

Starejšim lepša jo vsakdan

Za poklic oskrbovalca se odločajo tako moški kot ženske v vseh starostnih obdobjih. Oskrbovalec mora imeti posebne odlike – srčnost, skrbnost in predanost. Slabo voljo pusti pred vrati varovančevega doma, saj se zaveda, da bo morda edini človek, s katerim bo varovanec tisti dan imel osebni stik. Oskrbovalec tako ni samo poklic – je poslanstvo. Obiskali smo oskrbovalce Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana. Ta vsem, ki se zaradi starosti, invalidnosti ali kronične bolezni ne zmorejo oskrbovati sami, omogoča boljše in prijaznejše življenje na njihovem domu.

AJDA BORAK

Delovanje **Zavoda za oskrbo na domu** Ljubljana (ZOD) podpira in omogoča MOL, ki z visoko subvencijo socialne oskrbe in nekaterimi brezplačnimi storitvami skrbi za starejše in druge ranljive skupine. Povprašali smo jih, kako poteka njihovo delo in kako je videti njihov dan. »Delo je lepo, včasih tudi naporno, včasih te napolni, včasih te izprazni. Vsekakor je dinamično, zanimivo, prav vsak dan postreže s kakšnim novim dogodkom, saj dnevno obiščemo tudi do osem uporabnikov. Res niti en dan ni dolgočasen in vsako jutro grem z veseljem na delo,« pravi 33-letni Rok Horvat, ki se je za ta poklic odločil pred petimi leti.

Na vprašanje, kdo je pravzaprav primeren za delo oskrbovalca, nam namestnica direktorice ZOD Laura Perko odgovarja: »Spoštljiv odnos in ustrezen pristop, prilagojen uporabniku, njegovim potrebam in navadam ter situaciji, sta poleg strokovne usposobljenosti za opravljanje dela pomembni lastnosti socialnih oskrbovalk in oskrbovalcev. Poleg tega pa še čustvena

zrelost, empatičnost, odgovornost in poštenost, praktična znanja, obvladanje tehnik in upravljanja pripomočkov, ki se uporabljajo pri delu.«

Glavni namen oskrbe na domu je zagotavljanje nege, oskrbe in podpore pri čim daljšem ohranjanju samostojnosti in kakovostnega življenja na domu, pomemben vidik pomoči, ki jo ponujajo oskrbovalci, pa je tudi družabništvo – mnogi starejši so namreč zelo socialno izolirani in osamljeni – ravno to pa je nemalokrat tudi razlog za prezgodnjo smrt. Uporabniki in oskrbovalci skozi leta razvijejo prave prijateljske odnose, veliko se pogovarjajo, se smejejo ob dobrih dneh in se potolažijo, ko preživljajo težje dneve. Se tudi navežejo? »Seveda se,« pravi oskrbovalka Vida Kepec, ki se spomni, kako težko se je še zadnjič posloviti: »Kot bi se poslavljaj od svojih družinskih članov. Spomin na njih pa nas spremlja prav vsak dan. Velikokrat ohranimo tudi prijateljske stike s sorodniki preminulih uporabnikov.«

Obseg pomoči se seveda določi za vsakega uporabnika posebej. »Nekateri potrebujejo mojo pomoč tudi pri najmanjših opravilih, kot so preoblačenje, hoja, česanje, umivanje, hranjenje, nekateri pa kdaj potrebujejo samo družbo – res je odvisno od samega uporabnika in stopnje njegove samostojnosti, pa seveda tudi od počutja

na dan, ko ga obiščemo. Vsekakor pa vsako nalogo opravimo, kot najbolje znamo, kot bi jo opravili zase ali za katerega od članov svoje družine,« razlaga oskrbovalka Jadranka Lazar.

Oskrbovalci so dragoceni in nepogrešljivi tudi za družinske člane uporabnikov, ki živijo vsak svoje, v današnjih časih prezaposleno življenje, saj jih njihova pomoč močno razbremeni. Tako nam je povedala hči ene od uporabnic: »Ko pride oskrbovalka, si lahko mirno vzamem čas, da grem po svojih opravkih, saj vem, da bo takrat mama v dobri družbi in na varnem.«

ZOD k uporabnikom po potrebi napoti tudi medicinske sestre, fizioterapevtke, ki jim s pripomočki in vajami pomagajo ohraniti in izboljševati fizično zdravje, in delovne terapevtke, ki jim z miselnimi vajami in pogovori pomagajo ponovno pridobiti ali ohraniti samostojnost pri vsakodnevnih aktivnostih. Poskrbijo pa tudi za to, da se varovančevi sorodniki poučijo, kako lahko najbolje pomagajo varovancu. »Večkrat uporabnike naših storitev vprašamo, kje bi si želeli preživeti svojo starost. Če bi lahko izbirali, bi vsi, skoraj brez izjeme, živeli na svojem domu,« pravi Laura Perko.

