 kasutamist läbi ergoterapeudiga.



Lk 64

Ohutu Liikumine

Üldised nõuanded ohutuks liikumiseks

Liikumine on tervislik

Liikumine on tervisele oluline. Vähene liikumine vähendab lihaskõuet ja nii suureneb kukkumise risk. Kedagi tooli või voodi külge siduda, et kukkumist vältida, ei ole sobiv ennetuslik meede. Sellest tuleneb ka küsimus kas kinniseotult elu kvaliteetne on? Kas toolil kinni istumine on parem kui

liikumine sellega kaasneva kukkumisohuga? 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: mitte hästi istuv riietus, vales mõõdus (öö)riietus, liiga pikk (öö)riietus või valed jalanõud võivad liikumist segada.
- Mitte-füüsilised takistused: liiga vähe informatsiooni, aja puudus.

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

Hästi istuv riietus

Kindlalt jalgadel seismine on oluline vältimaks kukkumist. Mitte kõik jalanõud ei ole paku stabiilsust seismisel ja kõndimisel. Halvad jalanõud tunned ära järgnevatest tunnusmärkidest: kõrge konts, pehme tald, liiga vähene kannatugi, halb või puudulik tugevdus, halvast istuvad või kitsad jalanõud ning lotendavad jalanõud.

Headel jalanõudel on järgmised tunnused: madal tugev konts, liikuva tallaga, tugeva muustrilise tallaga, seotavad jalanõud, hästi sobivad.

Hea nähtavus

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

Üheskoos liikumine

Kui klient üks ühele külalise saab, võib klient kellegagi koos jalutama minna.

Liikumisprogramm

Lihaskõuetõuge on oluline, et säilitada tasakaalu, aga ka selleks et adekvaatselt reageerida kui on tõenäosus kukkuda. Probleemid tasakaalu säilitamisega võivad olla põhjustatud muuhulgas vähese tasakaalu tunnetuse, madala vererõhu tekitatud peapöörituse või halva lihasekontrolli tagajärjel. Samuti kõrvalekaldumised tavapärasest kõnnakust nagu liiga aeglane kõndimine või väikesed sammud võivad esile kutsuda kukkumisi.

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

Efektiivselt harjutades ja pannes rõhku liikumiserõõmule, muutuvad motivatsioon liikuda ja kehaline ning vaimne seisund 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, ADL hoolduses. Ilm või kaaselanikud võivad samuti uitamistungile mõjutada. Tähelepanekutele järgneb tihti võimalik lahendus. Vaadake koos perekonna, abikaasade ja kolleegidega, millisel moel rohkem rahu saab luua. Jälgige kas kasutuselevõetud meede pakub rohkem rahu.

Nõuanne

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

Lk 67

Seismis- 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 kukumisohtu. On olemas erinevat sorti kõndimise abivahendeid, nagu rollaator, jalutusraam, jalutuskepp (ühe või kolme või neljajalaga) või küünarvarre kark.

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

Rollaator pakub palju tuge ja kujutab samal ajal vähest takistus liikumise ajal. Pealekauba saab klient sellele lihtsalt istuda.

Pane Tähele

Abivahend peab heas korras olema. Kasuta abivahendit ainult senikaua kui vaja. Jälgi klienti ja kontrolli kas see endiselt parim abivahend sellele kliendile on.

VPM hinne 0

Ei ole vabadust piirav.

Teadmiseks

Kui seismis- ja/või kõndimisabivahend mitte piisavalt või puudulikult tuge pakub, siis on olemas ka teisi abivahendeid liikuma püsimiseks, nagu (vaarumis)ratastool või scuutermobiilid.

Nõuanne

Aruta koos füsio- või ergoterapeutiga.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht

Lk 68

Vaarumistool

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Iseliikuv ratastool, jalutustool



Kirjeldus

Vaarumistool on abivahend, stabiilseks istumiseks ja majas ringi 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 sa selle peagu seismiskõrgusele saad seada, kuid samal ajal siiski lihtsalt istud.

