



Téma, propojenost a další myšlenky...

Toto prázdninové číslo Mrknutí vlastně není úplně prázdninové. Vevnitř nejsou žádné slunečníky, tipy na výlety, recepty na koktejly. Téma je vlastně spíše „podzimní“. Uvnitř se dočtete více o Salvii – domácí zdravotní péči, mobilním hospici, o aktivitách na podporu pečujících. Tedy témata spojená spíše s podzimem, padajícím listím, sychravými večery, nikoli letním vánkem, žhnoucím sluncem. Nám se ale toto téma nyní hodilo ze dvou důvodů.

Důvodem číslo jedna je, že od července probíhá v rámci aktivity DARUJ F-M sbírka na podporu mobilního hospice Salvia s cílem získat finanční prostředky na obnovu a doplnění vozového parku. Auta pro terénní služby jsou pro nás velkým tématem. Dobrá auta jsou tím, co může bezpečně dopravit pracovníce ke klientům, kteří na ně čekají a region, o který se staráme je opravdu velký (od Paskova po Bílou). Koneckonců, jak se dočtete uvnitř, sestřičky Salvie najezdily za klienty v loňském roce skoro 88 tisíc kilometrů. A tak jsme to vzali jako příležitost se na Salvii podívat trochu zblízka.

Druhým důvodem je to, že právě v létě to bude rok, co začal fungovat náš projekt na podporu pečujících. No ono začal fungovat je možná trochu nadnesené. Poodhalím trochu oponu – před rokem začala pracovat v rámci projektu naše kolegyně Ráchel Benešová a byla připravena se „do toho opřít“ jenže...no covid, že... Ale Ráchel prokázala nemalou odolnost a záhy přišel i čas uvolnění, kdy se mohl projekt rozvinout. „Díky“ nejrůznějším omezením sice ne tak, jak jsme si představovali, ale i přesto se tato zastřešující činnost (podpora pečujících) stala nedílnou součástí Charity Frýdek-Místek.

To, že jsme takto spojili dvě témata opět není úplně náhodou. Salvia a Podpora pečujících jsou u nás propojeny, i když to tak nemusí na první pohled vypadat. A právě ona propojenost, spojení věcí zdánlivě nesouvisejících, je skutečností, kterou si v poslední době uvědomují. Od května objíždím v souvislosti s Beskydským centrem duševního zdraví obce v regionu a se starostkami a starosty se bavíme o centru, rostoucím významu péče o duševně nemocné, rostoucích skrytých i zjevných současných i budoucích hrozbách a při tom se objevují zajímavé souvislosti a propojení.

A tak vám všem přeji léto plné objevování nových souvislostí, plné propojování zdánlivě nesouvisejícího. Aby to byl čas, kdy vy budete jeho tvůrci, kdy si budete moci mnohé dovolit, a to nejen o dovolené. A aby vám to nebylo líto, tak pláž dáváme alespoň jako ilustrativní obrázek tady na titulní stránce. :-)



JEDEN Z MNOHA PŘÍBĚHŮ Ráchel Benešová

Jeden starší muž prodělal léčbu onkologického onemocnění a prošel si mnohými útrapami, až došel k rozhodnutí, že se dál nechce trápit. S vědomím, že jeho život je již u konce, se s lékařem dohodl na ukončení léčby a návratu domů.

Manželka p. Němce (jméno změněno) si byla vědomá toho, že život jejího muže je téměř u konce a ačkoliv se tím trápila, chtěla udělat vše pro to, aby jeho poslední dny doma byly

dobré a nemusel trpět.

Paní Němcová se rozhodla, že si od Charity půjčí polohovací postel, která jednak pro manžela bude pohodlná a také to usnadní péči. Během rozhovoru jsme zjistili, že z nemocnice nedostala žádné instrukce o tom, jak o manžela dál pečovat, aby v poslední fázi života netrpěl bolestí. Rozhodli jsme se jí tedy v tom jejím trápení pomoci.

Po zapůjčení elektrické polohovací postele a antidekubitní matrace jsme ji nasměřovali k praktickému lékaři, který vypsál poukaz, díky němuž jsme mohli péči o nemocného manžela svěřit do rukou profesionálů z mobilního hospice Salvia. A tak se u rodiny vystřídal hned několik odborníků – od lékaře, zdravotní sestry až po sociálního pracovníka.

