

Personcentrerad vård och omsorg



HJO



Ledningsgruppen för Vård och Omsorg har beslutat att vi ska ha en personcentrerad Vård och Omsorg i Hjo kommun. Det innebär att all personal som arbetar inom Vård och Omsorg behöver känna till vad det innebär att arbeta personcentrerat. Arbetet är hela tiden fortgående och vi kommer att behöva reflektera gemensamt för att hålla arbetssättet vid liv. Den här broschyren är en introduktion i arbetssättet som vi vill att all personal har kunskap om.

Vad är personcentrerad vård och omsorg?

Personcentrerad vård och omsorg innebär att vården, omsorgen och bemötandet anpassas efter varje enskild person. Insatserna tar sin utgångspunkt i personens upplevelse av sin verklighet. Målet är att tillvaron ska kännas så meningsfull och trygg som möjligt.

Det handlar om att kunna läsa av varje enskild person och på så sätt kunna bemöta, hjälpa och stödja i det som är viktigast för stunden. Andliga, existentiella, sociala, kulturella, estetiska och psykiska behov bör tillgodoses i lika hög grad som fysiska. Ett gott bemötande och en god relation kan göra skillnad i hur dagen blir för både personen och personalen.

Vilka gäller detta?

Personcentrerad vård och omsorg bör råda inom alla kommunens omvårdnadsområden, men vikten av att arbeta enligt detta koncept är extra tydlig inom demensomsorgen och funktionshinderområdet, där vårdtagaren ofta saknar förmågan att uttrycka sin egen vilja på ett lättförståeligt sätt. De omvårdande yrkena innebär att skapa trygghet, glädje och harmoni för dem man är satt att ha ansvar för.

Exempel:

Det är morgon på ett demensboende. Undersköterskan Maria kommer in till Gustaf som just har vaknat. I den här situationen – och i många andra situationer under sin arbetsdag – ställs Maria inför olika val. Vad ska hon göra först? Vad är viktigast att göra sedan? Hennes val kommer att vara avgörande för hur den här dagen börjar för Gustaf. Och kanske också för hur den fortsätter. (Hämtat från Guiden till Nationella riktlinjer för vård och omsorg vid demenssjukdom.)

Som personal har man många praktiska uppgifter att utföra under dagen och när dessa uppgifter ses som allra viktigast i omvårdnadsarbetet arbetar man *uppgiftscentrerat*.

I den **personcentrerade** vården är fokus i stället på relationen till vårdtagaren. I valet av vilken arbetsuppgift som ska utföras först, i t ex morgonarbetet, är utgångspunkten att försöka förstå vad som blir bäst för vårdtagaren utifrån personliga behov, vanor och önskemål. Genom att avläsa dagsformen och fånga tillfället får vårdtagaren med demenssjukdom t ex hjälp med dusch när utgångsläget är bäst. Ibland blir det tidig morgon och nästa gång en annan tid på dagen. Självklart ska dokumentation om hur duschningen ska utföras finnas och följas av alla i arbetsgruppen.

Genom att lära känna och skapa en god relation till personen som behöver hjälp, blir det lättare att förstå och tolka vad som är viktigt för stunden. Här är **levnadsberättelser** en bra hjälp för att få kunskap om livshistorien och vad som är och har varit viktigt i personens liv. Anhöriga kan ofta bidra med viktig kunskap om personen och ska ses som en viktig samarbetspartner i arbetet runt vårdtagaren. Planerade **välkomstsamtal**/anhörigsamtal vid flytt till ett boende kan t ex vara en bra grund för information åt båda håll.

För att arbeta personcentrerat måste man bestämma sig för att sätta vårdtagaren i centrum. Att flytta fokus från vad till vem. Personalen måste använda kunskap, fantasi och lyhördhet för att försöka förstå vad varje enskild person upplever, tänker och vill. Man får försöka tolka både det som sägs och det som inte sägs, tyda kroppsspråk och leva sig in i den andras situation. Att observera och försöka förstå vilka bakomliggande orsaker som finns till ett visst beteende är också viktigt för att kunna undvika situationer som orsakar oro, aggressivitet osv (jmf BPSD).

