

Suhtlemine eaka patsiendiga

Kai Saks

Tartu Ülikooli geriaatria dotsent
Tartu Ülikooli Kliinikumi arst-õppejõud

2. juuni 2017



Suhtlemise üldisi põhimõtteid

- Suhtumine partnerisse kujuneb esimese 4 sekundi jooksul
- 20-30 % suhtlemisest on sõnaline ja teadlik tegevus
- 70-80% kogu suhtlemisest on mittesõnaline, enamasti tahtega mittekontrollitud tegevus
- Mitteverbaalne suhtlemine võimaldab selle kasutajal suunata suhtlusprotsessi

- Patsiendi/kliendiga suhtlemisel oluline eesmärk - aidata isikul siirduda mitteturvalisest olekust turvalisse
- Suur osa inimeste kaebustest on seotud suhtlemisprobleemidega

Eaka patsiendi eripärad

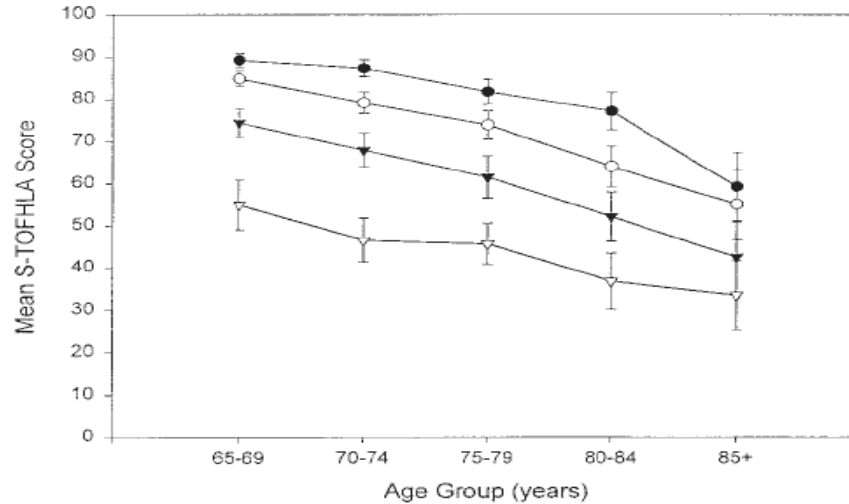
- Isikute vahelised erinevused on suuremad kui noorematel
- Elukogemus ja kultuuritaust mõjutavad haigusest/seisundist arusaamist, soovi nõuandeid järgida ning professionaalidega suhelda
- Haigusi ja probleeme on tihti palju, olulise eristamine pole nii lihtne
- Tervis on tähtis
- Iseseisvus on tähtis
- Austavad tervishoiu-/sotsiaaltöötajaid
- On valmis surmast rääkima



Mean scores on the Short Test of Functional Health Literacy in Adults

for five age groups, stratified according to years of school completed: >12 yr (black circle; n = 898), 12 yr (white circle; n = 998), 9–11 yr (black triangle; n = 526), and 0–8 yr (white triangle; n = 352).

The bars indicate standard errors



Abistavad meetodid andmete kogumisel

- Vestluse eelne küsitlusleht
- Pereliikmete/abistajate küsitlemine
- Abistajate terviseseisundi selgitamine
- Teiste professionaalide küsitlemine (kaasa arvatud hooldajad/põetajad)

Küsitlusvälised tegurid

- Ümbruskond – koduse keskkonna nägemine annab lisainfot
- Kuidas käituda haiget saatva pereliikmega?

Oht – tekib “tandem” kaks ühe vastu



MIDA ISIK ISE TAHAB?

Psühhosotsiaalsed takistused eakaga suhtlemisel

- Vanusega seotud eelarvamused/ diskrimineerimine (ageism)
- Ülekandumine
- Tagasikandumine

- Haridus
- Keel
- Kultuur



Tervisest tingitud takistused suhtlemisel eakaga

- Kuulmise langus
- Nägemishäire
- Dementsus
- Deliirium
- Depressioon



Esmatähtis – MÄRKA PROBLEEMI JA SUUNA ARSTI JUURDE

Suhtlemine kuulmispuudega inimesega

- Püüa vältida ehmatamist – seljatagant lähenedes puudutamist jmt.
- Hea visuaalne kontakt
- Vähenda taustamüra
- Kasuta mitteverbaalset suhtlemist, žeste
- Häälda selgelt sõna- ja lauselõpud, pea lausete lõpus pausi
- Ära räägi liiga valjult ja üleartikuleeritult
- Kui haige ei kuulnud, parafraseeri
- Anna teada, kui muudad vestluse teemat
- Väldi pettunud, tüdinud ilmet
- **Kasuta kuulmisabivahendit, võimendit**
- Kasuta muid suhtlemise abivahendeid (kirjutamine – paberile, ekraanile jmt)

Abivahendid lähisuhtlemiseks (hääle- ja kommunikatsioonivõimendid)

- Sennheiser A200 kommunikaator
- Echo XL kommunikaator
- Kõnevõimendi
- Comfort Contego süsteem



Kuidas suhelda nägemispuudega inimesega?

