



Informacje i porady dla opiekunek i opiekunów osób starszych w Niemczech

„Tak traktuj człowieka jak sam chciałbyś być traktowany”

- Opiekunka/opiekun, powinni na godzinę przed planowanym dojazdem do miejsca w Niemczech skontaktować się z osobą odpowiedzialną za jej odbiór i potwierdzić godzinę przyjazdu.
- Każda wyjeżdżająca osoba, powinna mieć naładowaną baterię w komórce, oraz pieniądze na karcie (w przypadku telefonu na kartę) (Jeżeli opiekun nie posiada komórki, to należy go poinformować, że czasami istnieje możliwość skorzystania z telefonu kierowcy, ale przeważnie za opłatą).
- Opiekunka/opiekun, ma obowiązek przed przyjazdem do domu podopiecznego, zaznajomić się ze schorzeniami podopiecznego, aby wiedzieć, czego może się na miejscu spodziewać.
- Do podopiecznego powinno zwracać się w formie grzecznościowej, czyli na Pan/Pani. Są wyjątki od tej reguły. Przejście na „TY” jest możliwe tylko pod warunkiem, że ta propozycja wyjdzie ze strony podopiecznego. Nie jest to jednak zalecane. Mówienie „babcia”, „dziadek” również jest wysoce niestosowne.
- Jeżeli podopieczny nie życzy sobie palenia papierosów w domu, to opiekunka/opiekun ma obowiązek skrupulatnie dostosować się do tego wymogu.
- Pierwszego dnia opiekunka/opiekun może odpocząć po podróży, jednocześnie zapoznając się z zakresem swoich obowiązków i domem, w którym będzie pracować.
- Podopieczny jest człowiekiem chorym, więc ma prawo mieć zły dzień, nie mieć na coś ochoty, lub być smutnym. Zaburzenia neurologiczne mogą doprowadzić podopiecznego do stanu, gdy sam nie będzie wiedział, co robi. Dlatego należy być wobec podopiecznego wyrozumiałym.
- Podopieczny jest najczęściej człowiekiem w podeszłym wieku mającym swoje przyzwyczajenia dotyczące struktury dnia, jedzenia, porządku. Celem opiekuna jest spełnianie jak najwięcej próśb podopiecznego, aby z powodu błahostek (np. nie ten rodzaj chleba na śniadanie, albo to, że chleb nie jest chowany do lodówki) nie było później większych problemów.
- Wszelkie wskazówki ze strony rodziny, dzieci lub nawet sąsiadki podopiecznego powinny być przez opiekunkę/opiekuna traktowane poważnie. Są to osoby, które najlepiej znają podopiecznego i mają na niego największy wpływ. Ten krąg osób jest niezwykle ważny, a ich informacje mogą być bardzo przydatne i pomocne. Chodzi tu przede wszystkim o przyzwyczajenia związane z jedzeniem, sposobem przygotowywania posiłków, sprzątaniami, robieniem zakupów i pielęgnowaniem podopiecznego.
- Nie należy zapominać, że opiekunka/opiekun jest gościem w domu podopiecznego i powinno się respektować przyzwyczajenia właściciela domu.
- Opiekunka/opiekun z powodu specyfiki miejsca pracy powinni być bardzo elastyczni i przygotowani na różne sytuacje. Każdy dzień może być niepodobny do drugiego. Nie ma tu miejsca na rutynę.
- W pierwszych dniach pobytu najważniejsze jest nawiązanie jak najlepszego kontaktu z podopiecznym. Należy pamiętać, że podopieczny nie zna opiekuna, a opiekun podopiecznego, dlatego trzeba wykazać się cierpliwością i serdecznym nastawieniem.
- Często serdeczność i uprzejmość mają większy wpływ na dobre stosunki z podopiecznym niż kompetencja zawodowa opiekuna.
- Nie wolno jawnie okazywać swojego obrzydzenia wobec podopiecznego z powodu jego wyglądu, sposobu jedzenia lub innych sytuacji. Zachowanie takie może pogorszyć stan podopiecznego i utrudnić współpracę.
- Nie wolno odnosić się do podopiecznego w sposób impulsywny lub wulgarny. Zawsze można przeprosić podopiecznego i wyjść do innego pomieszczenia, aby uspokoić swoje nerwy.
- Jeżeli opiekunka/opiekun chce wprowadzić jakąś innowację, musi być ona uzasadniona i wymaga zgody.
- Cykl prac porządkowych i robienia zakupów powinien być dokładnie uzgodniony z podopiecznym.
- Bardzo ważne jest, aby podopieczny polubił i obdarzył opiekunkę/opiekuna zaufaniem, wtedy wiele problemów opisanych powyżej nie będzie odgrywało większej roli.
- Zabronione jest zaglądnienie do jakichkolwiek prywatnych rzeczy podopiecznego lub pomieszczeń typu strych, piwnica, bez wyraźnej zgody podopiecznego lub jego rodziny.
- Zabronione jest wyrzucanie jakichkolwiek prywatnych rzeczy lub ubrań należących do podopiecznego, które mogą wydawać się zbyteczne lub stare. Starsi ludzie mają swoje przyzwyczajenia i nie należy z nimi walczyć. Można im jedynie próbować coś delikatnie wyperswadować.
- Otwieranie poczty i czytanie korespondencji podopiecznego jest surowo zabronione, chyba że podopieczny lub jego rodzina wyrażą na to zgodę.
- Należy skrupulatnie rozliczać się z powierzonych opiekunce/opiekunowi pieniędzy. Najlepiej jest założyć zeszyt przychodów i rozchodów, w którym będzie się zapisywać i zbierać rachunki. Taki zeszyt powinien być prowadzony na bieżąco i leżeć w miejscu dostępnym dla wszystkich członków rodziny. Należy pamiętać, że stereotyp Polaka –



