

Nikdy je nenecháme ve štychu

Mezi obecně přijímané mýty patří, že starší člověk závislý na péči by měl být automaticky umístěn do domova pro seniory. Pečovatelská služba Sociálních a ošetrovatelských služeb Praha 8 však už několik let vytrvale dokazuje, že to tak být nemusí. Její pečovatelky jsou schopny poskytovat i velmi náročnou péči a v případě potřeby docházet ke klientovi několikrát denně.

Své o tom ví i pan Zdeněk. Žije sám. Ve svých 89 letech utrpěl úraz, kvůli kterému byl nejprve hospitalizován, potom absolvoval rehabilitaci. Po návratu domů už není schopen se o sebe plně postarat. Pečovatelka k němu proto dochází třikrát denně, pokaždé u něj stráví cca 60 minut podle aktuální potřeby. Stejně je to i o víkendech a svátcích – je to nezbytná podmínka toho, aby mohl zůstat ŽÍT DOMA.



pan Zdeněk

„Snažíme se využívat jeho schopností, co nejvíce je to možné,“ říká k tomu pečovatelka Ivana Škaldová. Ráno panu Zdeňkovi pomůže pečovatelka s oblékáním a ranní hygienou. Zuby si čistí sám, ale pečovatelka u něj čeká pro případ, že by potřeboval pomoc. V poledne mu ohřeje oběd a přinese mu talíř na stůl (pan Zdeněk se pohybuje zatím nejistě s pomocí chodítka, takže si talíř sám přenést nemůže). Potom počká, až se nají, a umyje nádobí.

V 18 hodin přijde pečovatelka potřetí a pomůže mu s večerí, převlečením do pyžama a s večerní hygienou. Ta probíhá většinou u umyvadla, ale dvakrát v týdnu pečovatelka panu Zdeňkovi pomůže vykoupat se ve vaně a umýt si vlasy. Tyto intimní okamžiky péče hodnotí sociální pracovnice Eva Dvořáková jako zvlášť cenné, protože se během nich mezi řádky dá dozvědět nejvíc o tom, co klient přesně potřebuje, co ho trápí a jakou podporu je třeba mu poskytnout.

Pan Zdeněk se velmi snaží, aby si udělal sám všechno, co může. Pro pečovatelky to tak znamená, že ho často slovně podporují, dohlížejí na něj a poskytují mu pocit bezpečí. Tento přístup vyžaduje mnoho času a trpělivosti, ale vyplácí se to. Klient se tak udržuje aktivní, neztrácí své dosavadní schopnosti a hlavně si pro sebe uchovává pocit důstojnosti. „Trpělivost je při péči o pana Zdeňka nejdůležitější vlastností pečovatelky a je to tak v pořádku,“ doplňuje k tomu paní Dvořáková.

Ohledně pana Zdeňka spolupracuje pečovatelská služba také s domácí ošetrovatelskou péčí, jejíž pracovnice k němu docházejí provádět rehabilitaci, především nacvičovat chůzi, a měřit krevní tlak. Velmi mu pomáhá také jeho vzdálená příbuzná paní Anna. Ta mu objednává jídlo od komerční firmy, která mu hotové obědy nosí přímo do bytu, a zbytek mu nakupuje podle toho, co má rád. Jídlo vždy nachystá a pečovatelky mu ho pak ohřejí a podají. Paní Anna zařizuje kromě obědů a nákupů také úklid bytu a další péči o domácnost, a to ve spolupráci se soukromou osobou, která vypomáhá s úklidem. O pana Zdeňka je tak postaráno ve všech ohledech. Přestože potřebuje hodně péče druhé osoby, může zůstat i nadále ŽÍT DOMA, kde je zvyklý.

„Každý den doma je dobrý.“

Pan Zdeněk si je dobře vědom, že kdyby neměl podporu pečovatelek, sám by to doma nezvládl a musel by odejít do pobytového zařízení. Domácí péče si proto velmi považuje. Dle jeho slov pro něj pobytové zařízení nepřipadá v úvahu, bojí se, že by tam dlouho nevydržel... A paní Anna doplňuje: „Je úžasné, že Zdeněk může být doma. Každý člověk se v domácím prostředí vždycky pozvedne psychicky i fyzicky, ví, kde se chytí, zná to prostředí, má tady podněty, kterými se může zabavit, věci ze své minulosti, které mu připomínají různé zážitky. Je těžké tohle všechno zahodit, odejít s jednou taškou do domova pro seniory a vědět, že už je to navždy.“

Pan Zdeněk aktuálně tráví všechnen čas doma v bytě, protože ve svém stavu zatím nemůže vycházet ven. Nudit se ale nestihne: kromě paní Anny a pečovatelek, které chodí třikrát denně, za ním dochází také fyzioterapeutka, uklízečka a kurýr s obědy. Je rád, že za ním mohou chodit jeho přátelé, kteří možnost přijít na kus řeči často využívají. Věnuje se také svému velkému koníčku – fotografování. Nedávno si pořídil nový fotoaparát a učí se s ním pracovat. Vedle toho se snaží, aby si sám udělal všechno, co dokáže, pilně cvičí a těší se, až si jednoho dne vyjde na procházku. Je to jeho velká motivace. On i všichni, kdo se o něj starají, věří, že na tom bude brzy tak dobře, že mu bude stačit podpora pečovatelek jen dvakrát týdně při koupání.

