

kasneje odidejo v institucionalno ali formalno negovalno oskrbo.

ZAKLJUČEK – USMERITVE ZA NADALJNE RAZISKAVE IN PRAKSO

Napovedi kažejo, da se bo število demenčnih ljudi podvojilo v naslednjih petnajstih letih. Večina jih bo ostala doma – za njih bodo skrbeli sorodniki in prijatelji. Situacija kaže veliko potrebo in nujnost za sprejetje in izvajanje ustreznih in strokovno učinkovitih ukrepov za družinske oskrbovalce, da s tem ohranimo njihovo zdravje. Število visoko kakovostnih ocenjevanj večplastnih ukrepov za družinske oskrbovalce je v porastu. Ta spoznanja je zanimivo primerjati s to raziskavo. Druge raziskave so pokazale, da so najučinkovitejši naslednji ukrepi: izobraževanje (o demenci in pridobivanje spretnosti za oskrbovanje), kognitivno-vedenjska terapija (kognitivni okvir) in smernice za povečanje socialne podpore.

V nasprotju s tem so rezultati druge raziskave pokazali, da večplastni ukrepi (izobraževanje, vaje in socialne aktivnosti) brez psihološke komponente v kognitivnem okviru ne pripomorejo k izboljšanju nobenega vidika življenja oskrbovalcev. Avtorji pri tem predlagajo širši nabor instrumentov merjenja počutja oskrbovalcev, ki ne obsega le psihološke stiske. Učinek različnih ukrepov bi bolje razumeli z merjenjem pozitivnih vidikov življenja oskrbovalcev, kot so zadovoljstvo, kakovost življenja, odgovornost za svoje dobro počutje

in odpornost. Raziskava, ki so jo izvajali diplomanti psihologije, je razkrila, da so najučinkovitejši ukrepi za oskrbovalce: sprostivne tehnike, izobraževanje o demenci, strategije za uravnavanje vedenja in spreminjanje slabih, neuporabnih misli. Avtorji so prilagodljivost ukrepov in raznolikost strategij opredelili kot korist, ki omogoča, da ukrepi ustrezajo raznolikim okoliščinam oskrbovalcev. Ta prilagodljivost je tudi nujna, saj se potrebe oskrbovalcev spreminjajo z napredovanjem demence pri oskrbovancih. Kaže, da bi večplastni ukrepi lahko izboljšali tako zdravje oskrbovalcev demenčnih ljudi kot tudi stroškovno učinkovitost pri oskrbi demenčnih.

V prihodnjih študijah je treba narediti ustrezno taksonomijo za kategorizacijo in natančen opis ukrepov in lastnosti udeležencev, da bi lahko enakovredno primerjali rezultate študij. Poleg tega je pri upoštevanju stroškov oskrbe demenčnih bistvenega pomena to, da se uvedejo enostavni ukrepi, ki so stroškovno učinkovitejši kot kompleksni ukrepi. Take študije bi lahko vključile dolgoročno spremljanje udeležencev do točke institucionalizacije in ekonomsko analizo. Pri raziskavah je treba tudi uspešneje uvajati učinkovite ukrepe v prakso. Treba je vpeljati dejavnike, ki omogočajo integracijo v rutinsko oskrbo. Dobro pa je tudi raziskati, kateri ukrepi najboljše delujejo pri posameznih podskupinah oskrbovalcev in v različnih stanjih demence pri oskrbovancih.

Tjaša Mlakar

DROBCI IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

Zbrala Tjaša Mlakar

GLOBALNI OBSERVATORIJ O DEMENCI

Globalni observatorij o demenci, ki ga trenutno razvija Svetovna zdravstvena organizacija (SZO), je spletni temelj baze podatkov in izmenjave ključnih informacij o demenci.

Glavni cilj observatorija je zbiranje in posredovanje ključnih podatkov o demenci od držav članic. S tem na podlagi dokazov podpira načrtovanje storitev in krepitev političnih odločitev ter zdravstvenega in socialnega sistema.

Spletna platforma observatorija bo ponujala enostaven dostop do zbranih informacij na nacionalni, regionalni in globalni ravni. Dopolnjena bo s statistiko iz drugih razpoložljivih virov, na primer iz zdravstvenega observatorija SZO.

Observatorij bo prav tako ponujal dostop do globalnih in regionalnih poročil o demenci in do specifičnih informacij o demenci v posameznih državah ter bo povzemal sisteme držav za podporo ljudem, ki so zboleli za demenco.

Observatorij bo zagotovil mehanizem za spremljanje izvajanja in napredka globalnega akcijskega načrta, ki odgovarja na vse bolj razširjen pojav demence.

Konceptualni okvir vključuje tri strateška področja, in sicer politiko, dostop do storitev ter epidemiologijo in raziskovanje, in sedem medsektorskih tematskih področij: demenca kot prednostna naloga na področju javnega zdravja; ozaveščenost o demenci in prijaznost; zmanjšanje tveganja demence; diagnoza, zdravljenje, nega in podpora; podpora oskrbovalcem demenčnih bolnikov; informacijski sistemi za demenco ter raziskovanje demence in inovacije.