złodzieja nadal pokutuje na terenie Europy, dlatego należy rozliczać się „co do centa”, aby uniknąć niepotrzebnego posądzenia o kradzież.

- Jakiegokolwiek znalezione pieniądze, powinny być niezwłocznie oddane podopiecznemu lub jego dzieciom. Niektórzy podopieczni chowają pieniądze na czarną godzinę, a niektórzy mogą przygotować pułapkę, która będzie testem na uczciwość opiekunki/opiekuna.
- W wypadku, gdy ktokolwiek z rodziny ma dostęp do domu podopiecznego i chce coś zabrać do siebie, np. wazon lub inne rzeczy, opiekunka/opiekun powinien poprosić o potwierdzenie na piśmie o zabraniu danego przedmiotu. Uchroni ich to przed nieprzyjemnymi sytuacjami z tym związanymi.
- Ustalenie wolnego czasu powinno być konsultowane z podopiecznym, lub jego rodziną. Przy niektórych stanach chorobowych, podopiecznego nie można zostawić samego. Dlatego należy wykazać się poczuciem odpowiedzialności i poczekać na osobę, która zastąpi opiekunkę/opiekuna w danym czasie.
- Procedura pielęgnacji od rana do wieczora powinna zostać zawsze uzgodniona z podopiecznym. Opiekunka/opiekun musi się dostosować do woli podopiecznego. Z drugiej strony jest on odpowiedzialny za czystość i higienę podopiecznego, dlatego powinien starać się przekonać podopiecznego do poddawania się czynnościom higieniczno - pielęgnacyjnym. Jeżeli jednak podopieczny upiera się przy swoim zdaniu, to opiekunka/opiekun nie może go do niczego zmuszać. Powinien poinformować rodzinę.
- Należy zgodnie współpracować z pielęgniarkami niemieckich firm pielęgnacyjnych, które odwiedzają podopiecznego. Opiekunka/opiekun może się od nich dużo dowiedzieć i nauczyć.
- Opiekunka/opiekun nie powinien osądzać ani krytykować rodziny podopiecznego, ponieważ jest osobą postronną a nie członkiem rodziny.
- Opiekunka/opiekun powinien dbać o higienę oraz wygląd osobisty, aby nie zniechęcać od siebie podopiecznego oraz godnie reprezentować firmę Diamedi Opieka.
- Potrawy przygotowywane przez opiekunkę/opiekuna, powinny być podawane w sposób estetyczny aby zachęcały do jedzenia.
- Zabronione jest sprzątanie w innych domostwach, np. u sąsiadek.
- Należy pamiętać o wietrzeniu pomieszczeń, w których mieszka podopieczny.
- Przed każdym myciem porannym opiekunka/opiekun powinien zadbać o to, aby w pomieszczeniu nie było za zimno, np. podkręcić kaloryfer w zimie.
- Opiekunka/opiekun powinien dbać o poczucie intymności pacjenta. Np. nie wykonywać czynności higienicznych lub przebierać podopiecznego w obecności osób trzecich (dzieci, sąsiadek, itd.). Osoby postronne należy grzecznie wyprosić z pokoju. Należy zawsze zamykać drzwi do toalety, jeżeli chce (i może) zostać sam. **PAMIĘTAJMY O GODNOŚCI CZŁOWIEKA!!**
