

Dagmar Dvořáčková

Kvalita života seniorů

v domovech pro seniory



Dagmar Dvořáčková

Kvalita života seniorů

v domovech pro seniory

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Mgr. Dagmar Dvořáčková

KVALITA ŽIVOTA SENIORŮ

v domovech pro seniory

Recenze: Ing. Bc. Hana Vojtová

Vydání odborné knihy schválila Vědecká redakce nakladatelství
Grada Publishing, a.s.

TIRÁŽ TIŠTĚNÉ PUBLIKACE:

© Grada Publishing, a.s., 2012

Obrázky podle předloh dodaných autorkou překreslil Karel Mikula.

Cover Photo © fotobanka allphoto, 2012

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, Praha 7

jako svou 4837. publikaci

Odpovědná redaktorka Mgr. Ivana Podmolíková

Sazba a zlom Karel Mikula

Počet stran 112

1. vydání, Praha 2012

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a. s.

Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků, což není zvláštním způsobem vyznačeno.

Postupy a příklady v této knize, rovněž tak informace o lécích, jejich formách, dávkování a aplikaci jsou sestaveny s nejlepším vědomím autorů. Z jejich praktického uplatnění ale nevyplývají pro autory ani pro nakladatelství žádné právní důsledky.

ISBN 978-80-247-4138-3

TIRÁŽ TIŠTĚNÉ PUBLIKACE:

ISBN 978-80-247-7891-4 ve formátu PDF

ISBN 978-80-247-7892-1 ve formátu EPUB

Obsah

Předmluva	7
1 Stáří jako společenský fenomén	9
1.1 Vymezení pojmu stárnutí, stáří	9
1.2 Projevy stáří	11
1.2.1 Tělesné projevy stáří	12
1.2.2 Psychické změny	12
1.2.3 Sociální změny a změny v životní orientaci	13
2 Strategie chápání vlastní role ve stáří	16
2.1 Konstruktivní strategie	17
2.2 Strategie závislosti	17
2.3 Strategie obranná	17
2.4 Strategie hostility	17
2.5 Strategie sebenenávisti	18
3 Demografická charakteristika z hlediska stárnutí populace	19
4 Prognóza sociálních služeb pro seniory	23
5 Příprava na stáří a kvalita života	26
6 Koncept aktivního stárnutí	29
6.1 Univerzita třetího věku (U3V) jako součást celoživotního vzdělávání	30
7 Postoj ke smrti a umírání a kvalita života	33
7.1 Umírání a ztráta důstojnosti	36
8 Potřeby seniorů	38
8.1 Motivační teorie potřeb A. Maslowa	40
8.2 Teorie potřeb M. Max-Neefa	43
8.3 Struktura životních vývojových potřeb	45
8.4 Významové dimenze osobní autonomie seniorů	47
9 Sexualita seniorů	49
10 Senior a rodina	53

11 Vymezení pojmu kvalita života	56
11.1 Historicko-filozofický kontext pojmu kvalita života	59
11.2 Psychologické pojetí kvality života	62
11.3 Sociologické pojetí kvality života	63
12 Životní smysl a kvalita života	66
13 Dimenze kvality života	69
14 Identifikace faktorů ovlivňujících kvalitu života	76
15 Současný systém zdravotní a sociální péče o seniory v ČR	80
15.1 Zdravotní péče o seniory	80
15.2 Sociální péče o seniory	81
15.3 Pobytová zařízení pro seniory	85
15.4 Role sociálního pracovníka v péči o seniory	87
16 Hodnocení kvality sociálních služeb	90
16.1 Přehled jednotlivých standardů kvality sociálních služeb	91
17 Individuální plánování a role klíčového pracovníka	93
17.1 Základní modely plánování služby	94
17.1.1 Model zaměřený na dosahování cílů	94
17.1.2 Model zaměřený na dialog a uživatele služby	95
17.1.3 Model vycházející ze schémat počítačové podpory	95
17.1.4 Model expertní	96
Závěr	97
Použité zdroje	99
Rejstřík	110
Souhrn	111
Summary	112

