

Hópvinna

Æfingasögur fyrir interRAI Heildrænt hjúkrunarheimilismat MDS 2.0

Skiptið ykkur í hópa **tvö til þrjú** í hverjum hóp. Hver hópur vinnur síðan saman að því að leysa ákveðna hluta af gagnasafninu sem taldir eru upp hér að neðan. Í lokin kynnrir svo hver hópur sínar niðurstöður og rökstyður svörin. Munið að styðjast við leiðbeiningarnar fyrir gagnasafnið þegar þið glímið við verkefnin. Athugið að í hlutum G og P er sumum atriðum ekki svarað, þeim svarað tvisvar eða skipt niður á tvær sögur.

HLUTI B VITRÆN GETA

Jóhannes er 78 ára og hefur búið á vistheimili í eitt ár. Hann er orðinn dálítið gleyminn og man oft ekki hvort hann hefur tekið inn lyfin sín. Þess vegna skrifar hann hjá sér á miða þegar hann hefur tekið inn lyfin, sem hjúkrunarfræðingurinn færir honum. Hjúkrunarfræðingurinn lagði stutt minnispróf fyrir Jóhannes og eftir 5 mínútur gat hann nefnt 2 af þremur hlutum sem við hann höfðu verið nefndir. Jóhannes er lærður húsasmiður og starfaði sem slíkur mestan hluta ævi sinnar. Hann hefur gaman af því að rifja upp gamla tíma og segja sögur af því þegar hann vann sem húsasmiður. Starfsmennina þekkir hann alla með nafni og fer einnig allra sinna ferða um stofnunina. Hann er með dagatal hjá sér til að minna sig á hvernig dagarnir líða og til að minna sig á hvenær framhaldssagan er lesin í félagsstarfinu.

Fyrir 2 dögum fór hann með syni sínum í Kringluna. Þegar þangað var komið varð hann óöruggur og treysti sér ekki til að velja fermingargjöf fyrir sonarson sinn. Sonur hans varð því að velja gjöfina og aðstoða föður sinn við að borga.

Fyrir 6 vikum veiktist Jóhannes hastarlega af influensu. Hann fékk háan hita í nokkra daga. Samhliða þessu hélt hann að hann væri kominn aftur til Stykkishólms þar sem hann hafði búið í nokkur ár. Hann talaði stanslaust um húsbyggingar, að því er virtist, en erfitt var að fá botn í hvað hann var að segja. Nokkrum dögum eftir að hitinn lækkaði fór Jóhannes aftur að átta sig og eftir 2 vikur var hann orðinn sjálfum sér líkur.

HLUTI C TJÁSKIPTI OG HEYRN

HLUTI D SJÓN

Eggert varð 86 ára fyrir nokkrum mánuðum. Hann er nokkuð heilsugóður og andlega skýr, en heyrnin er orðin léleg og sjónin eitthvað skert. Fyrir nokkrum dögum var honum boðið í skírn yngsta langafabarnsins síns. Þar voru saman komnir margir af afkomendum hans og naut hann þess að hitta fólkið sitt. Hann sagðist þó ekki hafa getað talað mikið við fólkið. Kliðurinn í stofunni hefði truflað sig svo mikið að hann hefði lítið eða ekkert geta heyrt. Hann sagðist hafa reynt að stilla betur nýju heyrnartækin, sem hann er með í báðum eyrum en það hefði ekki dugað. Heyrnin er búin að vera slæm lengi, en sl. 3-4 mánuði hefur henni hrakað enn

meira þrátt fyrir nýju heyrnartækin. Eggert var járnsmiður og áður fyrr þegar hann vann í miklum hávaða í járnsmiðjunni lærði hann að lesa af vörum. Nú þegar heyrnin er farin að bregðast notar hann auk heyrnartækisins varalestur til að skilja fólk betur.

Eftir að sjóninni fór að hraka les hann bækur með stóru lettri og svo hlustar hann stundum á upplestur bóka á hljóðsnældum. Eggert les með gleraugum og notar stundum stækkunargler líka. Undanfarna daga hefur hann kvartað undan því að hann sjái geislabaug utan um leslampann sinn. Þrátt fyrir þetta sér hann vel í kringum sig og fer allra sinna ferða.

