

Být samostatný a soběstačný v každém věku

Mgr. et. Bc. Marcela Kryski

Ergoterapie v Domově pro seniory
Kaplice

Na začátek krátké zamyšlení: „Co můžeme nejhoršího ve svém životě ztratit? Vlasy? Zuby?

Já se domnívám, že je to sebeobs-
luha, samostatnost.“ A právě v udr-
žení soběstačnosti a samostatnosti
Vám pomůže ergoterapie.

„Profese, která Vám prostřednictvím
smysluplného zaměstnání pomůže
zachovat schopnosti potřebné pro
zvládání běžných denních, pracov-
ních, zájmových i rekreačních čin-
ností.“

Proč je ergoterapie důležitá právě v
domově pro seniory? Jsou tu lidé,
kteří mají produktivní léta za sebou,
nyní již potřebují klid a potřebují ope-
čovat, už se napracovali dost. To je
jistě pravda. Senioři, kteří jsou plně
soběstační, žijí doma ve svém pro-
středí. Ti, co již svou soběstačnost
ztratili, ať částečně či plně, využívají
pobytových sociálních služeb. Ale i
tito senioři se chtějí vrátit ke své so-
běstačnosti, nechtějí být závislí na
pomoci jiných. V tom jim pomáhá er-
goterapie. Snaží se udržet osoby co
nejdéle soběstačné a vrátit jim jejich,
alespoň částečnou, samostatnost.

Cílem ergoterapie je podporovat
zdraví a duševní pohodu prostřednic-
tvím smysluplné aktivity. Především
pak podpora v samostatnosti a sobě-
stačnosti klientů s cílem zvýšení či
udržení kvality života. Společně roz-
víjíme nácvik běžných denních čin-
ností, oblékání, svlékání, os. hygiena,
koupání, vyměšování, mobilitu na
lůžku, sed, chůzi, přesun na vozík,
nácvik denních činností, ovládání te-
lefonu, TV, příprava jednoduché
stravy. Nedílnou součástí ergoterapie
je zaměření se na cílené oblasti, roz-
voj jemné motoriky, nácvik úchopů,
orofaciální stimulace, navození přiro-
zeného příjmu potravy, bazální stimu-
lace.

Udržení samostatnosti je nejdůleži-
tější v každém věku. Tuto oblast roz-
víjíme přirozenou cestou tak, aby byli
senioři v rámci svých možností co
nejdéle samostatní. Možná je to vize
jen pár lidí, ale určitě je to cíl nás
všech, kterých se to jednou bude
týkat.