

ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΣΤΗΝ ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ

Δ ΕΞΑΜΗΝΟ

ΕΛΕΝΗ ΧΑΤΖΗ - ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΓΙΑ ΠΤΩΣΕΙΣ

- Στόχος της αξιολόγησης: διάγνωση και **καθοδήγηση** της παρέμβασης
- Η αξιολόγηση ζητά απαντήσεις στα εξής ερωτήματα:
 1. Προσδιορισμός προβλημάτων εκτέλεσης
 2. Συμπεράσματα για την αιτιολογία
 3. Καθορισμός μεθόδων αποκατάστασης
 4. Προσδιορισμός στρατηγικών παρέμβασης

ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΓΙΑ ΠΤΩΣΕΙΣ

- Η βασική αιτία πτώσεων είναι η έλλειψη λειτουργικής ικανότητας.
- **Λειτουργική ικανότητα:** ικανότητα εκτέλεσης με φυσιολογικό τρόπο, ασφάλεια, ανεξαρτησία και χωρίς κούραση τις ΔΚΖ
- Υπάρχουν 4 μέθοδοι αξιολόγησης για παρέμβαση στο σπίτι:
 1. κανόνας-αναφορά (σύγκριση απόδοσης ατόμων σε κλίμακα αξιολόγησης)
 2. κριτήριο-αναφορά (σύγκριση με πρότυπο απόδοσης σε κλίμακα)
 3. Δυναμική εκτίμηση (ταυτοποίηση και διάγνωση δυσλειτουργιών)
 4. Άτυπη αξιολόγηση (διεξαγωγή με στοιχεία υποκειμενικότητας)

ΚΛΙΜΑΚΕΣ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ

- Safety Assessment of Function and the Environment for Rehabilitation (SAFER)
- Home Falls and Accidents Screening Tool (Home FAST)
- In home Occupational Performance Evaluation for Providing Assistance (I-HOPE ASSIST)
- Time Up and Go (TUG)
- Χρήση ψηφιακής κάμερας (για εκτίμηση και πανοραμική καταγραφή περιβαλλοντικών κινδύνων που οδηγούν σε πτώση)

ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

- Κάθε άτομο έχει μοναδικές ανάγκες που πρέπει να πληρούνται για να είναι ικανό να διαχειρίζεται τις καθημερινές του δραστηριότητες.
- Η παροχή τεχνολογικών υπηρεσιών, βοηθητικές συσκευές και τροποποιήσεις φαίνεται να λειτουργούν θετικά στην αντιμετώπιση των μεταβαλλόμενων αναγκών, λόγω ηλικίας.
- Τύποι τροποποιήσεων:
 - A) διαρθρωτικές αλλαγές
 - B) αλλαγές συμπεριφοράς (επιλογή κατάλληλων υποδημάτων)
 - Γ) προσαρμογές (αποφυγή ακαταστασίας, επαναδιάταξη επίπλων)
 - Δ) χρήση εξοπλισμού και βοηθητικών συσκευών (ράμπα, λαβές, αισθητήρες κίνησης, αυτόματες πόρτες)

ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

- Η παρέμβαση στο σπίτι εστιάζεται σε πέντε άξονες:
 1. Αφαίρεση περιβαλλοντικών εμποδίων
 2. Κατάλληλα υποδήματα
 3. Όχι μεταφορά αντικειμένων με μετακίνηση από τη βάση στήριξης
 4. Λαβές υποστήριξης
 5. Σωστή μηχανική του σώματος

ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

- **Διοργάνωση σπιτιού:** προσαρμογή δραστηριότητας, προσαρμογή θεραπευτικής αγωγής, αλλαγή θέσης αντικειμένων, οργάνωση χώρου, προσθήκη ραμπών, διατήρηση τρόπου τακτοποίησης, ρύθμιση αντικειμένων, μετακίνηση-αγορά-απαλλαγή επίπλων.
- **Λειτουργικότητα:** αύξηση αισθητηριακών ερεθισμάτων, χρήση περιβαλλοντικών ερεθισμάτων, χρήση βοηθητικών συσκευών και προσθετικών μηχανημάτων και βοηθημάτων.
- **Προστασία ηλικιωμένου:** άρνηση πρόσβασης σε ορισμένα σημεία, ελαχιστοποίηση έκθεσης σε κινδύνους, παρακολούθησή του, εποπτεία για παρέμβαση όποτε χρειάζεται.

ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

- Προτάσεις για πρόληψη πτώσεων:

Σαλόνι: χαλιά που διπλώνουν με λεία επιφάνεια, καλώδια μαζεμένα, όχι έπιπλα με γωνίες, συρόμενες πόρτες, έπιπλο αποθήκευσης παπουτσιών.

Μπάνιο: λαβές ασφαλείας, ντουζιέρα, φράγμα νερού, κάθισμα μπάνιου, μπάρα υποστήριξης, ανυψωτικό λεκάνης, ανύψωση νιπτήρα, εγκατάσταση συναγερμού, επικάλυψη επιφανειών με ελαστικό σπόγγο.

Δωμάτιο: λαβή και κιγκλιδώματα ασφαλείας, ρύθμιση ύψους κρεβατιού, χαμηλή ντουλάπα, κουρτίνες που δεν ακουμπούν στο έδαφος, αφαίρεση χαλιών, φωτάκι νυκτός,

ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ

- Κουζίνα: ενιαίες επιφάνειες, πάγκοι σε σχήμα Π, εντοιχιζόμενη κουζίνα, αναπροσαρμοζόμενος φωτισμός.
- Είσοδος: λαβές ασφαλείας, ευδιάκριτα σκαλοπάτια, λαβή προώθησης πόρτας, απομάκρυνση διακοσμητικών, ύπαρξη φωτισμού

ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ ΓΙΑ ΑΠΟΦΥΓΗ ΠΤΩΣΕΩΝ

- **Ένδυση-Απόδυση:**

Καλτσοφορετής, κόκκαλο, βραχίονας σύλληψης

- **Προσωπική υγιεινή:**

Δοχείο νυκτός, σφουγγάρι με μακριά λαβή, μπουρνούζι

- **Μετακίνηση:**

Ανάλογα με το λειτουργικό επίπεδο του ατόμου επιλέγεται από τον εργοθεραπευτή το κατάλληλο και στη συνέχεια το άτομο εκπαιδεύεται στη χρήση του.

Π.χ. μπαστούνι ή πι

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.