Výsledkem byla zcela jiná situace...

Pan Němec nemusel umírat v bolestech. O to se postaral lékař. Jeho žena nebyla na péči sama. O to se postaral tým zdravotních sester. Dozvěděla se, jak ho polohovat, jak ho umýt na posteli, jak ho krmit, aby ho to nebolelo a mnohé další velmi důležité věci. Sociální pracovnice s ní řešila nejen finanční stránku, ale pomáhala radami, kam se může obrátit o pomoc a na co se má pomalu připravit vzhledem k brzkému odchodu jejího muže. Nezůstala v tom sama ani po smrti manžela. I potom jsme jí stáli po boku, aby věděla, kde co zařídit a jak se se smrtí muže vypořádat.

Co by bylo, kdyby na to byla sama?



JAK PŘEDSTAVIT NAŠI SLUŽBU? Pavla Stýskalová

Péči, neboli úkony, které vykonává Salvia – domácí zdravotní péče, indikuje dle potřeby na nezbytně dlouhou dobu praktický lékař nemocného, případně na dobu 14 dní lékař propouštějící z jakéhokoliv zdravotnického zařízení.

Služba je bezplatná, je hrazená ze zdravotního pojištění pacienta.

Jak naše péče funguje?

Na začátku je nemocný, jehož zdravotní stav je stabilizovaný a umožňuje pobyt doma. V domácí péči se jedná o člověka staršího 18 let. U nás se jedná nejčastěji o starší 30 let.

Může se však stát, že se u něj objeví zdravotní potíže, vyžadující odborné zdravotní vyšetření či ošetření. Z důvodu zhoršené mobility, soběstačnosti však není schopen dojít k lékaři. V tuto chvíli tedy lékař indikuje konkrétní zdravotní péči a nastupujeme my, zdravotní sestry ze Salvie.

Stáváme se pomocnou rukou lékaře, protože umíme a můžeme v domácím prostředí provádět rozličné úkony:



- sledování životních funkcí
 - ošetrovatelskou rehabilitaci
 - péči o inkontinentní nemocné (výměna permanentních moč. katétrů u žen i mužů)
 - aplikaci infuzí a parenterální výživy
 - péče o rány i stomie
 - odběry biologického materiálu (krev, moč, sputum, stolice)
 - aplikaci injekcí
- komplexní péči o diabetiky (aplikace inzulínu, kontroly krevního cukru, aj.)
 - komplexní péči o umírající a jejich rodiny

Salvia v roce 2020

- 352 klientů
- 48 hospicových nemocných
- 11. 500 návštěv u pacientů
- 87. 922 ujetých km

Salvia – domácí zdravotní péče

Malý Koloredov 811
738 01 Frýdek-Místek
tel.: 731 421 627
e-mail: pavla.styskalova@charitafm.cz

NAŠE SESTRÍČKY V TERÉNU

Marie Bubová, Martina Cábová, Lenka Goldmannová, Pavla Stýskalová,
Jana Zemanová

DOMÁCÍ MOBILNÍ HOSPICOVÁ PÉČE V SALVII Pavla Stýskalová

Jak náš, tak i každý jiný mobilní hospic sdílí stejnou myšlenku. A tou je dopřát umírajícímu pokud možno co nejvíce společného času s jeho rodinou.

I když život nemocného směřuje jasně daným směrem... snažíme se jemu i rodině být oporou a umožnit jim jak osobní, tak společné prožití této chvíle.

Naše služba již ušla dlouhou cestu růstu. Od prvopočátků, kdy jsme se o tyto umírající starali pouze sporadicky a dali se počítat na jedné ruce až po současnost.

Již přes tři roky máme svého lékaře, který může přijet domů za nemocným a snažit se nastavit léčbu takovým směrem, kdy by měly být sníženy až odstraněny doprovodné projevy umírání (bolest, dušnost, křeče...).

Máme tým zdravotních sester, které se střídají v pohotovostních službách 24. hod. / 7 dní v týdnu. Od minulého roku se můžeme obracet na stálou a dostupnou terénní sociální pracovníci.

Snažíme se spolupracovat s půjčovnou pomůcek i terénní odlehčovací službou, ale také jinými službami.

I když jsme službou menší, přesto každým rokem stoupá počet nemocných, které jsme měli čest doprovodit až k samému břehu smrti.

