

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ

Δ ΕΞΑΜΗΝΟ

ΕΛΕΝΗ ΧΑΤΖΗ - ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ

ΣΩΜΑΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

- **Εργοθεραπευτικά προγράμματα**

- Συμβολή σε:

A) πρόληψη (τεχνικές στάσης και θέσης, σχεδιασμός καθισμάτων)

B) βελτίωση λειτουργικότητας (εκπαίδευση εκτέλεσης ΔΚΖ, προσαρμογή περιβάλλοντος, χρήση βοηθημάτων-προσαρμογών)

Γ) αποκατάσταση (πετυχαίνει με τη επίτευξη των στόχων π.χ. βελτίωση κίνησης κεφαλιού-> καλύτερη λήψη και κατάποση τροφής)/

ΣΩΜΑΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

- Καθήκοντα εργοθεραπευτή:
- Συνεργασία με οικογένεια για σωστή διαχείριση
- Εκπαίδευση προσωπικού του νοσοκομείου
- Αξιολόγηση σπιτιού (προϋποθέσεις: καλή λειτουργικότητα, νοητικό επίπεδο και μορφή συννοσηρότητας)
- Κατασκευή ναρθήκων
- Θεραπεία συνδυαστικά με περιόδους ξεκούρασης
- Ίδιος θεραπευτής σε όλη τη διάρκεια (για ανάπτυξη θεραπευτικής σχέσης)

ΣΩΜΑΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

- **Αυτοεξυπηρέτηση:**
- Αποτελεί βασικό εργοθεραπευτικό στόχο για διατήρηση της ανεξαρτησίας του ατόμου.
- Το πρόγραμμα περιλαμβάνει προτάσεις για προσαρμογή του χώρου και παρακολούθηση του ατόμου για μεγάλο χρονικό διάστημα.
- Μπάνιο: αντιολισθητικά πατάκια, καθίσματα μπανιέρας, σφουγγάρια με λαβές.
- Οδοντοστοιχία: θέμα αισθητικής, και σωστής μάσησης
- Ένδυση: ρούχα περασμένης μόδας, για ζεστασιά, άνεση και εξοικονόμηση, Χρήση και εκπαίδευση για τη χρήση του καλτσοφορετή.

ΣΩΜΑΤΙΚΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ

- Σίτιση: δεν υπάρχουν σημαντικές δυσκολίες, μειωμένη ποσότητα φαγητού.
- Μετακίνηση: μείωση ταχύτητας, αστάθεια. Χρήση συνοδού.
- Ένταξη στην κοινότητα: απομόνωση, αδράνεια, ειδικά όταν συνδυάζεται με προβλήματα όρασης και ακοής.
- Ψώνια: συνοδεία δεύτερου ατόμου, χρήση μεγεθυντικού φακού, τηλεφωνική παραγγελία.

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ & ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΙ ΣΤΗΝ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ

14^ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ

- ΚΑΠΗ: αντιμετώπιση αισθητικοκινητικών προβλημάτων, ψυχοσυναισθηματικών προβλημάτων, δυσκολιών σχετικών με την προσαρμογή.
- 1^η συνάντηση: καθοριστική για τη σχέση, που χρειάζεται χρόνο για να αναπτυχθεί.
- Οι περισσότεροι ηλικιωμένοι δεν προτίθενται συμμετέχουν και χρειάζονται ενθάρρυνση, καθοδήγηση και επιβεβαίωση.
- Όταν αυξάνεται η αυτοπεποίθησή τους, εισάγονται σταδιακά σε όλο και πιο δύσκολες δραστηριότητες.

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΚΑΙ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑ

- Ο εργοθεραπευτής πρέπει να παίρνει αρχικά τις αποφάσεις γιατί οι ηλικιωμένοι είναι αρνητικοί και δε μπορούν να επιλέξουν.
- Έναρξη εκπαίδευσης με ΔΚΖ για μείωση της εξάρτησης από άλλους.
- Σταδιακή παροχή βοήθειας των ηλικιωμένων σε άλλους για ολοκλήρωση εργασιών.
- Βήμα προς βήμα η εκπαίδευση σε δραστηριότητες, με απλές και κατανοητές οδηγίες.
- Μη ύπαρξη φόβου σύγκρισης και αποφυγή των απότομων αλλαγών. Οποιαδήποτε απαραίτητη αλλαγή θα πρέπει να ενθαρρύνεται από τον εργοθεραπευτή.
- Σωστή πληροφόρηση στην οικογένεια και στο ίδιο το άτομο.