Předmluva

Počátek 3. tisíciletí je charakterizován několika sociálními fenomény, které determinují chod naší společnosti. Mezi tyto aspekty náleží i problematika stáří, stárnutí a života seniorů. V následujících letech bude tato problematika z politických, ekonomických, ale i sociálních důvodů stále aktuálnějším a diskutovaným tématem. Stárnutí a stáří je jevem celospolečenským i zcela individuálním. Statistická data vypovídají o tom, že populace v Evropské unii, včetně České republiky, stárne. Období stáří a stárnutí je provázáno řadou regresivních změn v různých oblastech života jedince, a proto je tato životní etapa mnohdy chápána jako období nemoci, nemohoucnosti a samoty. Je nezbytné přijmout opatření v řadě oblastí a změnit tak negativní přístup společnosti ke stárnutí populace a ke starším lidem, který je často spojen se stereotypním až ageistickým pohledem. Pokud má dojít ke změně těchto stereotypů, neobejde se to bez analýzy životních potřeb a pochopení problémů současných seniorů.

Přístup ke kvalitě života ve stáří vyžaduje komplexní pohled a spolupráci napříč celým spektrem vědních i společenských oborů. Pokud nemá příští vývoj vést ke snížení kvality života seniorů, je nutné usilovat o lepší pochopení jejich potřeb. Co se týká služeb využívaných seniory, je nutné, aby poskytovatelé těchto služeb znali nejen jejich potřeby, ale i faktory, které ovlivňují kvalitu života samotných seniorů.

Člověk je bytost bio-psycho-sociální a spirituální. S prodlužující se délkou života nabývá na významu zkoumání faktorů významně ovlivňujících kvalitu života ve stáří, a to ve všech čtyřech výše jmenovaných rovinách. Kvalita života jednotlivých lidí je spojená s historickým, geografickým, ekonomickým i společenským kontextem. Je ovlivněna životními zkušenostmi i životními podmínkami a jejich subjektivním vnímáním. Je zřejmé, že pohled na kvalitu života se může měnit s věkem, zdravotním stavem, sociálním postavením a mnoha dalšími okolnostmi, včetně transkulturních vlivů. V seniorském věku se do popředí hodnotového systému obecně dostává zdraví a vnímání osobní i společenské pohody.

Stáří je obdobím bilancování uplynulého života a jeho přijetí se vším pozitivním i negativním. V důsledku snížených kognitivních schopností i vnímání konečnosti lidského života se může u mnoha lidí objevit pocit zklamání, opuštěnosti, zbytečnosti a marnosti života.

Tyto skutečnosti pak mohou negativně ovlivňovat kvalitu jejich života. Mnozí se pak proto tomuto bilancování vyhýbají, nebo ho nejsou z různých důvodů schopni učinit.

Ke zvýšení kvality života ve stáří a k podpoře prosperity ve stárnoucí společnosti je nezbytné dát všem lidem v průběhu jejich života příležitost pro aktivní život. Hranice mezi jednotlivými fázemi životního běhu se stávají flexibilnějšími a méně vyhraněnými. Starší lidé mají stejně jako všichni ostatní právo být hodnoceni jako jednotlivci na základě svých schopností a potřeb. Je třeba se zamyslet nad tím, zda jsou jednotlivé instituce, prostředí, způsob našeho myšlení i života dostatečně připraveny na pozvolný, ale jistý příchod společnosti, ve které roste počet lidí v seniorském věku.

Pokud již pro seniora není možné nebo bezpečné žít v domácím prostředí, je postaven před velmi náročné rozhodnutí – strávit zbytek svého života v ústavním zařízení. V tomto novém prostředí se pak musí přizpůsobit tamním podmínkám a najít nové kontakty. Může být ohrožen ztrátou intimity, adaptačním šokem a „syndromem poslední štace“. Domovy pro seniory představují pouze jeden z článků v péči o seniory a jsou určeny zejména pro osoby, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku nebo zdravotního postižení, chronického duševního onemocnění či některého typu demence a jejichž situace vyžaduje pravidelnou pomoc jiné osoby.

Zkoumání kvality života seniorů v domovech pro seniory považují za významné zejména proto, že vzhledem k prodlužující se střední délce života a ke stárnutí populace bude přibývat seniorů, kteří tento druh služeb potřebují. Výzkum kvality života je velmi obsáhlá a rychle se rozvíjející oblast a tato publikace si nečiní nárok předložit čtenářům vyčerpávající přehled o této problematice. V současné době je kladen velký důraz na dodržování kvality poskytovaných služeb. Zaměstnanci v pobytových zařízeních sociálních služeb by si měli uvědomovat důležitost subjektivního vnímání kvality života seniorů a měli by se snažit pochopit potřeby současných seniorů. Zvyšování kvality života seniorů v domovech pro seniory je důležité pro jejich spokojený a důstojný život.