- Jeżeli podopieczny jest tak chory, że nie może sam jeść, to przy karmieniu opiekunka/opiekun powinien usiąść obok, aby on nie musiał patrzeć przy jedzeniu do góry, tylko prosto przed siebie.
- Tempo karmienia zawsze narzuca podopieczny, a nie opiekun.
- Czystość łóżka podopiecznego, pościel, poduszki, jak również inne rzeczy (np. stolik obok łóżka, ręczniki, łazienka, wózek inwalidzki) świadczą o opiece. Należy pamiętać o zachowaniu porządku.
- Należy zawsze pamiętać o bezpieczeństwie podopiecznego (okaleczenie, siniaki, itp. Nie są dobrą wizytówką dla opiekuna). Gdyby jednak takie powstały w wskutek wypadku, np. przewrócenia się, opiekun powinien niezwłocznie poinformować rodzinę, lekarza, firmę w jakich okolicznościach doszło do wypadku.
- Jeżeli opiekunka/opiekun nie zrozumiał czegoś, powinien natychmiast poprosić o powtórzenie, aby uniknąć niepotrzebnych nieporozumień.
- Jakiegokolwiek niejasności i spory, należy rozwiązać w miarę możliwości ze spokojem i zrównoważeniem. Warto pamiętać, że to podopieczny jest chory, a nie opiekun. Jeżeli opiekun nie jest w stanie sam rozwiązać konfliktu, może zwrócić się do koordynatora lub firmy z prośbą o mediację.
- Wszelkie zmiany stanu zdrowia podopiecznego na gorsze, (jak duszności, utrata przytomności, podejrzenie o zawał, czy wylew, krew w moczu, w kale, spadek ciśnienia tętniczego, itp.) powinny być zawsze zgłaszane dzieciom podopiecznego lub innym wyznaczonym osobom, które zdecydują o konieczności wezwania pogotowia.
- W takiej sytuacji opiekunka/opiekun przygotowuje dla pacjenta świeżą piżamę, ręcznik, szczoteczkę i pastę do zębów, kaptur, szlafrok itp., oraz zapisuje nazwę adres i nr tel. Szpitala, w którym będzie przebywał podopieczny.
- Jeżeli podopieczny ze względu na stan krytyczny został zabrany do szpitala bez wiedzy rodziny, opiekun powinien starać się niezwłocznie skontaktować z rodziną lub opiekunem prawnym podopiecznego, koordynatorem oraz firmą i poinformować o zaistniałej sytuacji.
- W czasie pobytu podopiecznego w szpitalu zalecane są regularne odwiedziny.
- W czasie odwiedzin opiekunka/opiekun powinien zapytać pielęgniarkę jakie działania może wykonywać przy pacjencie lub z pacjentem oraz co może mu podać/przynieść/kupić do jedzenia. Zalecenia pielęgniarstwa opiekunka/opiekun należy skrupulatnie realizować.
- Częstotliwość odwiedzin oraz czas pobytu u podopiecznego ustala się z pielęgniarką /lekarzem oddziałowym.