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ & ΠΤΩΣΕΙΣ ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΩΝ

15^ο ΚΕΦΑΛΑΙΟ

ΠΤΩΣΕΙΣ

- Η παθολογία του ατόμου επηρεάζει την ισορροπία, τη βάδιση, την ιδιοδεκτική λειτουργία, τη λειτουργία του αιθουσαίου συστήματος και τελικά οδηγεί σε πτώσεις.
- Παράγοντες πτώσης: φυσικοί, περιβαλλοντικοί, συμπεριφορικοί, γνωσιακοί + φόβος πτώσης.
- Η κατάσταση της υγείας του ατόμου επηρεάζεται από:
 1. Δομή και λειτουργία σώματος
 2. εκτελούμενες δραστηριότητες
 3. Συμμετοχή του ατόμου σε δραστηριότητες

ΠΤΩΣΕΙΣ

- Η ικανότητα εκτέλεσης έργου ενός ατόμου εξετάζεται στο καθημερινό του περιβάλλον, ενώ η ύπαρξη ενός προβλήματος μπορεί να αποδείξει ότι το περιβάλλον είναι ακατάλληλο.
- Π.χ. οι ηλικιωμένοι εκτελούν καλύτερα από παλιότερα δραστηριότητες, όταν το σπίτι τους γίνεται περισσότερο προσβάσιμο.
- Ο βασικός στόχος του εργοθεραπευτικού προγράμματος είναι η πρόληψη των πτώσεων.
- Η σωστή εργοθεραπευτική αξιολόγηση του οικιακού χώρου, η εκτίμηση του επιπέδου λειτουργικότητας, η εκπαίδευση του ατόμου και η παροχή συμβουλών στους οικείους συμβάλουν καταλυτικά στην πρόληψη των πτώσεων.

ΠΤΩΣΕΙΣ

- Παράγοντες πτώσης:

A) ενδογενείς

(προχωρημένη ηλικία, παθολογικές διαταραχές, έκπτωση νοητικών λειτουργιών, λήψη φαρμάκων)

B) εξωγενείς

(οικιακό και κοινοτικό περιβάλλον)

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΑΝΑΦΟΡΑΣ

Σημείωμα Αναφοράς:

- Το παρόν εκπαιδευτικό υλικό έχει αναπτυχθεί στο πλαίσιο του εκπαιδευτικού έργου του διδάσκοντα.
- Βιβλιογραφική Αναφορά Διαφανειών:
- Γενική Γραμματεία Δια Βίου Μάθησης και Νέας Γενιάς, Οδηγός Σπουδών για την Ειδικότητα: Βοηθός Εργοθεραπείας, Κωδικός: 27-00-04-1
- Τζονιχάκη Ι., (2019), *Η εργοθεραπεία στους ηλικιωμένους*, Εκδόσεις: Παρισιάνος, Αθήνα.

ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΑΔΕΙΟΔΟΤΗΣΗΣ

- Το παρόν υλικό διατίθεται με τους όρους της άδειας χρήσης Creative Commons Αναφορά, Μη Εμπορική Χρήση Παρόμοια Διανομή 4.0 [1] ή μεταγενέστερη, Διεθνής Έκδοση.
- Εξαιρούνται τα αυτοτελή έργα τρίτων π.χ. φωτογραφίες, διαγράμματα κ.λ.π., τα οποία εμπεριέχονται σε αυτό και τα οποία αναφέρονται μαζί με τους όρους χρήσης τους στο «Σημείωμα Χρήσης Έργων Τρίτων». [1] <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.el>
- Ως Μη Εμπορική ορίζεται η χρήση:
 - που δεν περιλαμβάνει άμεσο ή έμμεσο οικονομικό όφελος από την χρήση του έργου, για το διανομέα του έργου και αδειοδόχο
 - που δεν περιλαμβάνει οικονομική συναλλαγή ως προϋπόθεση για τη χρήση ή πρόσβαση στο έργο
 - που δεν προσπορίζει στο διανομέα του έργου και αδειοδόχο έμμεσο οικονομικό όφελος (π.χ. διαφημίσεις) από την προβολή του έργου σε διαδικτυακό τόπο
- Ο δικαιούχος μπορεί να παρέχει στον αδειοδόχο ξεχωριστή άδεια να χρησιμοποιεί το έργο για εμπορική χρήση, εφόσον αυτό του ζητηθεί.