**Specifika rehabilitace u seniorů**

**Získané postižení mozku:**

* V různých věkových skupinách
* Příčinou jsou:
* úrazy: traumatické obrny a obrny míchy
* Mozkové záněty
* Mozkové nádory
* Mozkové příhody
* Mozkové embolie

**Degenerativní onemocnění mozku a míchy:**

* Mozečková heredoataxie
* Roztroušená skleróza mozkomíšní
* Friedrichova heredoataxie
* Alzheimerova choroba (spojena s demencí)
* Parkinsonova choroba ad.

**Specifika poúrazových postižení:**

V závislosti na věku mají:

* uzavřený psychický vývoj
* často disponují všeobecnými znalostmi
* pamatují si stav před úrazem
* jsou si vědomi svého deficitu
* snesou zpočátku jen malou fyzickou i psychickou zátěž
* problémy s pamětí (mohou se časem upravit)
* často poruchy řeči
* může dojít k narušení sociálních vztahů i osobnosti

**Narušení kvality života: dvě fáze**

**Akutní fáze:**

* vyrovnávání se s vadou
* přestavba schopností, hodnot, vlastností
* vrůstání do společnosti postižených
* snaha o zbavení partnera, rodičů, pečovatelských úkolů
* odbourávání soustředění se na sebe sama

**Postakutní fáze:**

* upevňování a další rozvoj vlastností a schopností postiženého
* obnova socializace
* úsilí o soběstačnost a práceschopnost

**Rehabilitační cíle:**

* Pozitivní motivace v přístupu a zájmu postiženého o rehabilitaci
* Aktivitu postiženého v jejím průběhu
* Dostatek sociálních jistot postiženého
* Komprehenzivní rehabilitace (léčebná, pracovní, sociální, pedagogická)

**Terapie:**

* Fyzioterapie
* Ergoterapie
* Logopedie
* Neuropsychologický výcvik
* Funkční trénink pomocí PC ad.

**Specifika u seniorů:**

* Patofyziologická funkční ztráta u různých orgánů
* Rezignace, deprese, apatie
* Snížení výkonu podmíněné organickými změnami mozku
* Omezení rozsahu adaptace
* Omezení reaktivity na normu

**Rehabilitace ve stáří:**

* Týká se i „rehabilitace rodinných příslušníků“
* Spočívá v obnovení, uchování a mobilizaci existujících schopností a dovedností seniorů
* Vyrovnávání se s realitou

**Rehabilitační cíle:**

* Životně praktické kompetence (zvládnutí všedního dne)
* Výkonově relativní kompetence (využití tělesných schopností k vnímání psychických možností)
* Kreativní kompetence (uchování a podpora ideí možnosti adaptace, spontaneita)
* Kompetence k překonání krize, k řešení problémů (obavy z neúspěchu, nemoci, postižení, mimořádné zátěžové situace)
* Sociální kompetence (uchování, péče o obnovení kontaktů, vnímání odpovědnosti)

**Sociální služby:**

* Poskytování technických pomůcek
* Služby osobní asistence
* Služby řešící dopravu
* Pečovatelská služba, služby domácí péče
* Služby chráněného bydlení, domovy pro seniory, domovy sociální péče

**Péče o seniory:**

* ideální, pokud to oběma stranám vyhovuje
* péče o příbuzného může rodinu zatěžovat
* podmínkou spokojeného soužití je dostatek soukromí

**Terénní ošetřovatelé:**

* placená služba, o kterou lze zažádat na obecních úřadech nebo u soukromých organizací,
* důchodce si může objednat úklid, nákup, praní, žehlení nebo pomoc při hygieně,
* za obědy, základní úklid a nákup zaplatíte asi 1500 korun měsíčně,
* oběd s donáškou stojí asi 30, hodinový úklid 50, návštěva dvakrát denně asi 20 korun.

**Domov důchodců:**

* čeká se na něj i více než rok,
* o žádosti rozhoduje zřizovatel domova, což je město nebo kraj,
* je nutné i vyjádření lékař,
* měsíčně se platí kolem 6000 korun,
* někde je podmínkou přijetí sponzorský dar ve výši několik desítek tisíc korun,
* lékařská služba s celodenní přítomností zdravotní sestry,
* obyvatelé domova důchodců si zvlášť platí jenom léky.

**Penzion pro seniory:**

* senioři mají pro sebe vlastní bytovou jednotku,
* vhodné řešení pro manželské páry,
* nájem kolem 2000 korun měsíčně, v soukromých penzionech se ale platí mnohem více,
* zvlášť se platí za objednané služby jako úklid, nákup nebo žehlení,
* za tyto služby se platí v průměru od 1000 do 2000 korun měsíčně,
* není přítomen zdravotní personál,
* penziony většinou spravuií města, jsou ale i soukromé penziony,
* o pobyt v penzionu je nutno zažádat v případě, že jej zřizuje město nebo obec.

**Dům s pečovatelskou službou:**

* obyvatel domu má uzavřenou řádnou nájemní smlouvu
* nájem je asi 2000 Kč měsíčně
* služby (úklid nákup, žehlení) si důchodce objednává zvlášť
* domy s pečovatelskou službou vlastní obvykle města

**Léčebny dlouhodobě nemocných (LDN):**

* nutné pečlivě vybírat,
* nejprve se informovat a osobně si informace ověřit,
* záleží na přístupu pracovníků, dožadujte se informací,
* max. doba pobytu 3 měsíce.
* www.senio.cz, www.alzheimerovanemoc.cz

MÜHLPACHR, P. *Gerontopedagogika.* Brno : MU, 2004, 203 s. ISBN 80-210-3345-2

POKORNÁ, A. *Komunikace se seniory.* Praha : GRADA, 2010, 158 s. ISBN 978-80-247-3271-8.

SVATOŠOVÁ, M. *Hospice a umění doprovázet.* Kostelní Vydří : Karmelitánské nakladatelství, s. r. o., 149 s. ISBN978-80-7195-580-1.

VAĎUROVÁ, H. *Sociální aspekty kvality života v onkologii.* Brno : 2006, 148 s. ISBN 80-86633-60-8.

VÁGNEROVÁ, M. *Vývojová psychologie II. Dospělost a stáří.* Praha : UK, Karolinum, 2008, 461 s. ISBN 978-80-246-1318-5.