HLUTI E HUGARÁSTAND OG ATFERLISMUNSTUR

Bárður hefur verið á hjúkrunarheimili í 6 mánuði og er með verulega heilabilun. Hann var alltaf rólegur og glaðlegur þrátt fyrir að vera á stöðugu ráfi. Þrátt fyrir að ýmislegt hafði verið reynt tókst starfsfólki ekki að minnka ráfið. Fyrir 2 vikum fór hann að verða orðljótur við starfsfólkið alla daga og stöðugt að spyrja um hvar hann væri og biðja Guð að hjálpa sér. Hann sat oft mjög dapur í bragði og horfði í gaupnir sér og starfsfólkinu tókst ekki lengur að hressa hann við eða fá hann til að taka þátt í afþreyingu eins og sönghópum og stólaleikfimi. Hann virtist líka almennt hafa minni áhuga á að spjalla við fólk en áður. Svo hafði það gerst undanfarna viku að 5 morgna brást hann við reiður með hrópum og skömmum þegar átti að hjálpa honum fram úr til að klæða sig. Það þurfti mikla lagni og nokkurn tíma að róa hann niður og þó að það væri ekki auðvelt þá tókst að róa hann og þá þáði hann hjálp til að fara framúr og klæða sig.

HLUTI F ANDLEG OG FÉLAGSLEG VELLÍÐAN

HLUTI N ÞÁTTTAKA Í VIRKNI OG - FÉLAGSSTARFI

Gísli hefur búið á hjúkrunarheimili í 8 mánuði og hefur aðlagast vel og er ánægður. Hann tekur virkan þátt í öllu félagslífi innan stofnunarinnar. Hann er einn á herbergi og þó að hann þurfi aðstoð við að klæðast hugsar hann vel um blómin sín og vökvar þau. Hann hafði starfað við garðyrkju hér áður fyrr og var mjög stoltur af því og glaður ef starfsfólk leitaði ráða hjá honum um garðrækt. Hann er mjög félagslyndur, hefur gaman af að spjalla og hefur það að markmiði að taka þátt í því sem á boðstólum er og fer alltaf á morgnana að hlusta á upplestur úr dagblöðum. Eftir hádegi leggur hann sig vanalega fram undir tvö (tæp 1 klst.) en fer þá í iðjuþjálfun. Hann hefur gaman af að setja saman flugvélamódel og unir sér við það tímum saman. Hann spilar bridds einu sinni í viku með nokkrum félögum sínum og fer alltaf fram í dagstofu á hverju kvöldi til að horfa á sjónvarp. Í síðustu viku lést einn af spilafélögum hans skyndilega úr hjartaáfalli og hefur Gísli verið dapur yfir því. Á kvöldin situr hann inni hjá sér og hlustar á útvarp eða horfir á sjónvarp, en þar og í dagstofunni segist hann una sér best.

HLUTI G LÍKAMLEG FÆRNI OG VANDAMÁL G 1-2

Einar – G 1-2

Einar flutti inn á hjúkrunarheimili fyrir 4 vikum síðan. Hann hafði búið einn og var alveg lagstur í rúmið. Hann hafði fengið vægt heilaáfall fyrir 6 mánuðum og var með verulega máttminnkun í öðrum fætinum. Andlega var hann alveg skýr en mjög þunglyndur. Eftir nokkra vikna dvöl var hann orðinn mun hressari andlega og samvinnuþýðari við endurhæfinguna. Starfsfólkið hefur unnið ötullega að því að koma honum á fætur aftur. Framfarir hafa verið þó nokkrar, en þó er enn langt í land að hann verði sjálfbjarga. Hann er sjálfur mjög bjartsýnn og segist verða farin að ganga um óstuddur eftir nokkra mánuði og tekur starfsfólkið undir þessar væntingar hans.

Síðastliðna 7 daga hefur hann alveg getað hreyft sig sjálfur í rúminu. Þegar hann fer úr rúmi í stól er hann enn svo kraftlaus að tveir stafsmenn þurfa að styðja vel undir handleggina á honum, til þess að hann sígi ekki niður á gólf. Sama er að segja ef hann færir sig á milli stóla. Einar hefur ekki getað gengið í göngugrind þrátt fyrir að hann hafi tvo starfsmenn til aðstoðar. Hann fer því um í herberginu sínu og frammi á gangi í hjólastól sem hann stýrir sjálfur. Hann fer líka yfirleitt ferða sinna í hjólastólum utan deildarinnar en einu sinni í síðustu viku þurfti hann fylgd starfsmanns til að komast í samkomusalinn hinu megin í húsinu.

