

Pomembne telefonske številke:

Svojci/bližnji
Izbrani zdravnik
Patronažna služba
Pomoč na domu
Dom starejših občanov
Center za socialno delo
Drugi kontakti

Celotna zbirka zgibank projekta METULJ vsebuje nasvete o:

OBRAVNAVI TELESNIH SIMPTOMOV

- 1.1. BOLEČINA
- 1.2. BALONSKA SAMOKRČLJIVA ČRPALKA
- 1.3. TEŽKO DIHANJE (*dispneja*)
- 1.4. SLABOST IN BRUHANJE
- 1.5. NEMIR IN DELIRIJ
- 1.6. UTRUJENOST
- 1.7. IZGUBA APETITA
- 1.8. ZAPRTJE

NEGI BOLNIKA

- 2.1. SKRB ZA OSEBNO HIGIENO IN UREJENOST
- 2.2. PREPREČEVANJE RAZJED ZARADI PRITISKA (*preležanin*)
- 2.3. NEGA OTEKLIN (*limfedem*)
- 2.4. SUHOST UST

PSIHOLOŠKI IN DUHOVNI PODPORI

- 3.1. OTROK OB HUDO BOLNEM
- 3.2. MLADOSTNIK OB HUDO BOLNEM
- 3.3. PODPORA SVOJCEM V PALIATIVNI OSKRBI
- 3.4. KAKO SE POGOVARJATI S HUDO BOLNIM?
- 3.5. DUHOVNA PODPORA

SOCIALNI PODPORI

- 4.1. POMOČ NA DOMU
- 4.2. KAM, KO OSKRBA DOMA NE BO VEČ MOGOČA?

ZADNJEM OBDOBJU ŽIVLJENJA

- 5.1. ZADNJI DNEVI ŽIVLJENJA



Založnika:

Slovensko združenje paliativne medicine SZD, www.szpm.si
Onkološki inštitut Ljubljana, www.onko-i.si

Avtorji: *Nataša Zlodej, Ana Delimar, Barbara Potočnik, Maja Valjavec*
Urednica: *Maja Ebert Moltara*

Lektoriranje: *Amela Duratović Konjević*

Ilustracije: *Brina Ivanetič*

Oblikovanje / fotografija na naslovnici: *Petra Turk*

Tisk: *Collegium Graphicum d.o.o.*

Prva izdaja

Naklada: *5.000 izvodov*

Leto: *2014*



POMOČ NA DOMU

Nasveti za bolnike in njihove bližnje



Kje lahko pridobite več informacij?

Za podrobnejše informacije se lahko obrnete na svojega zdravnika, medicinsko sestro in druge zdravstvene delavce, ki vas oskrbujejo.

Več informacij lahko najdete tudi na:

www.paliativnaoskrba.si



Pred odpustom iz bolnišnice ste vi in vaši bližnji soočeni z mnogimi vprašanji: »Kako bo doma?«, »Ali bomo zmogli sami?«, »Ali nam lahko kdo pomaga?«.

Bolezen nam lahko narekuje občasne ali trajne težave v vsakdanjem življenju. Ko jih sami ne zmorete več obvladati, ste upravičeni do pomoči na domu. Z njo si lahko izboljšate kakovost življenja in olajšate ovire, ki jih prinaša bolezen.

Kaj je pomoč na domu?

Pomoč na domu (*socialna oskrba*)

so vsakdanja opravila na domu uporabnika, ki jih izvajajo socialne oskrbovalke: različne oblike organizirane, praktične pomoči in opravil, s katerimi se upravičencem vsaj za določen čas nadomesti potrebo po institucionalnem varstvu (*bivanje v domu starejših občanov, hiša hospic...*).

Pomoč na domu je prilagojena vašim potrebam in obsega:

- pomoč pri osnovnih dnevnih opravilih,
- gospodinjsko pomoč,
- pomoč pri ohranjanju družbenih stikov.

Kdo so upravičenci pomoči na domu?

Pomoč na domu je namenjena ljudem, ki imajo zagotovljene bivalne in druge pogoje za življenje v svojem okolju, vendar zaradi starosti, invalidnosti ali kronične bolezni ne morejo v celoti skrbeti zase, oziroma jim ne morejo dovolj pomagati tudi njihovi bližnji.

Do pomoči na domu so upravičeni bolniki s kronično boleznijo oziroma dolgotrajno okvaro zdravja in tisti, ki brez občasne pomoči druge osebe ne zmorejo samostojnega življenja.

Kdaj je na voljo pomoč na domu?

Pomoč na domu se izvaja od ponedeljka do petka (*v nekaterih občinah tudi vse dni v tednu*).

Na teden upravičencu pripada 20 ur, ki si jih lahko razporedite glede na vaše potrebe, v dogovoru z izvajalcem. Socialna oskrbovalka vas tako lahko obišče tudi večkrat dnevno.

Kdo izvaja pomoč na domu?

Občine so tiste, ki so dolžne zagotavljati izvajanje pomoči na domu. Občine iz svojih proračunov financirajo del stroškov storitve pomoči na domu (*vsaj v višini 50 %*), preostali del pa krijejo uporabniki.

V okviru mreže javne službe lahko pomoč na domu izvajajo:

- centri za socialno delo,
- domovi za starejše,
- nekateri drugi javni zavodi,
- koncesionarji.

Več informacij o izvajalcih pomoči na domu in ceni storitve lahko pridobite pri socialni delavki v bolnišnici ali pri pristojnem centru za socialno delo.

Kako uredite pomoč na domu?

Storitev se prične na vašo pobudo. Na domu vas bo obiskala koordinatorica pomoči na domu, s katero boste naredili načrt oskrbe. Sklenili boste tudi pisni dogovor, v katerem bo opredeljena vsebina in obseg pomoči ter cena storitev.

Če ste v finančni stiski, lahko na pristojnem centru za socialno delo uveljavljate pravico do delne/popolne oprostitve plačila pomoči na domu.

Ali potrebujete več pomoči?

Včasih dvajset ur pomoči na domu na teden ni dovolj ali pa se pojavi težava pri oskrbi čez vikende in praznike (*morda v vaši občini v teh dneh pomoč ni zagotovljena*). Takrat se lahko obrnete na socialni servis (*zasebniki*). Storitve teh izvajalcev občine ne sofinancirajo, torej jih v celoti plačate sami. Ko tudi ta dodatna pomoč ne zadostuje več vašim potrebam, je dobro, da začnete razmišljati o institucionalnih oblikah oskrbe, kot so na primer dom za starejše občane, hiša hospica...