Det är viktigt att personal i sin sociala dokumentation, inklusive bemötandepaner, överför kunskap om vad som är bra eller dåligt för vårdtagaren till övriga i arbetsgruppen.



En mer individualiserad vård innebär färre fasta rutiner. Man måste ta hänsyn till helheten på ett annat sätt än i den uppgiftscentrerade omvårdanden. Detta kräver kunskande och engagemang liksom ett tydligt och närvarande ledarskap.

Värdegrundsarbete som "Det Goda Mötet" är en viktig del. Möjlighet att reflektera över arbetet tillsammans med andra, både i den egna personalgruppen, i teamarbetet liksom vid BPSD-skattningar bidrar till att öka kunskapen och utvecklingen hos omvårdnadspersonalen.

Kontinuitet i personalgruppen underlättar i regel personcentrerad vård och omsorg. Vårdtagaren kanske inte kommer ihåg namnet på personalen som kommer, men känslan av ett gott bemötandet kan finnas bevarat och ge en positiv effekt.



Tänk på

- Ansträng dig att försöka uppfatta vad personen själv önskar och försök om möjligt genomföra denna önskan.
- Försök skapa en god relation till den du möter genom att visa respekt, men också genom ge av dig själv. Detta skapar ett samförstånd och känslomässig närhet i relationen och underlättar i regel arbetet.
- Ha ögonkontakt, helst i samma ögonhöjd. Börja inte samtala förrän du fått uppmärksamhet.
- Ta god tid på dig vid samtalet. Berätta i lugn och ro och vänta tillräckligt länge på svar. Skapa en lugn och trygg miljö.
- Tala enkelt och tydligt, men kom ihåg att det är en vuxen person med ett helt livs erfarenheter du talar med. Att förbarnsliga personen är respektlöst och kan upplevas som kränkande.
- Bemöt personer med demenssjukdom som en person med upplevelser, självkänsla och rättigheter, trots avtagande funktioner.
- Bekräfta personer med demenssjukdom i dennes upplevelse av världen.
- Undvik att argumentera och diskutera. Försök komma överens och avled vid behov.
- Undvik att ställa frågor som ”Minns du mig?” eller ”Kommer du ihåg?”. Berätta istället själv ”Det är jag som är Lena och vi träffades förra veckan när jag hjälpte dig att.....”.
- Utnyttja naturliga sociala situationer. Det går ofta lättare att få en god kontakt i samband med t ex kaffedrickande eller när man går ut på en promenad.

Kom ihåg:

Hur är mitt sätt, mitt beteende, mitt handlande gentemot vårdragare, de anhöriga, oss själva? Gynnar det alltid vårdragaren?

Läs mer

Läs mer om personcentrerad omvårdnad (finns mest litteratur m m kopplat till demenssjukdom, men det mesta stämmer för all vård och omsorg):

Guiden till Nationella riktlinjer för vård och omsorg vid demenssjukdom; *Svenskt Demenscentrum* (www.demenscentrum.se)

Nollvision – För en demensvård utan tvång och begränsningar;
Svenskt Demenscentrum

Hur ska vi bemöta demenssjuka? Ola Polmé; *Kommunlitteratur*
(www.komlitt.se)

Svensk sjuksköterskeförening om.... PERSONCENTRERAD
VÅRD; (www.swenurse.se)

”Det viktiga är mötet mellan människor – det är ett hantverk i sig;
Artikel från Vårdförbundet (www.vardforbundet.se)



HJO

Hjo kommun, 544 81 Hjo Besöksadress: Besöksadress, Hjo

Telefon: 0503-350 00 www.hjo.se

