

AS WASA „Põlvevaevustega eaka igapäevaeluga toimetulekut toetav sotsiaalne rehabilitatsiooniprogramm“ kokkuvõte

Rehabilitatsiooniprogrammi valdkond:

sotsiaalne rehabilitatsioon

elamine (või igapäevaelu)

suhtlemine ja vaba aeg

Rehabilitatsiooniprogrammi osutamise keskkond:

Rehabilitatsiooniasutus

Muu (grupiteenus välistingimustes rannaparkides ja Taastusravi ja Hotell Wasa hoovis)

Sihtgrupp: Põlvevaevustega eaka rehabilitatsiooniprogramm on suunatud eakatele, kellel on diagnoositud alajäseme osteoartroos või on tegemist liigese kulumisest tingitud vaevusega. Samuti saab programmis osaleda täpsustamata põlvevaevusega isik kelle igapäevane elurütm on vaevuste tõttu häiritud. Eeldusel, et isik on läbinud ravi ja taastusravi. Sotsiaalne rehabilitatsiooniteenus ei paku taastusravi teenuseid ja komponente. Isik saab erinevatelt meeskonnaliikmetelt nõu ja juhendamist – kuidas enda probleemiga edasi toimida.

Peamised probleemid ja vajadused:

- Valuaistingust on takistatud igapäevane liikumisvõime ning toimetulek. Kodust väljumine on raskendatud treppide ja astmete tõttu.
- Probleeme esineb igapäevatoimingutes nagu riietumine, pesemine, küünte- ja nahahooldus.
- Samuti liikuvusfunktsioonidega nagu kükitamine, istumine, põlvitamine ja seismine.
- Lihasjäudlus nõrk, süveneb abitus ja suureneb lähedaste hoolduskoormus.
- Langeb sotsiaalne aktiivsus ja enesehinnang, samuti õppimisvõime. Suureneb uutes situatsioonides kohanemise raskus.
- Puudub motivatsioon iseseisvaks lahenduste leidmiseks. Langeb meeleolu ja vaimne energia.

Eesmärk:

- Programmi eesmärgiks on säilitada eaka iseseisvus igapäevatoimingutes ja kodukeskkonnas ning sotsiaalne roll ühiskonnas. Ja, et ei suureneks lähedaste hoolduskoormus.
- Samuti hoida positiivset enesehinnangut ja säilitada hea kehaline ning vaimne tervis.
- Usume, et erinevate spetsialistide kaasabil suudame toetada isiku usku enda võimetesse ja anda motivatsioon iseseisvateks tegevusteks kehalise ja vaimse tervise heaks.
- Lisaks soovime abivahendeid ja elupiirkonnas teenust pakkuvaid asutusi ning infot kuhu abi saamiseks pöörduda. Oluline on tugevdada osaleja igapäevast võrgustikku.
- Programmi kuulub tervisliku toitumise põhimõtete tutvustamine ja selgitamine kehalise aktiivsuse vajadusest ja soovitude jagamine.

Peamised tegevused: Rehabilitatsiooniprogrammis osalemise 14-kuu jooksul nõustavad isikut järgmised spetsialistid: sotsiaaltöötaja, psühholoog, füsioterapeut, tegevusterapeut, eripedagoog, öde (toitumisenõustaja) ja arst. Teenused toimuvad individuaalsete- ja grupikohtumistena. Pärast tegevuskava elluviimist, kodutööde- ja viimase tsükli läbimist hinnatakse saavutatud tulemusi ja analüüsitakse, mil määral suudeti eesmärgid saavutada. Selleks on abi hindamiselehest kuhu sisestasime kliendi andmed/ vastused programmi sisenendes. Samal lehel saab täita kliendi vastused programmi lõppedes, tulemused on konkreetsed ja mõõdetavad.

Grupi suurus ja registreerimine: Põlvevaevustega eaka rehabilitatsiooniprogramm koosneb kolmest 5-päevasest tsüklist ja kestab 14 kuud, tsüklite vahe on vähemalt 3 kuud. Ühe tsükli majutuse summa tasumine on osaleja kohustus. Programmi algusajad on fikseeritud ja nähtavad www.wasa.ee kodulehel. Gruppide suuruseks on 6-12 inimest. Programmi suunajaks on SKA juhtumikorraldaja eelhindamise tulemuse alusel. Programmgrupi esimesest vabast ajast sõltub teenuse ooteaeg ning gruppide komplekteerimine toimub aastaringelt. Grupi täitumisel võetakse kõigi klientidega ühendust telefoni teel ning täpsustatakse üle tuleku kuupäev, kellaeg ning kaasavõetavad dokumendid.