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

Kui klient tooli turvavööd ise lahti ei saa teha, siis on endiselt tegemist tõsise vabadust piirava meetmega. Kasuta turvavööd, mida klient siiski ise saab 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. Istumisosa 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, kui võib ka mõnede sihtgruppide puhul riskantseid olukordi luua, näiteks kokkupõrkamine.

Nõuanne

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

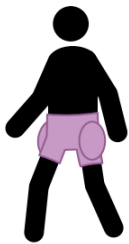
Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht

Lk 70

Puusakaitse

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Puusakaitsepüksid, hipster, Safehip, hipsheld`



Kirjeldus

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

Eelis

Puusakaitsete jalga tõmbamine on kerge ja vähe aeganõudev.

Puudus

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

Pane tähele

On tehtud teaduslik uuring puusakaitsete kohta. Sellest lähtub, et tõepoolest risk puusa murdmisele väheneb, aga vaid siis kui 'teraapiast kinni peetakse', nii et seda kasutatakse järjepidevalt. Sellele peab hea toetus olema, nii kliendi kui töötajate poolt.

Muuhulgas kasutatav: kukkumisoht

VPM hinne 0

Ei ole vabadust piirav.

Lk 71

Kaitsekiiver

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



Kirjeldus

Kaitsekiiver on mõõtu tehtud kiiver, et vältida kolju vigastusi, mis võivad olla tingitud näiteks kukkumisest (epilepsia), enesevigastamisest (peksmine), kriimustamisest või muudest pea enesevigastamiste viisidest.

Puudused

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

Teadmiseks

Kiiver on saadaval erineva kujunduse, mõõtude, värvide ja erinevast materjali sortidest. Kiivrile on tihti võimalik ka eraldi mask asetada.

Muuhulgas kasutatav: peatagumine, epilepsia, enesevigastamine, tõsine kukkumisoht

VPM hinne 4

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

Lk 72

Rõhkvest

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Squease vest(pigistusvest)



Kirjeldus

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

Pindmine surve tundub nagu keegi sinust kinni hoiaks 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 testsuguse efekti ning mõnede inimeste puhul rahustavalt mõjub.

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 nii tugevat 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. Sa ei tohi näiteks survet liiga pidevalt kaua ja tihti peal hoida. Hoolitse et klient teaks kuidas ta rõhkvesti korralikult peab kasutama.

Muuhulgas kasutatav: rahutus

VPM hinne 0

Klient otsustab ise surve üle.

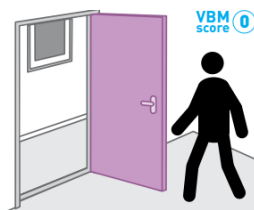
Vabadus siseruumides

Lk 74

Avatud uksed

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Alati juurdepääs kõikidele ruumidele hooldeasutuses, vabadus liikuda asutuses ringi



Kirjeldus

Suletud ustega võivad kliendid ärritada ja rahutuks muutuda. Uks üksi kutsub juba seda ka avama. Hooldusasutustes tule ette, et kliendid suletu uste taha kogunevad. 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 seejärel jälle tagasi tulevad. 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 sinna tuppä võib 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 hooldusesse ja tagab, et osakonnas oleks vähem rahutust. Residendid võivad rahuldada oma kõndimisiha ja rahutust. Neil ei teki ideed, et nad istuvad kinnilukustatult ja, et nad on määratud vaid oma elutoas olema. Nad võivad minna ruumi, mis neile just sellel momendil sobib, stiimulirikasse või vaesesse.