Einn starfsmaður þvær Einari að neðan uppi í rúmi. Þegar hann er svo kominn að vaskinum getur hann sjálfur þvegið sér að ofan. Einar fær verulega aðstoð eins starfsmanns við að klæða sig í að neðan og við að hneppa tölum og raka sig. Hann á erfitt með að gera það sem er fingert og þarfnast nákvæmni. Fyrstu vikurnar eftir að hann kom á hjúkrunarheimilið var hann mjög lengi að öllu og slappur fyrir hádegi. Þetta hefur nú allt færst í betra horf. Matinn borðar hann alveg sjálfur, eftir að starfsfólkið hefur lagt matinn vel fyrir hann, smurt brauðið og skorið kjötið.

Einar átti erfitt með að halda þvagi en eftir að hann var settur á reglulegar salernisferðir fyrir 2 vikum hefur hann getað haldið sér þurrum. Einar er sterkur í höndunum og getur haldið sér í handfang á veggnum við salernið. Þess vegna nægir honum að einn starfsmaður lyfti vel undir annan handlegginn til að komast af og á salerni. Eftir salernisferðir getur hann þurrkað sér sjálfur.

Þegar Einar fór í bað í sl. viku þurfti hann aðstoð tveggja starfsmanna við að komast ofan í baðkarið. Síðan aðstoðaði einn starfsmaður hann við að þvo bak, hár og fætur.

Guðmunda – G 1-2

Guðmunda er 84 ára og er með flogaveiki, er oft með verki í baki, er farin að missa vitræna getu og þarf nokkuð mikla aðstoð við ADL. Hún þarf munnlegar áminningar og eftirlit þegar hún notar léttu til að hreyfa sig sjálf í rúminu. Í tvö skipti þegar hún var mjög þreytt í handleggjunum fékk hún verulega líkamlega aðstoð tveggja starfsmanna. Hún kemst þó sjálf framúr rúminu og upp úr stól ef hún fær léttu líkamlega aðstoð eins starfsmanns til að komast á öruggan hátt í og úr rúmi. Á daginn gengur hún sjálf um á herberginu sínu en á nóttunni fær hún léttu aðstoð (ekki lyft), eins starfsmanns til að ganga að salerninu sem er inn af herberginu.

Hún gat gengið sjálf um á ganginum með göngugrindina sína, en vegna þess hvað hún var orðin gleymin þá gleymdi hún stundum göngugrindinni sinni á salerninu, í matsalnum eða annars staðar. Því þurfti alltaf einhver að færa henni göngugrindina og minna hana á að nota hana til öryggis. Þó að hún gæti gengið um, þá rataði hún ekki á milli staða inni á deildinni og því þurfti iðulega að segja henni hvert hún ætti að fara þegar kominn var matur eða einhver dægrastytting var í boði. Ef Guðmunda átti erindi út fyrir deildina t.d. í samkomusalinn þá gekk hún þangað óstudd með göngugrindina sína en var alltaf fylgt af starfsmanni til að hún rataði.

Guðmunda tekur verulegan þátt í að þvo sér og klæða en þarf samt léttu aðstoð og leiðbeiningu eins starfsmanns af því að hún er með verkstól. Hún fékk hins vegar flogakast í síðustu viku og þurfti þá alla aðstoð frá tveimur starfsmönnum í eitt skipti þessa viku bæði við að þvo sér og klæða. Á matmálstímum þarf Guðmunda aðstoð við að matast þó að hún geti stundum stungið einum og einum bita upp í sig þá þarf starfsmaður að sitja hjá henni og mata hana.

Farið var reglulega með Guðmundu á klósett og þó að hún geti bæði sest og staðið upp af klósettinu þurfti starfsmaður að hjálpa henni með að þurrka sér, draga upp buxurnar og minna hana á að þvo hendurnar.

Í eitt skipti þegar Guðmunda fór í bað í síðasliðinni viku veitti einn starfsmaður henni léttu aðstoð við að koma sér fyrir í baðkarinu og þvoði henni svo um bak og hárið. Í hitt skiptið sem hún fór í bað á tímabilinu þurfti hún alla aðstoð vegna þess hvað hún var illa upplögð.