České Budějovice, březen 2012
Mgr. Dagmar Dvořáková

1 Stáří jako společenský fenomén

„Stárnutí a stáří je specifický biologický proces, který je charakterizován tím, že je dlouhodobě nakódovaný, je nevratný, neopakuje se, jeho povaha je různá a zanechává trvalé stopy. Jeho rozvoj se řídí druhově specifickým zákonem. Podléhá formativním vlivům prostředí.“¹

Sledování a hodnocení kvality života je možno pojmut jako subjektivní náhled pacienta či klienta na jednotlivé stránky jeho života. Uchování vitality do vysokého věku je výslednicí několika faktorů. K nejpodstatnějším náleží genetická a vrozená dispozice, převládající minulý a současný životní styl, prostředí, v němž daná osoba žije, stravování, opotřeбенí organismu, minulé i současné choroby degenerativní povahy, ale i takové faktory, jako je nezdolnost, zacházení se stresem, převládající psychické obranné mechanismy atd. Izolovat vliv faktoru stáří od vlivu jiných faktorů je velmi těžké, není proto snadné určit, co je způsobeno věkem a co faktory jinými. Zatímco věkové faktory nelze změnit, jiné vlivy zpravidla ano.²

Otázky týkající se tajemství lidského života a smrti, stáří a stárnutí provázely lidstvo odpradáva. V uplynulých obdobích byl fenomén stáří vnímán s rozdílnou intenzitou, ale také různými úhly pohledu. Stárnutí populace je záležitostí celosvětovou a očekávání postupného stárnutí společnosti se nevyhne ani České republice. Tento fakt vyžaduje aktivní přístup profesionálů a hledání optimálních řešení ve všech sférách společenského života. Rostoucí počty seniorů tvoří heterogenní skupinu, ve které se nacházejí jak zdraví, tak nemocní jedinci. Všichni však mají nárok na odpovídající profesionální zdravotní i sociální péči, která zachová jejich důstojnost i ve vysokém věku.

1.1 Vymezení pojmu stárnutí, stáří

Pod pojmem stárnutí se nejčastěji rozumí souhrn změn ve struktuře a funkcích organismu, které se projevují zvýšenou zranitelností

1 PACOVSKÝ, V., HEŘMANOVÁ, H. *Gerontologie*. Praha: Avicenum, 1981. s. 57.

2 GALVAS, Z. *K problematice kvality života TZP seniorů*. [online]. [cit. 2012-01-15]. Dostupné z WWW: <http://www.braillnet.cz/sons/docs/tl99/01.html>.

a poklesem výkonnosti jedince.³ Stárnutí je tedy součtem změn, kterým podléhá organismus v průběhu času. Tyto změny však nenastupují synchronně, ale jak uvádí Mühlpachr,⁴ stárnutí je individuální a asynchronní a jednotlivé systémy a funkce organismu stárnou nerovnoměrně. Dle Pacovského⁵ lze považovat stárnutí za přechodnou vývojovou periodu mezi dospělostí a stářím.

Jednoznačné vymezení pojmu stáří je vzhledem k intraindividuální variabilitě velmi nesnadné. V odborné literatuře lze najít různé definice pohlízející na stáří z mnoha hledisek a projevů. Kalvach⁶ uvádí, že stáří je obecným označením pozdních fází ontogeneze, v nichž se nápadněji projevuje souhrn involučních změn se zhoršováním odolnosti organismu. Také adaptační schopnost je ve stáří snížena, a to jak ve smyslu biologickém, tak i psychosociálním. Za zvláštní pozornost stojí tvrzení Pacovského,⁷ že pokud by člověk měl celý život adaptační schopnosti jako v dětském věku, dožila by se polovina lidí 700 let.

Úpadek tělesných funkcí nezačíná ve stáří, ale již v rané dospělosti, neboť většina orgánových soustav vykazuje po třicátém roce věku každoročně úbytek funkce přibližně o 0,8 až 1 procento.⁸ Stuart-Hamilton⁹ poukazuje na to, že jednotlivé funkce se zhoršují jen nepatrně, ale mají-li pracovat v komplexnější součinnosti, je celkové zhoršení větší než pouhý součet úbytku jednotlivých funkcí.

