

## Haprad eakad hooldusasutuses

Ene Arus  
14. jaanuar 2016

Klõpsa teksti lisamiseks

## Sissejuhatus

- ◆ Hooldekodu elanikke käsitletakse kui hapraid indiviide, kelle üldine jõudlus on alanenud, kellel esineb ebatavaliselt suur vastuvõtlikkus haigustele ja muule jõuetusele.
- ◆ Hapruse mõiste eakate hoolduses on uus termin, kuid oluline ja vajalik, et tunda ning mõista paremini habraste eakate vajadusi.

## Haprus ja selle mõju hooldusele

Haprus on eakate hulgas sage ning hõlmab mitme kehasüsteemi progresseeruvat füsioloogilist allakäiku.

Habraste eakate eest hoolitsemine on keeruline ja väljakutseid pakkuv kuna haprus on meditsiiniline sündroom, millel on palju põhjuseid ning mida iseloomustab alanenud jõud, vähenenud füsioloogiline funktsioon ning suurenenud kõrvalabi vajadus.

## Hapruse kriteeriumid

Salvedt jt (2007) on käsitlenud haprust kriteeriumite järgi, milleks on:

- ◆ krooniline haigus
- ◆ ühe igapäevategevuse (ADL - söömine-joomine, hügieenitoimingud, riietumine, tualetis käimine, liikumine, enesehügieen jm) sooritamise halvenemine

## Hapruse kriteeriumid

- ◆ kerge/mõõdukas dementsus
- ◆ segasusseisund
- ◆ depressioon
- ◆ tasakaaluhäired/peapööritus
- ◆ halvenenud liikuvus ja kukkumised
- ◆ inkontinents /põie- ja soolepidamatus
- ◆ paljude rohtude koos manustamine
- ◆ nägemise või kuulmise halvenemine

## Haprus

Hilisematesse hapruse sündroomi käsitlustesse on lisaks füsioloogilistele teguritele lisandunud

- ◆ keskkondlikud
- ◆ psühholoogilised
- ◆ sotsiaalsed mõjutegurid, mis on omavahelises vastasmõjus

### Enese autonoomsuse tajumise tähtsus

Autonoomsuse mõistet kasutatakse sageli samas tähenduses valikute ja kontrolli omamise kogemusega.

On leitud, et kontrolli puudumise tajumine kahjustab füüsilist ja vaimset tervist ning kui eakad tunnevad, et nad omavad oma tegevuse üle kontrolli, mõjub see positiivselt nende tervisele ja heaolule.

### Enese autonoomsuse tajumise tähtsus

Hooldekodudes elavad haprad eakad on oma valikute ja soovide teostamises teatud määral piiratud ja sõltuvad.

Uuringud näitavad, et ka teiste abist sõltudes on võimalik kogeda autonoomsust ning et funktsionaalse allakäigu jooksul eakate sõltumatuse tajumine muutub.

### Autonoomsus hooldekodudes

Kui eakad puutuvad kokku muutustega nagu hooldekodusse elama asumine, suurenevad nende psühholoogilised probleemid:

- ◆ koormaks olemise
- ◆ oma elu üle kontrolli kaotamise
- ◆ abituse tunded

### Autonoomsus hooldekodudes

- ◆ Lisaks on oht, et kaob igapäeva elu puudutavate valikute ja otsuste tegemise võime ning võimalus.
- ◆ On leitud, et väärtustatud tegevustest loobumine ohustab isiklikku identiteeti ja viitab füüsilisele allakäigule.

### Autonoomsus hooldekodudes

Seetõttu on töötajate oluliseks ülesandeks toetada hooldekodu elanike otsuste tegemist seoses mõtestatud ja väärtustatud tegevustes osalemisega või uuesti osalema hakkamisega.

### Hoolduse eesmärk

Kuna haprus on keeruline probleem, siis on hooldustegevuse eesmärgiks hapra eaka seisundi ja tema toimetuleku säilitamine.

Oluline on:

- Hoolduse planeerimine, hooldusplaani koostamine (probleem, eesmärk, tegevused)
- tuvastada haprusele vastuvõtlikke ja haprust kogevaid eakaid
- koostada hooldusplan koos hoolduse eesmärkide ja tegevustega
- elukeskkonna riskide hindamine
- vajadusel riskide vähendamine, kaotamine
- sobivate abivahendite pakkumine
- kui eakal on suur oht kukkuda, teavitada arsti
- eaka füüsiline liikumine
- toitumine
- vajadusel rakendada füsioteraapiat
- tegevusteraapia sooritusvõime parandamiseks

### Kokkuvõtteks

Haprad eakad on inimesed, kelle abistamine vajab holistlikku (igakülgset) käsitlust, sest häired erinevates tervise- ja eluvaldkondades võivad oluliselt mõjutada inimese toimetulekut ja elukvaliteeti.

Täna!