Naše služba je povoláním. Není pro každého. Přesto, pokud si někdo zvolí naši péči, věřte, že o něj bude postaráno s láskou a veškerou možnou úctou k životu i smrti.



NA POSLEDNÍ CHVÍLI Lenka Goldmanová

Začínám nový den, nové ráno. Otáčím klíčkem v zapalování a autokamarád mě veze za nemocnými, jejich bolestmi, trápením a životními příběhy. Jako „sestry v terénu“ máme rády, když se jejich životní příběh promění v naději a návrat ke zdraví. To nás povzbudí.

Potom jsou návštěvy u nemocných, kde se životní příběh „zauzlíkuje“, zatočí, proplete a najednou vás lékař posílá k pacientovi, který má bolavé srdíčko – hospicový.

K takové návštěvě v domácím ošetřování si přibalíte kromě všech medikamentů a hojivých mastí i moře naděje, která už často není jen z tohoto pozemského světa.

Uvzl mi v mysli kratičký příběh manželů, které pojilo jedno velké srdce. Ale bohužel jejich diagnóza u pána nebyla velmi dobrá. Nemoc se prohlubovala, pán už neopouštěl lůžko.

Dovezla jsem kyslík pro úlevu, medikamenty. Dospělé děti měly snahu pomoci, ale žily mimo domov a navíc největší „komplikační“ – byli lékaři. Vše viděli velmi odborně a přáli tatínkovi výbornou péči v hospici. A paní, ta stála mezi dvěma mosty – milovaným manželem, který se pomalu ztrácel v komunikaci a dětmi, které žádaly hospic.

Paní se toužila o pána postarat, ale chyběla podpora blízkého okolí. Tlak dětí byl velmi silný. Paní se podvolila. Přijela praktická lékařka a vypsala zprávu, sanitku pro následující den. Dospělé děti vzaly vše do svých rukou.

Během tohoto času proběhl s dětmi krátký rozhovor. Bezvýsledně. Jakoby ode mě nechtěly slyšet, že i závěr života může být završen nejen v nemocnici a v hospici, ale i doma. Tam, kde to zná a je s milovanou osobou. Vše je také odborně ošetřeno zdravotní sestrou a lékařem. Nic není zanedbáno. To dospělé děti slyšet nechtěly a navečer odjely domů.

Ráno bylo pro ně vše vyřešeno sanitkou a příslibem, že tatínka, nyní už v kómatu, navštíví v hospici. Paní jen mlčky přihlížela. Tekly jí slzy a uvnitř pocitovala beznaděj.



Přišel čas rozhovoru s paní. V tichu začala naslouchat. Zněla slova podpory a ujištění. Jsme tady. Kdykoliv schopny pomoci, poradit, být na telefonu, přijet. Utišit bolest, ulevit. Povzbudit milovanou manželku pro milovaného manžela. Byla to slova povzbuzení, ale ne přemlouvání. Veškerá rozhodnutí jsou plně v rukou pečující osoby.

Rozcházíme se navečer. Noc byla díky Bohu klidná. Brzy ráno se opět uvidíme. Paní má unavenou tvář. Ještě stále je na vše sama. Neprolomila hráz s dětmi.

Ošetřuji nemocného, připravuji na transport. Je v kómatu. Tuší... netuší proč a kam jej vezou. Bezvýhodnost situace je velká. Ve mně samotné probíhá vnitřní boj. Jak moc by se těm dvěma ulevilo, kdyby mohli být spolu tady doma, v klidu se rozloučit.

Paní to uvnitř vnímá stejně. Jen síla jejich dospělých dětí je příliš velká a ony ví, co dělají.... Odcházím a ujišťuji ji, že na ni i manžela budu myslet. Odjíždím za dalšími pacienty ve spletitých uličkách.

Daleko od nich mě vyruší telefon. Znamé číslo. Paní mi volá a znějí rozhodující slova, že vše ruší. Sanitku, hospic a manžela si nechává doma. Proběhl krátký rozhovor o podpoře a síle vydržet. Navzájem jsme to v duchu ale obě cítily stejně – to zvládneme! Ve dne v noci. A v tu chvíli bylo celé nebe s oběma manžely. V podvečer ten den pán v klidu vydechl. A obě dospělé děti byly také u něj....

