

Fræðslubæklingur fyrir aðstandendur einstaklinga með heilabilun



Höfundar fræðslubæklingsins Anna Jónsdóttir, Gerður Sæmundsdóttir og Guðlaug Guðmundsdóttir.

Þeir sem vinna með einstaklingum sem greinst hafa með heilabilun og aðstandendum þeirra finna mikið fyrir því hversu mikilvægt það er að hafa gott fræðsluefni fyrir aðstandendur en hingað til hefur það verið af skornum skammti. Bæklingurinn er unninn á vegum fagráðs í öldrunarhjúkrun á flæðisviði Landspítala. Landspítali gefur bæklinginn út og prentun fer fram hjá Fjölritun á Kleppi.

Höfundar bæklingsins:

Anna Jónsdóttir hjúkrunarfræðingur, útskriftardeild aldraðra L-2
Gerður Sæmundsdóttir hjúkrunarfræðingur, öldrunarlækningadeild L-4
Guðlaug Guðmundsdóttir hjúkrunarfræðingur, dag- og göngudeild L-1

Höfundar söfnuðu saman efni frá mörgum erlendum og innlendum aðilum sem hafa sérhæft sig í málefnum Alzheimers-sjúklinga, eins og Alzheimers-samtökum á öllum Norðurlöndunum, Bretlandi og almennt í Evrópu.

Einnig byggðu höfundar á áratugalangri reynslu sinni af vinnu bæði með einstaklingum með heilabilun svo og aðstandendum þeirra.

Þegar einhver innan fjölskyldu greinist með heilabilun leiðir það oft til breytinga á daglegu lífi. Það er ekki auðvelt að annast einstakling með heilabilun en ýmislegt má læra af reynslu annarra sem eru í svipaðri stöðu og af fagfólki. Í þessum bæklingi eru hagnýtar upplýsingar fyrir umönnunaraðila hvort sem um er að ræða aðstandendur eða fagfólk.

Hvað er heilabilun?

Með aldrinum er eðlilegt að breytingar verði á minni. Margt getur haft áhrif á minni, t.d. álag, depurð, kvíði og truflun á einbeitingu. Minnistruflanir ganga oft yfir en þær geta líka verið merki um sjúkdóm á upphafsstigi. Heilabilun (dementia) verður vegna breytinga í heila sem valda skerðingu á hugsun og vitrænni getu. Þess vegna þarf einstaklingur með heilabilun að meira eða minna leyti að reiða sig á aðra. Orsakir heilabilunar geta verið margar, svo sem ýmsir sjúkdómar, heilaáföll og slys. Þunglyndi, einkum hjá eldra fólki, getur lýst sér með svipuðum einkennum.

Einkenni hrörnunarsjúkdóma ágerast eftir því sem á líður. Einstaklingsbundið er hversu hratt það gerist og hvaða einkenni koma fram. Sjúkdómarnir eru ólæknandi en meðferð miðar að því að draga úr einkennum og hægja á sjúkdómsferlinu.

Þekking á sjúkdómnum auðveldar aðstandendum:

- að skilja betur þann sem er með heilabilun
- að fá yfirsýn yfir hvað hægt er að gera
- að skilja þörfina fyrir faglega hjálp
- að takast á við nýtt hlutverk sem aðstandandi
- að draga úr álagi og streitu
- að eiga góð samskipti innan fjölskyldu.



Forsíða bæklingsins.

Áhrif sjúkdómsgreiningar á fjölskyldu

Við greiningu á heilabilun vakna margar spurningar: Hvernig þróast sjúkdómurinn? Hversu hratt? Er eitthvað hægt að gera? Hvað get ég sem aðstandandi gert?

Mikilvægt er að bæði sá sem veikst hefur og aðstandendur hans fái góðar upplýsingar um sjúkdóminn og hvernig er að lifa með honum. Það getur auðveldað fólki að átta sig á þeirri stöðu sem upp er komin og þar með aukið möguleika á að viðhalda lífsgæðum og gera áætlun fyrir framtíðina. Ef horft er eingöngu á þann missi sem sjúkdómurinn veldur geta tilfinningar eins og hjálparleysi, vonleysi, sorg og reiði tekið völdin.

Höfundar vilja að sem flestir njóti bæklingisins og að hann sé aðgengilegur þeim sem hafa þörf fyrir eða áhuga á að lesa hann. Hann er í Gæðahandbók Landspítalans þannig að auðvelt er að endurskoða hann og bæta við nýjum upplýsingum og taka út ef þarf. Einnig er hann aðgengilegur á netinu bæði ef leitað er undir Heilabilun — Aðstandendur og einnig á heimasíðu Alzheimers-samtakanna.