Programmi läbiviimise koht: Ööbimine toimub programmi 5-päevase tsükli ajal Taastusravi ja Hotell Wasa-s aadressiga Eha 2, Pärnu. Saabumine pühapäeviti alates 15.00 ja lahkumine reedel kell 12.00. Majutumine on kahekohalistes tubades. Tsüklite vahelisel ajal on vajalik jätkata soovitud tegevustega. Selle tarbeks saab esimese tsükli lõpus kaasa koduse harjutuskava, soovitud ning päeviku. Päeviku sisu annab hiljem spetsialistile võimaluse analüüsida vahepealse perioodi tegevusi. Teenusetsüklite vahelisel ajal hoitakse programmis osalejaga telefonikontakti, et säiliks motivatsioon ja tegutsemine püstitatud eesmärgi suunas.

Programmi sihtgrupp

1. Programmi suunamise kriteeriumid.

A. Sihtgrupp

Sihtgrupp: põlvevaevustega eakas

Täpsustus: Põlveliigeste liigutus- ja liikumisfunktsioon on piiratud põlvevaevuste tõttu ning igapäevane toimetulek on seetõttu häiritud.

Diagnoosiga kaasuv probleem: eaga kaasnev ja vähesest aktiivsusest tingitud lihasmassi vähenemine ehk sarkopeenia, mistõttu on kukkumisel suurem luumurdude ja traumade oht. Liikumispiirangute tõttu on raskendatud sisseostude tegemine, mis tekitab häireid tasakaalustatud toitumises ja tõstab ülekaalu tekkimise ohtu.

1. Programmi suunamise kriteeriumid.

Sihtgrupi kriteeriumid	Eakas	Kommentaar
Haiguspetsiifiline (täpsusta)	eakas	Alajäseme/põlve osteoartroosi põdev, endoproteesimist ootav või liigese kulumisest tingitud vaevusega.
MUU (täpsusta)	eakas	Täpsustamata põlvevaevusega.

2. Lisainformatsioon ja täpsustused

Programm sobib kliendile, kes:
Sotsiaalse rehabilitatsiooni teenuse vajaduse tuvastamise skaala alusel vastav järgmistele punktidele:
1. Liikumine (D410,450,460,B280) on skaalal 1-3
2. Enese eest hoolitsemise võime(D510,520,540) on skaalal 1-3
3. Igapäevased toimingud (D620, 630,640) on skaalal 1-3
4. Inimestega lävimine(D710,750,760) on skaalal 0-3 (programmis osalemiseks ei pea olema probleemi)
5. Ühiskonnaelus osalemine(D910,920,930) on skaalal 0-3 (programmis osalemiseks ei pea olema probleemi)
6. Abivahendite vajadus (E115,150) on skaalal 1-3
7. Toetus ja suhted (E310, 320, 325) on skaalal 0-3 (programmis osalemiseks ei pea olema probleemi)
8. On motiveeritud ning annab nõusoleku osaleda kõigis kolmes teenuse tsükli
9. Võtab omavastutuse kokkulepetest kinni pidamiseks (aktiivseks osalemiseks ja koduste ülesannete täitmisteks). Kokkulepped kinnitatakse lepinguga.
10. Omab võimalust tasuda 1 tsükli majutustasu omafinantseeringuna. Majutuse ööpäevane tasu on võrdne rehabilitatsiooniteenuse raames tasustatava majutushinnaga. 2016 aastal 23,97 eur/ööpäev
Programm ei sobi kliendile, kellel(vastunäidustused programmis osalemiseks):
1. on täielik probleem(skaala 4) ühes rehabilitatsioonivajaduse hindamise valdkonnas (liikumine, enese eest hoolitsemise võime, igapäevased toimingud, inimestega lävimine ja ühiskonnaelus osalemine)
2. pole motivatsiooni osaleda aktiivselt ega ole nõus võtma omavastutust kokkulepetest kinni pidamiseks.
3. on diagnoositud dementsus, vaimupuue, täielik kuulmis- ja/ või nägemislangus.