UMÍRÁNÍ ANEB MEZI ŽIVOTEM A SMRTÍ Jana Havláková

Život každého z nás započal narozením. Narozením, které naši blízcí očekávali a na které byli připravováni. Stejně jako jsme se sem všichni narodili, musíme však jednou z tohoto světa i odejít. Jde o přirozený koloběh života, na který ale raději zapomínáme anebo si ho vůbec nechceme připustit. Umírání je častokrát ještě považováno za téma tabuizované, o kterém chce málokdo slyšet. Strach ze smrti je přirozený všem živým tvorům, neboť nás všechny spojuje pud sebezáchovy. Nikdo z nás by nechtěl umřít hned teď, či v blízké době, vždyť na to

ještě není připraven, že?

Avšak život neplyne vždy tak, jak bychom chtěli, tak, jak jsme si plánovali, či jak bychom očekávali. Přicházejí chvíle, na které nás nikdo nepřipravil, chvíle, na které jsme nebyli upozorněni. O to víc nás tyto okamžiky dokáží zasáhnout. A většinou teprve ve chvílích, kdy je plynulost našich životů ohrožena, začneme přemýšlet nad životem, který jsme dosud žili. Začneme si více vážit maličkostí, které jsme do té doby brali jako samozřejmost. Začneme na svět pohlížet jinýma očima. Zjistíme, že vše je pomíjivé, a proto bychom si měli vychutnávat každou chvíli, kterou tady ještě můžeme být.

Mnoho lidí ve fázi, kdy před sebou již nevidí žádnou budoucnost, začnou svůj život teprve skutečně žít. Váží si každé chvíle navíc. V samotném závěru jejich životů pak přichází i smíření se s odchodem. Častokrát jsou však s tímto odchodem smíření pouze samotní umírající, nikoliv jejich blízcí. Pro každého je to veliká změna, žít dále svůj život bez osoby, která tady s nimi prožila podstatnou část jejich života a která v jejich životech měla své místo. Není nic jednoduchého přijmout umírání, jako jednu ze závěrečných fází našich životů. Fázi, která je nezvratná.

Avšak smíříme-li se s odcházením našich blízkých, můžeme jim zpříjemnit jejich poslední chvíle tím, že jim poskytneme útěchu na jejich nové cestě, na kterou se právě vydávají. Přijetím tohoto stavu můžeme zároveň pomoci nejen jim, ale i sami sobě odstranit strach ze samotného procesu umírání a toho, co bude následovat.



SLUŽBA V PŘÍBĚZÍCH Ráchel Benešová

Podpora pro pečující – nejmladší přírůstek do rodiny Charity Frýdek-Místek – je hlavně o příbězích. Nejsou to ale příběhy nemocných či nemohoucích lidí, o které se běžně Charita stará. Nově se pozornost zaměřuje na PEČUJÍCÍ OSOBY, které se doma starají o své nemocné blízké.

Není to role jednoduchá. Tito lidé si na sebe berou velké břemeno, se kterým jsou často sami. Dlouhé roky jsou schopní obětovat péči o svého blízkého, a to bez nároku na dovolenou, finanční odměnu nebo čas na svoje koníčky. Je to obdivuhodné! A je s podivem, že péči o pečující nebylo dosud věnováno tolik pozornosti. To se trochu mění a i v našem parlamentu se slovo „pečující osoba“ vyskytuje a řeší se větší podpora.

Moje práce je o příbězích těchto pečujících osob. Vstupuji do jejich životů ve chvíli, kdy je jim těžko. Potřebují pomoc a hledají, na koho se obrátit. Ve chvíli, kdy mi někdo z nich zavolá, začínám se zajímat o jejich životní příběh.

Jeden z nedávných příběhů začal telefonátem kolegyně z projektu MAS ve Frýdlantu n. O. Volala jí plačtivá žena, která potřebovala pomoci, ale nebylo jí moc rozumět. Vyrozuměla pouze to, že její manžel je nemocný a že jsou z obce Janovice. Vzhledem k tomu, že kolegyně má klienty pouze z Frýdlantu a já pracuji v okolních obcích (Baška, Bílá, Janovice, Kunčice p. O., Malenovice, Metylovice, Ostravice, Pržno, Pstruží, Staré Hamry), dostala jsem tuto klientku na starost já.