HLUTI H STJÓRN Á ÞVAGI OG HÆGÐUM

Magnús flutti inn á hjúkrunarheimili fyrir þremur mánuðum. Hann hafði búið heima hjá dóttur sinni og var farinn að tapa áttum. Auk þess missti hann þvag mörgum sinnum á dag og hægðir öðru hvoru. Við komu á hjúkrunarheimilið var hann með þvagsýkingu og mikið af hægðum í endaparmi, þaninn kvið og gat ekki almennilega losað sig við hægðir. Hann fékk meðferð við sýkingunni og hjúkrunaráætlun var gerð varðandi þvag og hægðir. Magnús var til að byrja með með bleyju allan sólarhringinn. Hann var síðan settur á þvagskema og fastar salernisferðir. Fjórum vikum eftir að hann flutti inn á hjúkrunarheimilið var hann farinn að halda sér þurrum á daginn en var enn með bleyju á nóttunni og var alltaf blautur eftir

nóttina. Lengri tíma tók að laga hægðavenjur Magnúsar. Fyrst þurfti að losa hann við hægðastífluna en síðan var reynt að koma á reglulegri hægðalosun með því að nota Sorbitól og hörfræ. Þetta gekk ekki nægilega vel og því þurfti líka að gefa Magnúsi Microlax túpu tvisvar í viku. Með þessu móti tókst að losa um hægðirnar þannig að hann var ekki lengur með þaninn kvið eða stöðugt með hægðir í endaparminum. Síðasta mánuð hafði hann einungis hægðir þegar hann fékk Microlax eða 2 sinnum í viku en misst hægðir einu sinni sl. tvær vikur.

HLUTI I SJÚKDÓMSGREININGAR

HLUTI J HEILSUFARSVANDI

Sveinn er með háþrýsting og fékk hjartaáfall fyrir tveimur árum og er á hjarta og blóðþrýstingslyfjum og tekur nítróglyseríntöflur eftir þörfum. Hann greindist með insúlínóháða sykursýki fyrir tveimur árum og er meðhöndlaður með töflum og gengur það vel. Hann hefur grennst um 5 kg á þessum tveimur árum og er hann ánægður með það. Blóðsykurinn hefur líka verið stöðugur í eitt ár. Fyrir einum mánuði fékk hann sár á vinstri fót sem grær illa og er sýkt. Hann er með lélega blóðrás í vinstri fæti og fær verk ef hann gengur lengri vegalengdir og vaknar allar nætur með verki í fætinum. Hann segir að þegar hann fær verkina þá séu þeir á bilinu 4-5 á verkjakvarða (0-10). Hann er stundum það slæmur í fætinum að hann þarf aðstoð við að klæða sig. Hann hef ekki verið valtur á fótunum en datt þó fyrir tveimur mánuðum án þess þó að meiða sig. Hann greindist með langvinna þvagfærasýkingu fyrir 3 mánuðum og hefur verið á langtímameðferð við henni en finnur ekki fyrir neinum einkennum frá þvagini. Undanfarna daga hefur hann verið með uppköst og hita (38,3 °C) en að öðru leyti hefur hann verið heilsuhraustur.

HLUTI K MUNN- OG NÆRINGAÁSTAND

HLUTI L MUNN- OG TANNHEILSA

Helga er lítil og nett kona. Hún er 50 kg og er ca. 1.57 á hæð. Hún fékk skyndilega mikil uppköst og niðurgang fyrir 10 dögum. Hún jafnaði sig á tveimur dögum, en þann tíma nærðist hún á fljóttandi fæði. Þar sem hún var mjög lystalaus (leifði miklu af matnum sínum) og hafði lést um 3 kg þennan tíma var ákveðið að setja hana á hitaeiningaríkt fæði og að gefa henni næringardrykk á milli mála. Hún er með gervitennur í efri góm en góm sem festur er í 4 tennur sem hún er með í neðrigómi og þarf aðstoð við að bursta tennur og góma. Starfsfólkið er duglegat að hjálpa henni við að bursta og hreinsa munninn og föstu tennurnar sem hún er með eru í góðu ástandi. Hún hefur þó ekki farið til tannlæknis frá því hún kom á hjúkrunarheimilið fyrir rúmu ári síðan en nýlega sást að hún er með sár undan gervitönnunum í efrigómi.

Dæmi um útreikning: Til að reikna út þyngdartap í prósentum skal deila fyrri þyngd (kílóafjölda) upp í fjölda kílóa sem einstaklingur hefur misst og margfalda þá tölu með 100.

HLUTI M ÁSTAND HÚÐAR

Vésteinn hefur alveg verið meira og minna rúmliggjandi í þrjár vikur og ljóst er að af honum hefur dregið verulega. Hann liggur á loftdýnu og honum er snúið á 2-3 tíma fresti og tekinn í stól 2-3 á dag eftir getu. Á sacrum hefur myndast roði vegna þrýstings og hverfur hann ekki við legubreytingu. Hann liggur því meira á hliðunum. Á vinstri hæl er hann með ör eftir gamalt legusár sem er gróið. Á hægri hæl er hann með blöðru sem hefur sprungið og er því með umbúðir yfir sárinu. Skipt er á umbúðum annan hvern dag á hægri hæl en græðandi krem borið á vinstri hæl og sacrum. Þegar hann fór til fótaaðgerðafræðings fyrir 4 vikum þá var hann ekki með nein sár á fótunum.