Puudus

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

Nõuanne

Peites mitte turvalistesse väljapääsudesse viivad ukse ja ukseupud, võib olla üks lahendus turvaliseks ja mõnusaks elukeskkonnaks. Kui mitteturvaline uks ust ei meenuta, ei teki kliendil tunnet, et sealt läbi saaks. Üks viis seda teha on 'maskeerida' uks raamaturiuliks. Teine moodus on uks näiteks sama värvi värvida või sama tapeediga katta, mis seingi või paigutada uksele peegel. Muutes mitteturvalised väljapääsud äratundmatuks, hoolitseb selle eest, et ei tekiks ebamugavustunnet, et kuskil on kutsuv suletud uks. Pane ohtlikud materjalid ja esemed turvalisse ja kliendile kättesaamatusse kohta ära.

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

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

„Kas te panete mu jälle kinni?“

Kui keegi multidistsiplinaarsel arutelul küsis, et miks Ida Scheringa voodis Bratexband sidemes on ja et miks tal ratastoolis töölaud ees on, siis ei teadnud tegelikult keegi vastust. Pärast mõningast

mõtlemis- ja väljauurimistööd selgus, et põhjus paistis olevat kukkumises, milletõttu 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 selgub, et ta rahulikult edasi magab. Järgmine samm on töölaud. Ida on viimase poolteise aasta jooksul vähe liikunud, nii et ta peab igapäevaselt harjutama. Ruttu läheb liikumine paremini. Ratastooli kasutatakse nüüd vaid pikkade vahemaade puhul ja töölaud on kadunud. Ida läheb iseseisvalt tualetti, riietab end ise ja võtab riidest lahti, aitab kaasa nõudepesul ja laua katmisel!

'Kukkumisoht on endiselt olemas' Gerdi Schoenmakers

Piisav järelevalve infroapunasensoriga

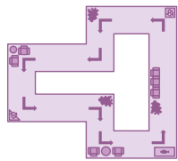
Gerdi Schoenmakers jalutab mõnikord nii palju, et nad on pea ärakurnatud. Tal on Alzheimer ja ta elab juba kaks aastat hooldekodus. Kuna tal on olnud insult ja puusaoperatsioon, siis ta kõnnib suhteliselt ebakindlalt. Peale operatsiooni tahab Gerdi kiiresti uuest liikuma hakata. See ei tule kõne allagi, leiavad hooldajad. Ta kõnnib nüüd isegi halvemini kui enne kukkumist. Enne kui asutus osaleb Ban de band 'is, fikseeritakse Gerdi Schoenmakers sidemetega voodi ja tooli külge. Nüüd valivad töötajad teise lähenemise. Tema tuba tehaks takistustest vabaks. Selleks, et stiimuleid vähendada viibib ta rohkem oma toas. Sinna on paigaldatud infrapuna sensor, mis esimestel nädalatel tihti tööle hakkas. See nõuab personalilt vajalikku pühendumist. Aga peale paari nädalat on Gerdi kõnnak (tänu füsioteraapiale ja harjutustele) kõvasti paranenud. Kukkumisoht on endiselt olemas, aga ei kaalu üles tema heaolu tunnet.

Lk 78

Liikumisring

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Kõndimisrajad, jalutusring, turvaline ekslemise marsruut



VPM hinne 0

Kirjeldus

Pikad koridorid või tunnelisüsteemid tervishoiuasutustes tekitavad klientidel raskusi orienteerumise ja rahu leidmisega. Pikkades koridorides võib näiteks kahte või rohkemaid värve kasutada, et pikkust kaotada ja orientatsiooni toetada. Oluline on muuta turvalised jalutusalaad visuaalselt äratuntavaks. Lõpuks või kasutada 'stopp' ja 'kõnni' – märke.

Jalutusrajad peavad huvi stimuleerima, soodustama suhtlemist ja 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 (vt ka Kogemuskoridor, lk 79).

Hea liikumisring on piisavalt suur (vt ka Avatud ukсед, lk 74) ja tal on avatud ühendus aiaga, nii et klient võib vabalt sisse ja välja jalutada. Samuti avatud ühendus näiteks restorani või mõne teise osakonnaga võib liikumisringi paremaks muuta.