Pichaud¹⁰ uvádí, že stáří je období, kdy se výrazně mění dosavadní způsob života. Produktivní člověk přechází pozvolna do období stárnutí a stáří. Tento stav si nejčastěji poprvé uvědomí, když přijde období tzv. „syndromu prázdného hnízda“ – osamostatnění dospělých dětí a narození vnoučat. Dalším velkým mezníkem je odchod do penze. Postupně dochází k úbytku sil, zpomalování životního tempa a zhoršování zdravotního stavu. V neposlední řadě dochází i ke zhoršení

3 LANGMEIER, J., KREJČÍŘOVÁ, D. *Vývojová psychologie*. Praha: Grada, 1998. s. 184.

4 MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika*. Brno: Masarykova univerzita, 2004. s. 23.

5 PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. s. 30.

6 KALVACH, Z., ONDERKOVÁ, A. *Stáří. Pojetí geriatrického pacienta a jeho problémů v ošetrovatelské praxi*. Praha: Galén 2006. s. 7.

7 PACOVSKÝ, V. *O stárnutí a stáří*. Praha: Avicenum, 1990. s. 35.

8 HAYFLICK, L. *The cellular basis for biological aging*. Handbook of the Biology of Aging. New York: Academic Press, 1977.

9 STUART-HAMILTON, I. *Psychologie stárnutí*. Praha: Portál, 1999. s. 23.

10 PICHAUD, C., THAREAUOVÁ, I. *Soužití se staršími lidmi*. Praha: Portál, 1998. s. 82.

ekonomické situace. Další velkou životní změnou, která může nastat, je úmrtí partnera a vrstevníků. Senioři mají mnohdy pocit zbytečnosti, což vede k vážným psychologickým problémům. Nejvíce ohroženo je u seniorů udržování sociálních kontaktů, které v případě zanedbání mohou vést k úplné sociální izolaci.

Stáří je důsledkem a projevem geneticky podmíněných involučních procesů, modifikovaných dalšími faktory (především chorobami, životním způsobem a životními podmínkami) a je spojeno s řadou významných sociálních změn (osamostatnění dětí, penzionování a jiné změny sociálních rolí). Všechny změny příčinné a následné se vzájemně prolínají, mnohé jsou protichůdné a jednotné vymezení i periodizace stáří se tak stávají velmi obtížnými.¹¹

Nejčastěji je stáří vymezováno chronologicky. Dle Světové zdravotnické organizace je základní klasifikace vyššího věku následující: 45–59 let střední nebo též zralý věk, 60–74 let vyšší věk nebo také rané stáří, 75–89 let stařecký věk a 90 let a výše dlouhověkost. Z praktických důvodů je tedy používán věk kalendářní, který je odvozen z data narození. Nevypovídá ovšem ani o soběstačnosti ani o zdravotním stavu starého člověka. Haškovcová¹² uvádí, že mimořádně důležitý je věk funkční (biologický, subjektivní, psychologický, sociální), který nemusí odpovídat věku kalendářnímu. Stárnutí a stáří je záležitostí velmi individuální, a to z hlediska času, rozsahu i závažnosti projevů. Lidé stárnou různým tempem, někdo rychleji, jiný podstatně pomaleji. Říčan¹³ v tomto smyslu mluví o biologickém věku, který se může značně rozcházet s věkem chronologickým. Psychologický slovník definuje seniory právě dle věkového hlediska: senior je označení lidí starších šedesáti let.¹⁴

1.2 Projevy stáří

Každý z nás se rodí s určitými dispozicemi a to, jak bude reagovat na situace ve svém životě, je ovlivněno jeho genetickými předpoklady, životními zkušenostmi i prostředím, ve kterém žije. Změny způsobené

11 KALVACH, Z., a kol. *Úvod do gerontologie a geriatrie*. Praha: Karolinum, 1997. s. 18.

12 HAŠKOVCOVÁ, H. *České ošetřovatelství 10. Manuálek sociální gerontologie*. Brno: Institut pro další vzdělávání pracovníků ve zdravotnictví, 2002.

13 ŘÍČAN, P. *Cesta životem: vývojová psychologie*. Praha: Portál, 2004.

14 HARTL, P. *Stručný psychologický slovník*. Praha: Portál, 2004. s. 239.