- Kuidas alustada suhtlemist?

Anna endast märku kaugemalt - sammudega, ukse avamise/sulgemisega, köhatamise, sahinaga jmt.; ütle alati nimi, vajadusel amet; paku võimalusel abivahendit (prillid, suurendusklaas).

- Kuidas olla nägemispuudega inimesele saatjaks ja talle teed juhatada?

Räägi enne, mis on plaanis, milline on teekond, toeta ja juhi (hoiab küünarnukist), anna märku pööretest, astmetest jmt.

- Milliseid lähenemisi ja võtteid peaks vältima suheldes nägemispuudega inimesega?

Ehmatamine, liigutamine/abistamine jmt. füüsiline sekkumine ilma eelneva selgitamiseta; allkirja nõudmine dokumendile, mida isik ei näe/mida pole ette loetud.

Suhtlemine dementsusega inimesega

- Kõik dementsuse vormid ei ole ühesugused
- Iga haige on erinev
- Austa dementsusega inimest kui isiksust koos tema haigusega, tema emotsioonide ja tunnetega.



Suhtlemine dementsusega inimesega - pea meeles

- Ära vaidle!
- Ole kannatlik suhtleja - rahulik ja asjalik.
- Ära ole ülemäära nõudlik, säilita realistlikud ootused patsiendi võimete osas.
- Püüa mõista haige käitumise põhjusi ja tähendusi.
- Ole algataja suhtlemisel, alusta ja hoia vestlust nagu tavaliselt suheldes.
- Väldi ärritavaid teemasid, suuna jutt meeldivale/ huvitavale teemale
- Sinu ärritatud, tõrjuvale ja põlastavale hoiakule reageerivad dementsusega inimesed samade tunnete ja hoiakutega
- **Ära vaidle!**

Mida vältida?

- Vaidlemist
- Hääle tõstmist
- Keeruliste käskluste andmist
- Tegevuste liigset piiramist
- Alandamist
- Lapsena kohtlemist



Mida proovida?

- Tegevuste algatamist, ettenäitamist, koostegemist
- Ülesannete osadeks jaotamist
- Varasemale elukäigule tuginemist – elukutse sõnavara ja tegevused, perekondlikud sündmused
- Alustuseks mingiski küsimuses ühele meelele jõudmist
- Kiitmist

Kui suhtlemine ebaõnnestub

- Püüa pakkuda vaheldust, muuta tegevust
- Püüa suhelda mitteverbaalselt - jalutage koos, võtke koos einet, hoidke üksteisel käest või ümbert kinni, laulge.



- Võimalik, et patsiendil on valu või mingi muu kehaline ebamugavus, mida ta ei oska väljendada – jälgi tähelepanelikult tema näoilmet, liigutusi, reaktsiooni erinevatele toimingutele.
- Kui tunned end vihastuvat, eemaldu ja palu teistelt abi.

Muud takistused eaka inimesega suhtlemisel

- Personali aja piiratus
- Haige majanduslikud raskused
- Personali/haige teadmiste piiratus -
 - Mis on vanusest, mis haigustest?
 - Mida saab parandada, millega peab kohanema?
 - Millised sekkumised pikendavad elu, millised vähendavad kannatusi?
 - ...
- Haige hirm kaotada iseseisvus

KOKKUVÕTE

Millele mõelda eaka haigega suhtlemisel?

- Ka ta kuuleb sind?
- Kas ta tunneb sind ära?
- Kas ta saab aru, mida sa talle ütled?
- Kas ta tunneb end mugavalt oma probleemidest vesteldes?
- Kas sul on piisavalt aega?
- Kas sa jätad mittekiirustava ja huvitatud inimese mulje?
- Kas sa tunned ära ülekandumise ja tagasikandumise, mis võib mõjutada info vahetust?

KOKKUVÕTE

Otsuste ja tulemuste teatamine



- Veendu, et haige saab öeldust aru (diagnoosid, uuringutulemused, soovitusel, ravimite võtmine jmt)
- Vajadusel kirjalik juhised, lähedase kaasamine
- Aruta realistlikult prognoosi, ka hoolduse ja abi vajaduse osas
- Anna parimad soovitusel edasiseks elukorralduseks, raviks, hoolduseks
- Koos haigega/omastega otsustage reaalne tegevuskava

LUGEMIST LISAKS



GERONTOLOGIA

Tartu Ülikooli Kirjastus 2016

Kai Saks

Toimetaja