HLUTI P SÉRSTÖK MEÐFERÐ OG AÐGERÐIR P 1-2

Svafa hefur að mestu verið hress eftir að hún kom á hjúkrunarheimilið fyrir ári síðan. Það sem háir henni mest er asmi og hefur hún þurft friðarpípu og súrefni á hverjum degi undanfarna viku. Auk þessa er hún með kæfisvefn og notar hún svefnöndunartæki (CPAP-Continuous Positive Airway Pressure) á nóttunni. Hún datt fyrir 6 vikum og axlarbrotnaði og fer núna þrisvar sinnum í viku í sjúkrahjálfun. Hún er í 20 mínútur tvisvar í viku hjá sjúkrahjálfaranum í sérstökum æfingum fyrir öxlina en einu sinni í viku tekur hún þátt í hópæfingum. Í hverjum hópæfingartíma eru 10 íbúar og standa æfingarnar yfir í 30 mínútur og er stjórnad af aðstoðarmanni sjúkrahjálfarans. Þar sem þetta var hægri öxlin sem brotnaði þá hefur hún átt erfitt með ýmsar af athöfnum daglegs lífs og þess vegna er hún núna í þjálfun hjá iðjuþjálfara 20 mínútur tvisvar í viku. Iðjuþjálfinn er þá að kenna henni að nota hjálpartæki og þjálfa með henni nýjar aðferðir við að klæðast. Svafa fer líka tvisvar í viku inn í iðjuþjálfun til að mála á dúka eða hlusta á upplestur en þetta tekur um 90 mínútur í hvert sinn. Iðjuþjálfinn leiðbeinir með málunina og les líka upp úr dagblöðunum. Hún er klaufskari við að mála eftir að hún brotnaði en það er allt að koma, og svo finnst henni þetta mjög skemmtilegt.

HLUTI P SÉRSTÖK MEÐFERÐ OG AÐGERÐIR P 3 -9

Magnús datt og braut á sér mjöðmina fyrir 4 vikum síðan. Hann var strax sendur á bráðamóttökuna og þaðan í aðgerð. Hann fékk gervilið í hægri mjöðmina sem brotnaði og dvaldi á Landspítalanum í 10 daga eftir aðgerðina. Honum hefur farið fram í hreyfifærni eftir að hann kom af spítalanum en þarf samt mikla aðstoð. Sjúkrahjálfarinn kemur til hans einu sinni í viku og hefur verið að þjálfa hann og kenna honum hvaða hreyfingar hann má framkvæma. Hjúkrunarfræðingur Magnúsar setti fram fyrirmæli um æfingar fyrir hægri mjöðm og fótlegg til að styrkja vöðvana í kringum mjöðmina sem gera á tvisvar sinnum daglega. Aðstoðarfólki við hjúkrun og Magnúsi hefur verið leiðbeint hvernig og hvenær á að gera æfingarnar. Æfingaráætlunina er að finna í hjúkrunaráætlun Magnúsar. Æfingarnar taka 30 mínútur daglega. Auk æfinganna fer Magnús í gönguæfingar og hefur sett sér það markmið að losna við háu göngugrindina sem hann notar núna. Hjúkrunarfræðingur hefur

leiðbeint starfsfólki hvernig styðja á Magnús í að ná þessum markmiðum. Þrisvar á dag fær hann þjálfun í göngu. Hvert skipti tekur u. þ. b. 15 mínútur. Rúmið hans Magnúsar stendur upp við vegg og á kvöldin hefur hann beðið um að rúmgrindin sem er stór verði sett upp svo hann detti ekki framúr. Læknir hjúkrunarheimilisins kemur við tvisvar í viku á deildina og eftir að Magnús koma af spítalanum hefur læknirinn alltaf litið til Magnúsar til að athuga hvernig honum líði. Strax eftir komu frá Landspítalanum setti læknirinn hann á járn því eftir aðgerð höfðu blóðgildi Magnúsar sýnt verulega lækun á hemóglóbíni. Verkirnir í mjöðminni hafa verið minnkandi og tvisvar á síðastliðnum tvemur vikum hefur læknirinn getað minnkað verkjalyfin sem Magnús er að taka.