Nõuanne

Liigse mööbli ja segamini koridoris on raskem turvaliselt liikuda. Samuti ratastega mööbel võiks mitte jalutusrajal asetseda. Neid võidakse võib-olla toena kasutada.

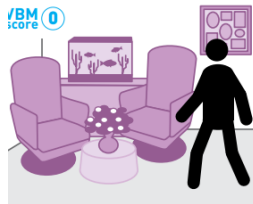
Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

Lk 79

Kogemuskoridor

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Koridoritunnel, nurgakesed, istumisnurgad



VPM hinne 0

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, järgitehtud tükike metsa koos heli ja pingiga, interaktiivne kunst, linnupuur, 'kino', beebinurk.

Eelis

Vähem rahutust.

Nõuanne

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

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung, kukkumisoht

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

Aeg-ajalt võib kukkuda

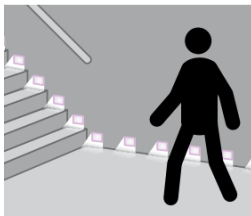
Leo van der Bosch on 72 aastat vana ja tal on dementsia. Ta ärritub ruttu ja ta ei saa hästi selgeks teha mis ta tahab. Aga ta tahab pidevalt jalutada, kuni ärakurnamiseni. Seetõttu istub ta turvavööga vaarumistoolis. Sellega ei ole Leo üldse päri. Ta annab sellest märku vahel äkki agressiivseks muutudes. Olukord on tema ja personaali jaoks turvalisemaks muutunud, kuid on selge et ta end õnnetult tunneb. 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 siiski endiselt hästi kõndida saab. Leo saab tavalise tooli, nii et ta kergelt saab püsti tõusta. Vahel langeb ta küll põlvili, kuid siamaani ilma end vigastamata. Ta võib nüüd käia ja seista seal kus ta tahab ning rahutus ja ärritumine on seeläbi tunduvalt vähenenud.

Lk 81

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 ja ei eksi ära. Teised rakendused on valgustades kõndimisradu ja trepiastmeid. Kui klient selleläbi 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 põrandat 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 leidlikust. Küsi seetõttu abi näiteks ergoterapeutilt, käitumisspetsialistilt või tehniliselt ametilt.

Muuhulgas kasutatav: alati, ekslemine

Lk 82

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

Ekslemise-tuvastamise süsteem koosneb kiibiga käevõrust pluss patareid piisavaks ühendusraadiuseks pluss saatmis-vastuvõtmis post strateegiliste uste kõrvale. Teine alternatiiv on ilma patareideta kiip kinga sisse koos strateegilise ukse esise tuvastamisenõõriga põranda(katte) all. Sellisel ilma patareideta kiibil on lühike ühendusraadius, kuid jalutades üle tuvastamisenõõriga põranda(katte), on see vahemaa piisav, et kiibi signaal vastu võtta.

Liikumisvõrud kujutavad alternatiivi suletud osakonna jaoks.

Eelis

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

Puudused

Selleks et paigaldada kiip kinga sisse, tuleb kliendi kingad ümber lasta teha. Seejärel ei ole kindel, et klient just alati need kingad jalga paneb. Lisaks kuulab see väga tähelepanelikult kuidas tuvastamisenõör paigaldatakse.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, ekslemine

VABADUS ÖUES

Lk 84

Avatud ukсед

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Lahtised ukсед, 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? Järeleproovid ja jälgida võib üks idee olla.

Aed, kuhu klient ise saab minna millal vaid soovib, pakub kliendile juba palju vabadust. Tähtis on aia puhul igipääsetavus, 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 (vt lk 89) võib sellele lahenduse leida. Ja klientidele kes on võimelised veel helistama, pakub gsm lahendust.

