

Holistyczne i indywidualne podejście do podopiecznego w opiece długoterminowej

dr n. hum. Elżbieta Kościńska

TEB Edukacja Toruń



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

**“Starsi ludzie są jak lustra, w których
widzimy odbicie naszej przyszłej starości.
Traktujmy je z szacunkiem” – Helen Mirren**



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Holistyczne znaczy „całościowe”, co oznacza, że opiekun podchodzi do podopiecznego jako do całości.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Rozpatrując całość człowieka, dostrzegamy
nie tylko jego ciało fizyczne, ale także:

- umysł,
- intelekt,
- emocje.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Te wszystkie aspekty są szczególnie istotne
w starości i w przebiegu procesu chorobowego.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Zazwyczaj starzeje się i choruje nie tylko ciało.
Zarówno starość jak i choroba dotyczy człowieka,
jako całości.

Nie mówimy, że „moje gardło źle się czuje”,
lecz „ja się źle czuję”.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Holistyczne podejście do zdrowia to nie tylko modne hasło, lecz przede wszystkim filozofia opieki nad podopiecznym, która stawia go w centrum uwagi i postrzega jako całość – uwzględniając zarówno ciało, jak i dobrostan psychiczny.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Podejście holistyczne przypomina,
jak ważne jest zrozumienie, że opieka
nie sprowadza się tylko do pielęgnacji,
a zdrowie wyłącznie do braku objawów chorobowych.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Kluczowym elementem tej filozofii jest przekonanie, że do opieki nad podopiecznym należy podejść wieloaspektowo, uwzględniając zarówno czynniki:

- indywidualne,
- środowiskowe, jak i
- styl życia.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

W praktyce oznacza to, że opiekunowie stosujący holistyczne podejście nie ograniczają się jedynie do pielęgnacji czy wykonywania zabiegów, ale angażują się:

- w długofalowy proces edukacji pacjenta,
- zmiany nawyków żywieniowych czy
- pracy nad jego stresem i emocjami – które zaowocują poprawą zdrowia i samopoczucia.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Holistyczne podejście zakłada, że każdy aspekt życia –
od snu, przez dietę, aktywność fizyczną, po relacje
międzyludzkie – wpływa na nasze zdrowie i samopoczucie.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Dlatego tak ważne jest, aby opieka była wszechstronna,
a opiekunowie i rodzina współpracowali ze sobą,
tworząc spójną sieć wsparcia dla seniora/podopiecznego.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

W holistycznym podejściu nie brakuje także metod wspomagających opiekę – stosuje się różnorodne techniki relaksacyjne, terapie manualne, a nawet medytację czy jogę.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Te działania nie tylko wpływają korzystnie na redukcję stresu, ale również wspomagają regenerację organizmu i wzmacniają naturalne mechanizmy obronne.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Jednym z najważniejszych elementów holistycznej opieki jest edukacja podopiecznych w zakresie zdrowego stylu życia.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Świadoma osoba, jest w stanie lepiej dbać o swoje zdrowie, rozumieć sygnały wysyłane przez organizm i podejmować decyzje korzystne dla swojego dobrostanu.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Dążenie do całościowego rozumienia organizmu przekłada się na wyższy poziom opieki oraz poprawę jakości życia.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Holistyczne podejście do opieki podopiecznego to nie tylko metoda opieki – to styl życia, który promuje długotrwały dobrostan i harmonijny rozwój na każdym polu funkcjonowania człowieka.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Holizm w opiece nad osobą starą/chorą oznacza
uwzględnienie wszystkich wymiarów ludzkiej egzystencji:

- fizycznego,
- psychicznego,
- duchowego i
- społecznego.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Podejście to wywodzi się z filozofii holistycznej, która podkreśla, że człowiek jest niepodzielną całością, a jego poszczególne sfery życia wzajemnie na siebie oddziałują. W kontekście opieki oznacza to, że np. cierpienia fizycznego nie można rozpatrywać w oderwaniu od stanu psychicznego czy duchowego chorego.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Fundamentem skutecznej opieki nad osobą starszą / chorą / z niepełnosprawnością jest indywidualizacja.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Oznacza ona dostosowanie działań opiekuńczych do unikalnych potrzeb, preferencji i wartości każdego podopiecznego, z uwzględnieniem jego historii życia, kultury, przekonań religijnych oraz sytuacji rodzinnej.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

W praktyce indywidualizacja opieki napotyka szereg barier. Wśród najczęstszych wymienia się ograniczenia systemowe, takie jak niedobór personelu, brak czasu na dogłębne poznanie pacjenta czy niedostateczne finansowanie.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Istotną przeszkodą może być również brak narzędzi do kompleksowej oceny potrzeb, szczególnie w wymiarze duchowym i społecznym.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Dodatkowym wyzwaniem staje się komunikacja z pacjentami, którzy z powodu np. zaawansowanej choroby mają trudności w wyrażaniu swoich preferencji.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Każdy przypadek jest inny, każdy senior ma własne potrzeby, marzenia i lęki. Dlatego tak ważne jest, by podchodzić do każdej sytuacji indywidualnie.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

Dopasowujemy pomoc tak, by była ona
jak najbardziej efektywna i dostosowana
do konkretnego przypadku.



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego

“Empatia wobec starszych ludzi to nie tylko gest dobroci, ale również inwestycja w naszą własną przyszłość” – Michelle Obama



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego



Dziękuję za uwagę!



Fundusze Europejskie
dla Kujaw i Pomorza



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Samorząd Województwa
Kujawsko-Pomorskiego