„Naším cílem je poskytovat odbornou péči, nikoliv nahrazovat běžně dostupné veřejné služby.“

Na příkladu pana Zdeňka je dobře vidět, kam se místní pečovatelská služba posunula za poslední dva roky, během kterých procházela transformačním procesem. „Zejména v případě, kdy rodina nemůže nebo nefunguje, je pečovatelská služba o to víc potřebná,“ říká k tomu Jan Šmída, vedoucí pečovatelské služby a metodik Sociálních a ošetrovatelských služeb Praha 8.

K tomu, aby mohla pečovatelská služba poskytovat panu Zdeňkovi i dalším klientům takto rozsáhlou péči, bylo třeba, aby prošla řadou změn. Tou nejdůležitější bylo, že se pečovatelská služba začala zaměřovat na odbornou přímou péči o klienta a přestala postupně vykonávat činnosti, které dnes běžně zajišťují komerční a jiné subjekty, jako jsou například donášky nákupů nebo obědů soběstačným seniorům. Klienti jsou podporováni v tom, aby si sami udělali vše, co zvládnou; pečovatelka pak

zajišťuje to, co klient už nedokáže. Tím si klient uchová svoje dosavadní schopnosti a zároveň pocit samostatnosti. Pečovatelky jsou na práci s těmito klienty speciálně školeny, mají praxi např. s polohováním ležících klientů, s využíváním kompenzačních pomůcek, umějí manipulovat s nepohyblivými či málo pohyblivými klienty i poskytovat první pomoc. Čím více takových klientů mají, tím větší získají zkušenosti a tím lepší péči dokážou poskytovat.

Sociální pracovnice proto provádí u nových klientů podrobné šetření situace, v jaké se nacházejí, a pečlivě zvažuje, jakou podporu a v jaké míře potřebují. Pokud například klient dokáže sám dojít na nákup, ale bojí se, že cestou upadne, pečovatelka ho na nákup doprovodí. Jestliže se klient na nákup ani s podporou pečovatelky nedostane, doporučí mu využívání služeb některého z internetových obchodů, které nabízejí dovozku nákupu domů. Sociální pracovnice Eva Dvořáková dále připomíná, že je vždy třeba zároveň zvážit, zda je klient schopen doporučenou službu využít, tj. třeba v případě e-shopu zda je schopen si zboží sám objednat a převzít. Pokud toho schopen není a nemůže ani využít pomoci rodiny, sousedů či přátel, pečovatelka ho v tomto podpoří a pomůže mu zařídit vše potřebné. V žádném případě to tedy není tak, že by byl „poslán do světa s telefonním číslem či internetovou adresou v ruce“.

Jak paní Dvořáková dále zmiňuje, spolupracuje pečovatelská služba za tímto účelem s řadou dalších subjektů. Jsou to firmy dovážející obědy, internetové obchody, úklidové firmy či půjčovny a prodejny kompenzačních pomůcek. Sociální pracovnice má na tyto služby kontakty a v případě potřeby je klientovi doporučí. Říká: „Je důležité nabídnout klientům řešení, aby nezůstali bez pomoci. Možností je řada, ale lidé je často neznají, proto je třeba jim to říct.“ Stranou nezůstává ani pomoc s vyřízením příspěvku na péči nebo dalších úředních záležitostí. To je součástí bezplatného poradenství, které klientům pečovatelská služba také nabízí.

Paní Anna hodnotí podporu pečovatelské služby, které se jim dostává, takto: „Tahle služba je zlatá. I když jsem v důchodu a mám čas, mám zároveň i jiné povinnosti. Bez pomoci pečovatelské služby bych to dlouho nevydržela.“

Jak je vidět, náročný proces transformace se vyplatil. Spokojení jsou nejen klienti, kteří díky pomoci pečovatelské služby mohou zůstat ŽÍT DOMA i s těžkými handicapy, ale i pečovatelky, které službu poskytují. Pečovatelka Iveta Kosová vyjádřila svůj dojem z proběhlé transformace takto: „Teď je to opravdu pečovatelská služba a my jsme hrdé na to, že jsme pečovatelky a že se staráme o lidi. Stoupl náš kredit a my se snažíme, abychom byly plnohodnotnými členkami naší organizace.“

Přesto všechno pečovatelská služba dosud bojuje s některými problémy. „Potýkáme se hlavně s nedůvěrou jak ze strany laické, tak i odborné veřejnosti,“ doplňuje k tomu vedoucí pečovatelské služby Jan Šmída. „Obecně totiž panuje představa, že na pečovatelské služby má nárok každý, kdo dosáhl důchodového věku. Těžko se pak vysvětluje, že pečovatelky dělají odbornou práci, na kterou jsou školeny, jsou připraveny pečovat o lidi s různými zdravotními omezeními a jejich úloha je tak pro službu zásadní. Jejich rolí není např. donáška objemných nákupů lidem, kteří jsou jinak soběstační a mohou využít internetové obchody. Snažíme se však, aby od nás nikdo neodešel bez pomoci, alespoň ve formě poradenství. Nikdy je nenecháme ve štychu.“