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

'See toimib hästi juba esimesest päevast' Guntur Yilmaz

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. Selleks, et seda ära hoida on tal aias alati rihm ümber puusa. Gunturil on sellega rahul, ta on sellega täiesti harjunud. Siiski soovib asutus vaadata, kas saaks ka teisiti. Multidistsipliinne tiim (arst, juhendajad, pedagoog, juhtkond ja Füsioterapeut) analüüsivad olukorda ja leiavad, et riskid on vastuvõetavad, ka seetõttu et ronimine tema elueas aina raskemaks muutub. Risk seisneb nüüd eelkõige rahu 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 palju paremini hakkama kui keegi seda oleks arvanud.

Lk 86

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 endassesüüvida, et olla teistega sotsiaalses kontaktis. Võib-olla on seal kliente kes ise saavad aiaga tegeleda. Kliendid, kes varasemalt aiandusega on tegeleenud, võivad rohkem elurõõmu ja rahu leida, kui nad taas vana hobiga tegeleda saavad.

Üks hea aed:

- On vabalt ligipääsetav.
- On olemas selged suunaviidad, nii et igaüks aia kergesti üles leiaks.
- Aias on olemas avatud kohad, kus saab pikniku pidada (ja aiandusega tegeleda).
- Hoolitseb selle eest, et kliendid saaksid aiandusega tegeleda.
- Pakub piisavalt varju ja kaitset tuule eest.
- On ratastoolirajad ja käsipuud, millest klient saab kinni hoida.
- On värvitud rajad, et toetada orienteerumist.
- On kõrged aiapeenrad.
- Ei ole mürgiseid taimi.

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

Tsitaat

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

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

Lk 88

Biomeetria

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Biomeetriline järelvalve, sõrmejäljetuvastus, sõrmeskanneering, läbipääsu-korraldamislahendused



VBM
score 2
Op gezette tijden is
de deur nog steeds
oessloten.

Kirjeldus

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

Puudused

Kliendid võivad ära kaduda, aga näiteks GPS-kiibiga (vt lk 89) võib sellele lahenduse leida. Ja klientidele kes on võimelised veel helistama, pakub gsm lahendust.

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

VPM hinne 2

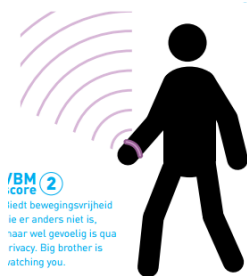
Seadistatud aegadel on uks ikkagi suletud.

Lk 89

GPS

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Kiip kinga sees, kiip riietuses, GPS-valve, gps-ga alarmkell, zorgriem, 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 tuleb.

VPM hinne 2

Pakub liikumisvabadust, mida muidu ei oleks, aga on privaatsuse mõttes tundlik teema. Big brother is watching you.

Eelised

Klient saab rohkem liikumisruumi juurde.

Puudused

Igapäevasel kasutamisel tuleb iga õhtu seda käekella või zorgriem laadida. Käekell tuleb hästi 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 ainult aadressi. See ei ole küll väga täpne, aga vähemalt otsija teab, et ekslev inimene ei ole rongi peale läinud.

Nõuanded

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

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

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, jalutamistung

Päevahoid ja tegevused

Lk 92

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 ühiskonnas kaasa.

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 selleks nõudlus on, nagu õhtutundidel või nädalavahetustel, ning mitte ainult 'kontori tööajal'.

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



Nõuanded

Omaavalitsustes on tihti tegevusprogrammid olemas. Võib-olla leiab klient sellisel teel tore, 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 puhke momendid vastavalt kliendi hetkelisele meeleseisundile. Vii klient voodisse kui ta on väsinud. Vahest istub klient terve päev rihmaga ratastoolis, seetõttu, et teda ähvardab kokkukukkumine. Õigeaegse vahelduva istumise ja voodis puhkamisega, ei ole rihm toolil võib-olla enam vaja.

Muuhulgas kasutatav: alati, kukkumisoht, rahutus

Lk 94

Muusika



VPM hinne 0

Kirjeldus

Muusika võib mitmel viisil kliente mõjutada. Muusika võib lõõgastavat atmosfääri pakkuda, tuua tagasi mälestusi, pakkuda turvalisust ja soodustada suhtlemist. Muusika on sobiv nii grupitegevusteks kui individuaalseteks tegevusteks. Mõtle selle peale: 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 eelistustele .