Hned za okamžik mi zavolala ona plačtivá žena a moje práce začala. Pověděla mi o svých starostech týkajících se jejího manžela. Žijí spolu celý život, do té doby, než se manžel dostal do nemocnice a pak do Léčebny dlouhodobě nemocných ve Frýdku-Místku. Pro svou nemoc nebyl schopen návratu domů. Jeden z jejich synů zařídil umístění otce v „domově“, čímž bylo míněno umístění otce v některém ze středisek sociálních služeb. Než se tak ale stalo, došlo k tomu, že se manželka nemocného ještě jednou pokusila udělat něco pro to, aby se manžel mohl vrátit domů.

Domluvily jsme se, že bude nejlepší, když za ní přijedu k ní domů. Naplánovaly jsme termín hned další den a já jsem se za ní vydala do Janovic. Zpočátku plačtivým tónem a plná beznaděje mluvila o tom, jak s manželem žili svůj život, nyní obklopení dětmi, vnuky a dokonce pravnuky. Smířit se teď s tím, že už svého muže nebude mít doma, to nedokáže, a tak se chce pokusit s mojí pomocí situaci zvrátit.

Z rozhovoru vyplynulo, že rodina je velmi soudržná a ve všem se vždy snaží svým rodičům pomáhat. To, že nyní chtěli tatínka umístit do zařízení sociálních služeb, vynikalo z toho, že neviděli reálně, že by se maminka o svého muže byla schopná postarat. Nechtěli ji zatěžovat, protože sama zdravotně na tom není zcela dobře. Nicméně, nikdo z nich vlastně nechtěl, aby se tato manželská dvojice rozdělila.

S manželkou nemocného jsme tedy začaly probírat otázku, jak by to vypadalo, kdyby se její manžel domů opravdu vrátil:

Jaké pomůcky by rodině i nemocnému pomohly a usnadnily péči?

Co by bylo potřeba v domácnosti změnit?

Kdo by se o něj staral?

Co si finančně mohou dovolit?

Na co mají nárok v oblasti dávek?

S čím mohou pomáhat děti?

Jak si v průběhu péče může odpočinout?



Tyto a další otázky jsme nejdříve probíraly pro představu, jestli vůbec péče o nemocného doma je reálná. Obě jsme došly k tomu, že to reálné je. Na obličeji manželky nemocného se objevil úsměv a velká úleva. Ví, že pečovat o muže bude velmi náročné, ale když teď vidí, že to možné je, velmi se jí ulevilo, že ani nemoc je nerozdělí a budou spolu moct žít dál vedle sebe.

S vedoucím půjčovny kompenzačních pomůcek jsem domluvila dovoz elektrické polohovací postele s antidekubitní matrací, toaletní křeslo i chodítko. Zapůjčili jsme také invalidní vozík, na kterém nemocného pána rodina vyveze ven, aby se mohl radovat z přírody, kterou byl po celý život obklopen.

Ostatní detaily týkající se financí, celodenní péče, možnosti využít dalších služeb Charity, to jsme probraly do detailu. Bylo možné tedy konstatovat slovy pečující osoby: „ONO TO PŮJDE“.

Mou odměnou byla radost v očích manželky nemocného, která s radostí vyhlíží den, kdy jí domů přivezou jejího manžela. Nedívá se na těžkosti s tím spojené. Dívá se na každý další den prožitý se svým manželem. Já mohu mít tu výsadu, že jí v tom mohu podporovat a řešit s ní situace, které v tom období péče nastanou.



SALVIA

DOMÁCÍ ZDRAVOTNÍ PÉČE

...s námi nejste sami...

Zdravotní sestry v terénu poskytují zdravotní a hospicovou péči v domácnostech klientů

24 hodin denně
7 dní v týdnu.

Příspěvkem podpoříte koupi automobilů pro mobilní hospicovou péči.

Zašlete libovolnou částku na transparentní účet 123-3108950247/0100. Děkujeme.

 **CHARITA**
Frýdek-Místek

FRÝDEK
MÍSTEK



QR Platba

CHARITNÍ MRKNUTÍ červenec-srpen 2021, vydává Charita Frýdek-Místek pro potřeby interní a externí komunikace, redakce: Jana Havláková, Martin Hořínek, Silvie Vojkovská

Charita Frýdek-Místek

F. Čejky 450, 738 01 Frýdek-Místek, IČ: 45235201, č.ú.: UniCredit Bank 2112858051/2700,
www.charitafm.cz, e-mail: info@charitafm.cz, tel.: 731 688 521, ID DS: qwum9f2