Razvoj observatorija bo potekal v naslednji smeri. Osnutek okvira in ustreznih kazalnikov so pilotno preizkusili v 22 državah (v vseh šestih regijah SZO) z različnimi dohodkovnimi

standardi. Po koncu pilotne faze je SZO v observatoriju organizirala večsektorski dvodnevni posvet, ki je vključeval ključne točke pilotnih držav in drugih držav članic SZO, tehničnih strokovnjakov in predstavnikov organizacij, na primer Organizacije za gospodarsko sodelovanje in razvoj (OECD), Skupnostnega programa EU – Raziskave nevrodegenerativnih bolezni (JPND), Mednarodnega združenja za Alzheimerjevo bolezen (ADI) in drugih. Cilja posveta sta bila doseči skupno vizijo za izdelavo konceptualnega okvira in za interaktivno izmenjavo znanja na platformi observatorija ter razvijati observatorij.

Kazalniki observatorija so skupaj s strategijo zbiranja podatkov v zaključni fazi. Cilja sta lažje in stalno zbiranje podatkov iz držav in prispevanje informacij za spletno platformo za izmenjavo znanja.

Vir: http://www.who.int/mental_health/neurology/dementia/GDO/en/ (sprejem: 20. 6. 2017).

ZDRUŽENJE ENRICHES V KANADSKI PROVINCI ONTARIO

Fundacija The Change je poročala, da je v Ontariu, provinci v Kanadi, skoraj tretjina prebivalcev družinskih oskrbovalcev. Skrbijo za družinskega člana ali prijatelja. Veliko oskrbovalcev čuti socialno izoliranost in vloge oskrbovalca ne prepoznajo kot posebne vloge, ločene od tega, da so dobri prijatelji, otroci, starši in partnerji. Za svoje delo ne dobijo priznanja ali potrebne pomoči.

Združenje ENRICHES je s strani kanadske vlade financirano s projektom za starejše. Združuje lokalne zdravstvene vodje in vodje skupnosti in se sooča z zapletenimi izzivi, s katerimi se spopadajo oskrbovalci, stari nad 55 let, ki izkušajo socialno izolacijo v Torontu.

ENRICHES je kratica, ki pomeni dogovor o zmanjšanju socialne izolacije oskrbovalcev in o izboljšanju kakovosti življenja starostnikov. Združenje je sestavljeno iz petih ključnih partnerjev: Alzheimer Society Toronto, Canadian Mental Health Association Ontario, North York Community House, Woodgreen in Reitman Centre (Sinai Health System), ki služi kot koordinator partnerjev. Mednarodno združenje o staranju (IFA) sodeluje kot posvetovalni partner in pobudnik.

Delo združenja ENRICHES je usmerjeno v to, da se bo izboljšal dostop oskrbovalcev do podpore, da se bo izboljšala njihova socialna mreža in da si bodo hitro opomogli od vseh nastalih težav. To želijo doseči tako, da vključijo oskrbovalce v program in jih povežejo s storitvami ter da krepijo zmogljivosti skupnosti.

Združenju se je od novembra 2015 pridružilo več kot 1000 oskrbovalcev in 80 voditeljev skupnosti. Kot partnerji so sodelovali pri zavzemanju za dan oskrbovalcev mesta Toronto, ki je bil 4. aprila 2017.

Vir: <http://myemail.constantcontact.com/IFA-Skim--April-2017.html?soid=1101901198311&aid=JfL00T27WY> (sprejem: 21. 6. 2017).

NAČRT ZA STARAJOČO POPULACIJO V NOVI ŠKOTSKI

Vlada Nove Škotske je v teoriji in praksi pripravila načrt za bolj kakovostno življenje prebivalcev, še posebej starejših. Odločila se je, da je treba spremeniti smer razprave o staranju in se osredotočiti na dobre novice in ugodnosti demografskih sprememb. Staranje prebivalstva odraža napredek v zdravju ljudi in v izboljšanju socialne in ekonomske blaginje. Starejši lahko ponudijo znanje, spretnosti in izkušnje, ki pomagajo tako ljudem kot skupnostim pri razvoju. Ljudje vseh starosti, vključno s starejšimi, lahko veliko prispevajo.

Dejstvo je, da se dogajajo velike spremembe v strukturi prebivalstva. Ljudje po svetu

se starajo in to občutijo tudi v Novi Škotski. Nekateri ljudje iz baby boom generacije so že dopolnili 70 let. Do leta 2030 – čez dobro desetletje – bo eden od štirih prebivalcev Nove Škotske star 65 let in več. Daljša pričakovana življenjska doba in nižja stopnja rodnosti pomenita, da bo od zdaj naprej prebivalstvo vse bolj staro.

V Novi Škotski starejši pomagajo pri vzdrževanju družin, delovnih mest, skupnosti in province kot celote. Na žalost so v družbi prisotni odpor do staranja in stereotipi, ki ohranjajo idejo, da je starost sama po sebi problem, ne pa naraven del življenja. Slabšalni odnos do starejših je pripeljal do intenzivne javne razprave ter do opozoril o možnostih starajoče se populacije in o prihodnosti province Nova Škotska.