Eelis

Lõõgastumine viib vähemate ärritumisteni ja vähemate vabadust piiravate meemeteni.

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 end saab 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 lemmik muusikat. Squese võib olla lahendus inimestele kellel on autismi spektri häired või inimestel kes end ise vigastavad.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, enesevigastamine

Lk 95

Klounid

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Kliinikuklounid, klounaad



VPM hinne 0

Kirjeldus

Klounid võivad saavutada klientidega kontakti, mida teised tihti enam ei suuda saavutada. Nad töötava improvisatsioonile põhinedes, 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, milles kõik võimalik on. See tekitab klientides uudishimu ja niimoodi tuleb klient korraks tagasi siia ja pragusesse hetke, mil kontakt tihti veel võimalik on.

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

Lk 96

Tegevuste ajamõõtja

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Tegevuskell/ aja taimer



VPM hinne 0

Kirjeldus

Tegevuste ajamõõtja on kell, millelt saab näha kui palju aega veel ühele tegevusele saab kulutada. Seierite asemel (nagu tavalise 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 järgi 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 on pea tundmatuseni muutunud' Melle Hofstad

Sisuline tegevus pakub rahu

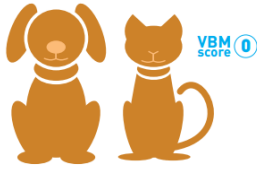
Melle Hofstad on 25 aastane ja tema vaimne suutlikkus vastab 8 aastase omale. Tal on suur liikumisisu ja ta on väga rahutu. Iga kord kui peab voodisse mine, ei taha ta tegelikult minna. Ta ei tööta kaasa ning kraabib ja näpistab juhendajaid. Ta magab sidemes, kuna muidu tuleb ta pidevalt voodist välja ja ei saa piisavalt uneaega. Juhendajad hakkasid Mellele rohkem tegevust otsima. Läbi rohkema liikumise on ta õhtuti rohkem väsinud ja läheb seetõttu võib-olla kergemini magama. Juhendajad kuulevad puuetega inimeste koortelalutamise teenusest ja uurivad kas see võiks midagi olla. 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 väsinuna kuid õnnelikuna koju. Ta läheb meelsasti magama, sest ka homme kohustus kutsub!

Lk 96

Looma-paitamise projekt

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



VPM skoor 0

Kirjeldus

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

Erinevad teaduslikud uuringud on tõestanud: lemmikloomadel on positiive mõju inimeste elukvaliteedile. Eelkõige on koerad ja kassid kõige hinnatumad. Inimesed armastavad loomi ja tihti armastavad loomad ka inimesi. Neid hoolduses rakendades, ilmneb et neil võib isegi tervendav mõju olla.

Eelis

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

Puudus

Loomad jäävad loomadeks ja kliendid on haavatavad, ning see kes elusate loomadega tegeleda tahab, peab hästi teadma millega ta alustab. Mõelge loomade käitumise peale ja võimele seda ette näha, asutuse sisestele hügieenireeglitele, või heaolule- kõigile sellega seotutele, nii loomadele kui 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

Paitamis-koerad peavad vastama erinevatele kriteeriumitele. Nad peavad olema terved ja puhtad, ei tohi dominantset käitumist välja näidata 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 nende endi koduloom.
- Võib-olla on see siiski lubatud, et kliendil akvaarium toas on. See võib olla väga rahustav.
- Terapeutiline robot-hüljes Paro on hea alternatiiv, kui päris loomad mingil põhjusel soovitud ei ole.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, kurvastus, üksildustunne

Lk 100

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 (plakat 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, rattamatkake, on head viisid värskes õhus liikumiseks. Siinjuures võib juhendamine või GPS (vt lk 89) vajalikuks osutuda.

