

Μοντέλο εκτίμησης φυσικού κινδύνου στη φροντίδα στο σπίτι και σε δομές φροντίδας στη διάρκεια βοήθειας ασθενών στη κίνησή τους

Η εκτίμηση κινδύνου είναι ένα σημείο εκκίνησης στη διαχείριση του φυσικού βάρους. Η εκτίμηση κινδύνου συνίσταται από τα ακόλουθα βήματα: αναγνώριση κινδύνου/προβλήματος και εκτίμηση/αξιολόγηση κινδύνου.

Η εκτίμηση κινδύνου στο πρόγραμμα ErgocareBank έχει διττό στόχο:

- Να βοηθήσει τους συμμετέχοντες οργανισμούς να αναγνωρίσουν τους παράγοντες κινδύνου και να εφαρμόσουν στρατηγικές και λύσεις για να τους μειώσουν. Αυτές οι λύσεις θα είναι διαθέσιμες σε σπουδαστές, καθηγητές, και εργαζόμενους μέσα από το Ίντερνετ.

Η πρόσφατα δημοσιευμένη Τεχνική Έκθεση με τίτλο «Χειρισμός ατόμων στο τομέα φροντίδας της υγείας» (ISO/TR 12296: 2012) δίνει μία σύνοψη των στοιχειοθετημένων μεθόδων εκτίμησης προβλημάτων και κινδύνων που σχετίζονται με το χειρισμό ασθενών καθώς και λεπτομέρειες πώς να αναγνωρίσει κανείς και να εφαρμόσει στρατηγικές και λύσεις για να μειώσει αυτούς τους κινδύνους. Επιθεωρεί την αναγνώριση κινδύνων και την εκτίμηση ρίσκου όχι μόνο σε σχέση με τους κινδύνους που προκύπτουν για την υγεία αλλά και στην αναγνώριση και επίλυση προβλημάτων. Δύο βασικοί σκοποί της Τεχνικής επιθεώρησης ταιριάζουν στο πρόγραμμα ErgocareBank:

- Η βελτίωση των συνθηκών εργασίας των φροντιστών μέσα από τη μείωση της βιομηχανικής τους υπερφόρτωσης, και το περιορισμό ασθενειών και ατυχημάτων που σχετίζονται με την εργασία, και επιφέρουν αντίστοιχες απουσίες και κόστος,

- Η διασφάλιση της ποιότητας φροντίδας, της ασφάλειας, της αξιοπρέπειας και της ιδιωτικότητας των πελατών, με ταυτόχρονη κάλυψη των αναγκών τους συμπεριλαμβανομένων της προσωπικής φροντίδας και υγιεινής.

Η Τεχνική έκθεση παρουσιάζει ένα αριθμό από μεθόδους βασισμένες σε στοιχεία για την εκτίμηση κινδύνου στο χειρισμό ασθενών. Βασισμένες στην εμπειρία των ειδικών οι ακόλουθες 3 πρακτικές μέθοδοι επιλέχθηκαν να δοκιμαστούν στη φροντίδα στο σπίτι και στην ιδρυματική φροντίδα:

1) Θερμόμετρο φροντίδας (Knibbe and Friele 1999, www.carethermometer.com)

2) Εργαλείο εκτίμησης μεταφοράς ασθενή, PTAI-method (Karhula et al. 2009)

Ο οδηγός και οι φόρμες για τη μέθοδο PTAI είναι διαθέσιμες εδώ:

http://tyosuojelujulkaisut.wshop.fi/documents/2009/04/TSJ_83.pdf

3) Προσέγγιση Ντόρτμουντ (Jäger et al. 2010)

Η εργασία αφορούσε στη δοκιμή για το ποια από τις παραπάνω μεθόδους είναι πιο κατάλληλη για την εκτίμηση κινδύνου και στη φροντίδα στο σπίτι και στην ιδρυματική φροντίδα. Η μέθοδος θα έπρεπε να είναι σχετικά γρήγορη και εύκολη στη χρήση, ενώ παρ' όλα αυτά να δίνει και αξιόπιστα αποτελέσματα.