Odločili so se za tri večje cilje: prepoznati vrednost družbenih in gospodarskih prispevkov starejših ljudi, promocija zdravega in aktivnega življenja ter podpora staranju doma, ki je povezano z življenjem v skupnosti.

Prvi cilj je prepoznati vrednost družbenih in gospodarskih prispevkov starejših ljudi. Z znanjem in izkušnjami, ki jih starejši imajo, pomagajo pri vodenju gospodarstva in s tem prispevajo k ohranjanju skupnosti. Zastavljeni cilji na tem področju so naslednji.

1) Prepoznati vrednost starejših kot podjetnikov. Vlada bo sodelovala s partnerskimi organizacijami, ki so vključene v izobraževanje za promocijo podjetništva. To bo vključevalo tudi socialno podjetništvo kot možnost za starejše.

2) Prepoznati vrednost starejših na delovnih mestih. Vlada bo sodelovala z delodajalci in javnostjo pri prepoznavanju vrednosti starejših delavcev in pri spodbujanju njihove vključitve na trg dela. Vlada bo v vlogi delodajalca kazala pot ostalim, kako sprejemati starejše, jih vključevati in spodbujati medgeneracijsko okolje na delovnem mestu.

3) Prepoznati vrednost prostovoljskega in neplačanega dela za skupnost. Vlada bo

sodelovala s prostovoljskim in neprofitnim sektorjem pri vključevanju starejših v vse njihovi raznolikosti – kot voditelje skupnosti, mentorje, prostovoljce in stranke.

Drugi cilj je promocija zdravega in aktivnega načina življenja. Z dobrim zdravjem lahko starejši nadaljujejo z doseganjem svojih ciljev, živijo neodvisno in prispevajo k skupnosti. Zastavljeni cilji na tem področju so naslednji.

1) Promocija zdravstvenega pristopa v okviru javnega zdravstvenega sistema. Pri načrtovanju zdravstvenega sistema v Novi Škotski bo vlada uvedla celovit pristop za izboljšanje fizičnega in mentalnega zdravja prebivalcev vseh starosti.

2) Zmanjšati vpliv revščine na zdravje. Vlada bo poskusila z novimi pristopi doseči dohodkovno varnost za prebivalce Nove Škotske, ki se borijo z revščino. Izboljšala bo dostop do zdrave, cenovno dostopne hrane in organizirala bo medgeneracijske programe za učenje pridelave lastne hrane.

3) Promocija fizične aktivnosti in redne vadbe. Vlada bo v skupnostih zagotovila predstavnike, ki bodo spodbujali zdravo in aktivno življenje. Ta program bo cenovno ugoden in dostopen starejšim in odraslim srednjih let.

Tretji cilj je podpora staranju doma, ki je povezano z življenjem v skupnosti. Staranje doma pomeni, da se lahko prebivalci Nove Škotske starajo v svojih domovih in ostanejo povezani s skupnostjo. Zastavljeni cilji na tem področju so naslednji.

1) Podpora javnemu prevozu. Vlada bo sodelovala s svojimi partnerji pri izboljšanju dostopa do prevoznih sredstev, še posebej se bodo osredotočili na podeželske skupnosti.

2) Podpora primernim in cenovno dostopnim stanovanjem. Vlada bo v sodelovanju z mestnimi in zveznimi partnerji vlagala kapital v primerna stanovanja, da se bodo prebivalci Nove Škotske starali v svojih domovih in skupnostih.

3) Podpora načrtovanju starosti prijaznih skupnosti. Vlada se je odločila sodelovati z zvezo občin Nove Škotske in s posameznimi občinskimi sveti za razvoj starosti prijaznih občin. To bi spodbujalo staranje prebivalcev doma in bi zajemalo ekonomsko in socialno vključevanje starejših.

4) Podpora socialnim stikom. Vlada se bo potrudila, da bodo starejši ohranili socialne stike in da bodo še naprej zmožni sodelovati pri javnem političnem razvoju – osebno in preko digitalne tehnologije.

Izvajanje zgoraj opisanega načrta bo pripomoglo k bolj kakovostnemu življenju. Razumevanje raznolikosti starejših prebivalcev Nove Škotske in razvijanje načrta na podlagi njihovih prednosti bosta izboljšala bivanje za vse prebivalce. Vlada bo poskušala najti boljše načine razumevanja izkušenj starejših ljudi. Izboljšali bodo zbiranje in uporabo informacij za izvajanje storitev in programov, ki so spoštljivi do ljudi. Prav tako se bodo učili iz izkušenj drugih. Vlada bo začela kampanjo javnega izobraževanja, ki predstavlja starejše v vsej njihovi raznolikosti. Namen kampanje je odpraviti stereotipe in napačne predstave o starosti in prikazati prispevek odraslih v provinci.

Vir: <https://novascotia.ca/shift/shift-action-plan-highlights.pdf> (sprejem: 3. 5. 2017).