Liikumine võib toimuda ka sellisel kujul, et klientidel lastakse majapidamistöodes kaasa aidata. Aidates söögivalmistamisel ja koristamisel või võib-olla saab klient poodi kaasa minna?

Paigutades liikumisseadmed välja, meelitab see kliente rohkem liikuma, rohkem õue minema ja niimoodi ka sotsiaalseid suhteid suurendada. Seadmeid saab paigutada kõikjale. Sport ja värskes õhus 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. 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. Selleläbi 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 vahemaasid.

Muuhulgas kasutatav: rahutus, kukkumisoht

Lk 102

Mälestuste kogumine

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

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



VPM skoor 0

Kirjeldus

Vanemat 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 meenutusmaterjale. Nii on seal näiteks talukast taluloomadega, kotike lambavilla, heina millejuures 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 liigutavad 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 kinni jäämist traumaatilisse minevikku, mis hirmu, süütunnet jne. esile kutsuvad.

Muuhulgas kasutatav: rahutus

Lk 104

Kaisutool

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Vibreeriv tool, stimuleeriv tool, PAS teraapia (Physio Acoustic Soundtherapie) 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 tal 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 (PAS) 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.

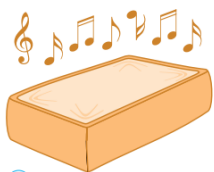
Muuhulgas kasutatav: rahutus

Lk 105

Rahupakkuvad voodid

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

PAS-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 tal küllalt on, siis on kõik korras.

Kirjeldus

Füüsilis-akustilise heliteraapiaga (PAS) 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

Lk 106

Mindfulness töötajatele

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Teadvustamine, tähelepanelikkus, zen



Medewerkers

VPM skoor 0

Kirjeldus

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

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 mindfulness'ga 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 veel 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 mindfulnessi treeningut, rakendavad palju vähem vabadust piiravaid meetmeid. Nad tunnevad ennast palju kindlamalt ja suudavad olukordi paremini analüüsida. See lihtsustab sobivate lahenduste leidmist.

Pane tähele

Mindfulness on lai mõiste ja mitte iga treening ei pruugi sobida töötajate ja klientide igapäevapraktikasse. Kui sa hakkad mindfulnessi rakendama aruta see enne erinevate asjaga seotud spetsialistidega läbi.

Nõuanne

Mindfulness treening klientidele võib samuti olla üks hea alternatiiv vabadusepiiramisele. Vaata selleks lehekülge 108.

Muuhulgas kasutatav: alati, agressioon, rahutus, probleemne käitumine

Lk 108

Mindfulness klientidele

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Teadvustamine, tähelepanelikkus, zen



Clänten

VPM skoor 0

Kirjeldus

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

Teadusuuringutest lähtub, et teatud mindfulness 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, kui sa näiteks 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 tunnend oma kingi? Oma sokke? Milline on aluspind?

Kas su jalad on soojad või külmad? seeläbi, et sa millelegi täielikult erinevale keskendud, 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 maharahunenud oled, 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

Mindfulness on lai mõiste ja mitte iga treening ei pruugi sobida töötajate ja klientide igapäevapraktikasse. Kui sa hakkad mindfulnessi rakendama aruta see enne erinevate asjaga seotud spetsialistidega läbi.

Nõuanne

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

Muuhulgas kasutatav: alati, agressioon, rahutus, probleemne käitumine

Söömine ja joomine

Lk 111

Üldised nõuanded söömiseks ja joomiseks ilma vabaduse piiramiseta



Meeldiv õhkkond

'Zorg voor Beter' ('Hoolitse Parima eest' raames on läbiviidud mitmeid projekte, mis on spetsialiseerunud söömisele ja joomisele hooldusasutustes. Nendest projektidest lähtub, et õhkkond on eriti oluline, mis puutub meeldivasse, rahuliku ja piisavasse söömisesse. Mõned lisapõhimõtted, mis siinkohal on esiletulnud, on samuti väga olulised vähendamaks vabaduse piiramist:

- Muuda söömisemoment hubasemaks, maitsvamaks ja hoolitse et oleks rohkem valikut ja meeldivat lõhna.
- Kui võimalik, lase klientidel söögitegemisel kaasa aidata. See tekitab kliendis 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 rahulikemaks ning on rohkem juhendamist söögi ajal. Ravimitel võib olla ka mõju maitsele ning iiveldusele.