Η μέθοδος PTAI αποδείχθηκε το πιο πρακτικό εργαλείο στη φροντίδα στο σπίτι και στην ιδρυματική φροντίδα και κατά το καλύτερο τρόπο φανέρωσε τη παρουσία αρκετών παραγόντων κινδύνου και το πώς αυτοί συσχετίζονται. Η μέθοδος του θερμόμετρου φροντίδας βασίζεται στη χρήση βοηθητικών συσκευών και στη διαθεσιμότητα ρυθμιζόμενων καθ' ύψος κρεβατιών, τη στιγμή που αυτά σπάνια βρίσκονται σε λειτουργικότητα στη φροντίδα στο σπίτι, ενώ είναι σε λίγο καλύτερη κατάσταση στα ιδρύματα φροντίδας. Επομένως τα αποτελέσματα της εκτίμησης αγνοούν άλλους πιθανούς παράγοντες κινδύνου.

Η μέθοδος του θερμόμετρου φροντίδας δεν είναι αρκετά συγκεκριμένη για ατομικές εκτιμήσεις ενώ η μέθοδος PTAI δίνει αδρές εκτιμήσεις μόνο για το φυσικό φορτίο.

Επομένως η προσέγγιση Ντόρτμουντ μπορεί να χρησιμοποιηθεί επιπρόσθετα της μεθόδου ΡΤΑΙ για άμεση εκτίμηση του φορτίου στη κάτω πλάτη σε ειδικές καταστάσεις χειρισμού ασθενών.

Οι ακόλουθοι παράγοντες/καταστάσεις προκαλούν κινδύνους στη φροντίδα στο σπίτι:

- Έλλειψη χώρου
- Χαμηλά κρεβάτια
- Φροντίδα υγιεινής στη τουαλέτα
- Ντύσιμο
- Οι δεξιότητες χειρισμού ασθενών ιδιαίτερα σε αυτές τις καταστάσεις:
 - Βοηθώντας ένα πεσμένο ασθενή να σηκωθεί από το πάτωμα
 - Βοηθώντας ένα ασθενή από ξαπλωτή θέση σε καθιστή στην άκρη του κρεβατιού
 - Σηκώνοντας ένα ασθενή από καθιστή θέση σε κάθετη όρθια θέση ή βοηθώντας ένα ασθενή από την άκρη του κρεβατιού στην αναπηρική καρέκλα

Αυτές οι περιπτώσεις επιλέχθηκαν για δοκιμή και εύρεση εργονομικά ασφαλών λύσεων.

Η ασφαλής διαχείριση είναι η περιεκτική διαχείριση της ασφάλειας. Εφαρμόζεται εξίσου τόσο στην εθελοντική όσο και στη τυπική δραστηριότητα. Η ασφαλής διαχείριση σημαίνει τη διαχείριση των διαδικασιών, ανθρώπων και λειτουργιών ώστε να προάγεται η ασφάλεια και η υγεία στο χώρο εργασίας συστηματικά και προληπτικά. Ο συνεχόμενος προγραμματισμός, η απόδοση, ο έλεγχος και η εκτίμηση, είναι επομένως όλες οι πτυχές της διαχείρισης της ασφάλειας.

Οδηγίες για ασφαλή χειρισμό ασθενών

Η μέθοδος για τη βοήθεια ενός ατόμου εξαρτάται από το βαθμό ενεργητικότητάς του, το σκοπό της θεραπείας και τους ιατρικούς περιορισμούς, και τις πιθανές καταστάσεις ρίσκου που μπορεί να υπάρχουν για τον φροντιστή. Για να βρεθεί η καλύτερη μέθοδος για να βοηθηθεί ένα ασθενής συχνά απαιτούνται αρκετές δοκιμές σε διαφορετικές καταστάσεις βοήθειας. Αν είναι απαραίτητο ο φροντιστής θα πρέπει να αναζητά κατάλληλες συμβουλές. Η καλύτερη μέθοδος βοήθειας θα πρέπει να καταγράφεται στο ιατρικό ιστορικό του ασθενή και προτείνεται επίσης να απεικονίζεται.

Ο σκοπός είναι όλα τα μέλη του προσωπικού να χρησιμοποιούν την ίδια μέθοδο ώστε να είναι πολύ ευκολότερο για τον ασθενή να χρησιμοποιεί τη δυνατότητα κίνησης που του απομένει. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τους ηλικιωμένους ασθενείς με απώλεια μνήμης. Η δυνατότητά τους να μάθουν νέα μοντέλα κίνησης μπορεί να είναι περιορισμένη.