Zaradi vse večjega števila ostarelih bo poklic oskrbovalca vse bolj iskan. Po zaslugi oskrbe na domu namreč marsikomu ni treba v dom za starejše in tako lahko jesen življenja preživi v udobju svojega doma. Vsekakor je to poklic, ki ga tudi nebrzdan razvoj umetne inteligence ne bo nikdar ogrozil. »Naša želja je, da bi lahko vsem, ki potrebujejo oskrbo, zagotovili obiske socialnih oskrbovalcev. Ker je vse več starejših in drugih, ki potrebujejo našo pomoč, v našo srčno ekipo vabimo nove sodelavke in sodelavce. Razmišljate, da bi se nam pridružili? Veseli bomo vašega klika,« je na koncu povabila Perkova.



Skoraj 75-letna Vlasta Drnovšek je zaradi revmatizma že nekaj let nepokretna. Na njenem domu v Šentvidu jo oskrbovalci obiskujejo dvakrat na dan. Eden od njih je Rok Hrovat, ki ji pomaga pri negi, pripravi ji zajtrk, pomaga s perilom, pomije tla. »Se že tako dobro pozna, da sva kar prijatelja!« z iskrico v očeh pove Vlasta. Družijo skupna ljubezen do glasbe: »Ko je Rok prvič prišel k meni, mi je zaigral na ukulelo,« se spominja.



Aleš Spindler je zaradi zdravstvenih težav, ki so se kar kopičile, jeseni 2021 moral poiskati vsakodnevno pomoč oskrbovalcev. Ena njegovih oskrbovalk je Bojana Gliha, ki se je za to delo odločila pred 16 leti. Poskrbi za nego, pomaga mu, da s hojico hodi vsaj po stanovanju, z Aleševo ženo pa po opravljenem delu izmenjata še besedo ali dve, »kar pač tisti dan leži na duši«.



Zaradi nesrečnega padca je bil nekdanji profesor geografije Anton Kastelic nekaj časa nepokreten in z ženo sta bila prisiljena poiskati pomoč. »Ob petkih me posedejo na moj reprezentativni stolček, dobro me umijejo in obrijejo,« se pošali. Barbara Smerkolj poleg nege pomaga tudi pri manjših hišnih opravilih, prinese mu časopis, po opravljenem delu pa se v družbi Antonove žene tudi kaj pogovorijo. Včasih tudi zapojejo kakšno pesem.



Pred nekaj leti se je že zdelo, da se Pavla Svetek, ki bo letos dopolnila sto let, za vedno poslavlja. Takrat so svojci, ki živijo z njo, poiskali pomoč na domu, ki je bila sprva vsakodnevna. Vendar se je stanje začelo nepričakovano izboljševati in danes je zelo samostojna, izjemno bistra, pomoč pa potrebuje le enkrat na teden. Od vseh oskrbovalcev ima posebno mesto v njenem srcu Vida Kepec. »Je najbolj natančna in najbolj srčna,« pravi varovanka.



Pia Grošelj je slabovidna. V svojem stanovanju na Viču je sicer samostojna, le včasih potrebuje pomoč pri stvareh, ki jih ne zmore, vedno pa potrebuje spremstvo pri odhodu iz stanovanja – včasih za sprehod, za obisk pri zdravniku ter pomoč pri nakupih v trgovini. »V dolgih urah, ki jih včasih preživim med čakanjem v bolnišnicah, se z Jadranko Lazar pogovoriva o marsičem – tem nama res ne zmanjka.«



Oskrbovalka Zorica Stevanović je v hišo Milice Ručigaj prvič vstopila pred tremi leti, takrat je skrbela tako za gospo, ki je bila zaradi zloma stegenice gibalno ovirana, pa tudi za njenega sina, ki se je bojeval s hudo boleznijo. Sprva so pomoč potrebovali večkrat na teden, zdaj le še enkrat. »Vse oskrbovalke so zelo prijetne, ko pa pride Zorica, v hišo posije sonce,« pravi. Letos bo Milica praznovala stoti rojstni dan – in že se razvname pogovor o postavljanju mlaja in velikem praznovanju.