Krefjandi verkefni

Það er krefjandi fyrir þann sem veikist, fjölskyldu hans og vini að takast á við heilabilun. Fræðsla og stuðningur frá fagfólki og öðrum umönnunaraðilum er mikilvægur þáttur í því að takast á við það verkefni. Hægt er að fá ráðgjöf, fræðslu og upplýsingar á minnismóttökunni á göngudeild Landakots og einnig hjá Alzheimers-samtökunum.

Heimasíður sem mælt er með:

alzheimer.is
alzheimer.dk
alz.co.uk
alzheimer-europe.org

Heilbrigðisstofnun Vestfjarða

auglýsir eftir hjúkrunar- deildarstjóra á heilsugæslu á Patreksfirði



Heilbrigðisstofnun Vestfjarða á Patreksfirði óskar eftir að ráða hjúkrunardeildarstjóra heilsugæslu í 80–100% stöðu nú þegar, eða eftir nánara samkomulagi. Um er að ræða deildarstjórn á heilsugæslu.

Á Patreksfirði fer fram mjög fjölbreytt þjónusta heilbrigðisþjónusta á sjúkra- og heilsugæslusviði á sunnanverðum vestfjörðum. Hjúkrunarfræðingar hafa leyst hvern annan af og er því mikil reynsla á vinnustaðnum. Um að ræða spennandi stöðu fyrir réttan umsækjanda. Húsnæðishlunnindi eru góð, og eru leigulaus fyrsta árið fyrir utan rafmagns- og hitakostnað.

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Hjúkrunarábyrgð á heilsugæslu
- Umsjón með starfsmannahaldi

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Íslenskt hjúkrunarleyfi er skilyrði
- Umsækjandi þarf að hafa góða hæfni í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæði, áreiðanleiki og frumkvæði í vinnubrögðum og teymisvinnu
- Áhugi á þróun og uppbyggingu heilbrigðisþjónustu á Patreksfirði
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum

Heilbrigðisstofnun Vestfjarða

auglýsir eftir hjúkrunar- stjóra á Patreksfirði

Heilbrigðisstofnun Vestfjarða á Patreksfirði óskar eftir að ráða hjúkrunarstjóra í 80–100% stöðu frá 1. ágúst 2018 eða eftir nánara samkomulagi. Um er að ræða stjórnanda hjúkrunar á sjúkra- og heilsugæslusviði Heilbrigðisstofnunar Vestfjarða á sunnanverðum vestfjörðum og deildarstjórn á legudeild.

Á Patreksfirði fer fram mjög fjölbreytt þjónusta. Hjúkrunarfræðingar hafa sinnt jafnt legudeild, heilsugæslu, blóðtökum og að hluta blóðrannsóknnum. Mikil reynsla er hjá núverandi starfsmönnum sem þar vinna og spennandi verkefni eru því í boði fyrir réttan umsækjanda. Húsnæðishlunnindi eru góð, góð íbúð í góðu standi er til staðar og er það leigulaust fyrsta árið fyrir utan rafmagns- og hitakostnað.

Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Umsjón með heilsugæslu og legudeild
- Ábyrgð á starfsmannahaldi
- Rekstrarleg ábyrgð á heilbrigðisþjónustunni á Patreksfirði

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Íslenskt hjúkrunarleyfi er skilyrði
- Reynsla af stjórnun og heilsugæslu er æskileg
- Umsækjandi þarf að hafa góða hæfni í mannlegum samskiptum
- Sjálfstæði, frumkvæði og áreiðanleiki
- Áhugi á þróun og uppbyggingu heilbrigðisþjónustu á Patreksfirði
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð skipulagshæfni og öguð vinnubrögð

Umsóknarfrestur er til 1. ágúst 2018. Umsókn getur gilt í allt að 6 mánuði. Laun eru skv. gildandi kjarasamningum fjármálaráðherra og FÍH og stofnanasamningi HVEST og FÍH. Nánari upplýsingar veitir Anna Árdís Helgadóttir, hjúkrunarstjóri, í s: 849 0530 og á anna@hvest.is. Vinsamlegast sendið umsóknir í pósti eða með tölvupósti til Heilbrigðisstofnunar Vestfjarða, b.t. hjúkrunarstjóra, Stekkum 1, 450 Patreksfirði.

Á Patreksfirði er gott að búa, bærinn er í uppsveiflu og ungt fólk sækir í auknum mæli í að búa á svæðinu. Náttúran er stórkostleg og stutt er í alla þjónustu. Aukinn

frítími sem fólk fær vegna nálægðar við vinnu gefur möguleika á mörgum tómstundum sem hægt er að stunda í fjölbreyttu og góðu mannlífi.

Umsóknareyðublað er að finna á vefnum www.hvest.is undir viðkomandi starfsauglýsingu.

Öllum umsóknum verður svarað þegar ráðning hefur verið frá gengin.