Επέλεξε τη μέθοδο βοήθειας και το απαραίτητο βοηθητικό εργαλείο

- Έλεγε το ιατρικό ιστορικό του ασθενή
- Αξιολόγησε τη τωρινή κατάσταση του ασθενή και το δυναμικό του
- Ανακάλυψε ποιος είναι ο φυσικός τρόπος κίνησης του ασθενή
 - **Είναι η μεταφορά χειρωνακτική ή απαιτεί βοήθεια ανυψωτήρα; Μη σηκώνεις χειρωνακτικά ασθενείς των οποίων τα πόδια δεν σηκώνουν το βάρος τους. Μπορεί ένα βοηθητικό μηχάνημα να βοηθήσει;**
 - Εκτίμησε τη δύναμη και τις δεξιότητές σου σε σχέση με τις απαιτήσεις της μεταφοράς και με το αν χρειάζεσαι κάποια βοήθεια.

Ετοιμάσου για τη μεταφορά

- Σχεδίασε τα επίπεδα της μεταφοράς από την αρχή μέχρι το τέλος.
- Τακτοποίησε την ασφάλεια του περιβάλλοντος. Αφαίρεσε τα εμπόδια και ρύθμισε το σημείο αρχής και τέλους όσο κοντύτερα γίνεται το ένα στο άλλο. Ρύθμισε το ύψος εργασίας όπου είναι απαραίτητο.
- Δώσε στον ασθενή στήριξη στην οποία μπορεί να βασιστεί. Η στήριξη δίνει στον ασθενή ασφάλεια και μειώνει την ένταση του χειριστή.
- Όταν υπάρχουν δύο χειριστές, θα πρέπει να συμφωνήσουν πως θα αποδώσουν την εργασία τους. Η καθαρή εντολή βοηθά να επιτευχθεί συγχρονισμός στη μεταφορά.

Πραγματοποίησε τη μεταφορά με συνείδηση

- Πες στον ασθενή τι θα πρέπει να κάνει και πως θα τον βοηθήσεις.
- Εξασφάλισε ότι ο ασθενής έχει μια καλή θέση εκκίνησης για την κίνησή του.
- Δίνε οδηγίες και ενεργοποίησε τον ασθενή βήμα-βήμα σε συμφωνία με το φυσικό μοτίβο κίνησής του.
- Δώσε χρόνο στον ασθενή να ενεργοποιήσει τους μυς του. Περίμενε μέχρι να αρχίσει να κινείται.
- Αν ο ασθενής δεν μπορεί να κινηθεί έπειτα από μια προφορική οδηγία, συνδύασε την προφορική οδηγία με άγγιγμα και κίνηση. Βοήθησε τον ασθενή μόνο τόσο όσο χρειάζεται.
- Αντί για σήκωμα και γύρισμα, προτίμησε την ολίσθηση ή τη περιστροφή. Στην ολίσθηση αφαίρεσε τη τριβή μεταξύ του ασθενή και της πλατφόρμας μεταφοράς με υλικό ολίσθησης.
- Εκμεταλλεύσου τη βαρύτητα και την ανθρώπινη κατασκευή. Το βάρος του ασθενή θα πρέπει να μεταφέρεται από την κορυφή κάτω στα κόκαλα των ποδιών για να γίνει η μεταφορά.

Σιγουρέψου για τη στάση και τη λαβή σου

- Γενικά να δουλεύεις από μια καλή θέση βάδισης δίπλα στον ασθενή και να κινείσαι ταυτόχρονα μαζί του. Να εκμεταλλεύεσαι τη μεταφορά βάρους και τη κινητική ενέργεια.
- Να χρησιμοποιείς όλο σου το σώμα και να αποφεύγεις υπερεκτάσεις και σκυψίματα. Να δουλεύεις με την πλάτη σου ίσια, να λυγίζεις τα γόνατα και να κρατάς το βάρος στα πόδια σου.
- Να χρησιμοποιείς τους δυνατούς μυς των κάτω άκρων για να παράγεις τη δύναμη, μη χρησιμοποιείς τους ώμους και τους μυς των άνω άκρων.
- Να αποφεύγεις να γραπώνεις τις μασχάλες και τα ρούχα των ασθενών, αντίθετα να καθοδηγείς τη κίνηση με ένα ευρύ και απαλό άγγιγμα της παλάμης στους γοφούς ή στη πλάτη του ασθενή ή από το σημείο που αισθάνεσαι τη κίνηση να έχει κολλήσει.
- Να είσαι όσο κοντύτερα στον ασθενή γίνεται χωρίς να εμποδίζεις τη κίνησή του.
- Προσπάθησε να επιτύχεις για τον ασθενή και για σένα μια ευχάριστη σταθερή και αρμονική κίνηση.