Lk 112

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 valikud selle katte osas. Ka see on vabadust piirav vorm.

Söögi- ja joogikõnelustest (1 naps pühapäeviti, maksimaalset 2 võileiba, ei mingeid maiustusi toas) võib tihti lahti lasta. Vastuse võib niipalju kui võimalik kliendile peale jätta. 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 söögikorra oma toas sööb või isegi voodis?

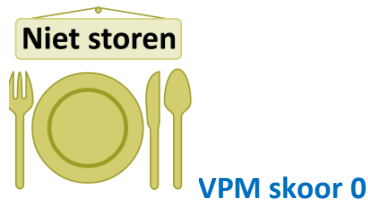
Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus

Lk 112

Söögitoa praktilised kohandused

Sünonüümid/ sarnased alternatiivid/ tooted

Stimulivaba ruum



Kirjeldus

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

Vajadust klientide vabadust piirata võib vähendada, kohandades kööki ohtlike aparaatide osas. Mine üle näiteks induksioon pliidile 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 suurema laua, oli sellel suur efekt vabadust piiravatele meetmetele, mida vaja oli. Seeläbi ,et klientidel ei olnud nii kerge sööki või muid asju kätte saada, ei olnud puusarihma või lauplaati enam vaja.

Muuhulgas kasutatav: alati, rahutus, kukkumisoht

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

Jalutades söömine

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

'Mida ta ise tahab ja millal tahab' Renske Bergsma

Alati üks banaan

Renske Bergsma elab nüüd juba 10 aastat vaimse puuetega inimeste hooldekodus. Palju on muutunud sellest ajast. Varem sai ta iga kolmapäev ühe banaani. Alati kolmapäeval ja alati banaani.

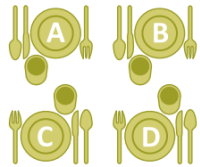
See tulenes sellest et need olid iganädalasel turul soodsad. Nüüd võib ta õnneks ise puuvilja kausist võtta, kui tal isu tekib. Mida ta ise tahab ja millal tahab. See toimib hästi.

Lk 116

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 klientidele individuaalselt.

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

- Kes istub seljaga ukse suunas ja kellel ei ole ülevaadet ruumist. Mõnedele 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.

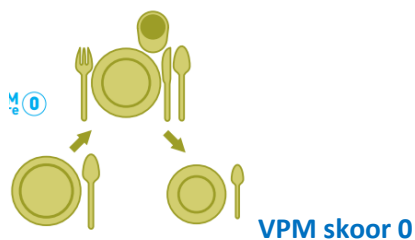
Muuhulgas kasutatav: rahutus

Lk 117

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

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

Muuhulgas kasutatav: rahutus

Lk 118

Alternatiivid põhjuste järgi

Alternatiivid põhjuste järgi	VPM skoor					LK
	0	1	2	3	4	
Kukkumisoht						
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

Meditsiiniline uuring	x					16
Kõrge-madal voodi eriti madalal		x				28
Alarm-matt		x				29
Öövalgustus		x				44
Toast lahkumise andur		x				50
ülestõusmise-häire voodis/ voodi ümber		x				49
Ülestõusmise 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 ukSED	x					84
Meditsiiniline 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
Käisutool	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
Meditsiiniline 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
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
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

Edasi järgneb Vilansi tutvustamine ja hollandi keelt kõnelevatele viited lisamaterjalideks.
Ning kontakt aadressid ja autorid.