

SLACHTA MARGIT NEMZETI SZOCIÁLPOLITIKAI INTÉZET

**IDŐS SZEMÉLYEK SEGÍTŐJE
SZOCIÁLIS ÁGAZATI KÉPZÉS
KÖZPONTI SZÓBELI TÉTELSORA**

Jóváhagyta:


Csizi Péter
szociális ügyekért felelős helyettes államtitkár



Kiadva:

2023. 08. 29.

1. tétel

Ismertesse az idős személyek segítője lehetséges feladatait, mozgásszervi betegséggel élő gondozott esetében!

Információtartalom vázlat:

- A járás, mozgás, testtartás megfigyelése és szempontjai.
- Az idős személyek segítője által végezhető alapápolási feladatok mozgásszervi betegséggel élő gondozott esetében:
 - pihenést szolgáló ágy rendbetétele,
 - segítségnyújtás a tisztálkodásban,
 - segítségnyújtás az étkezésben.
- Mozgásszervi betegek életminőségét segítő gyógyászati segédeszközök fajtái és azok alkalmazási lehetőségei.
- A mozgás szükségletének biztosítása:
 - a beteg mozgatása, felültetése, lefektetése, kiültetése, sétáltatása, tornáztatása,
 - a gyógyászati segédeszközök használata (mankó, járóbot, járókeret, kerekesszék),
 - a gondozást segítő eszközök használata (kapaszkodó, fürdőkádülőke, kádlift, szoba WC).
- A tartós mozgáskorlátozottság veszélyei.

2. tétel

Mi a jelentősége az idős személyek segítője munkájában a gondozott és a beteg megfigyelésének? Milyen panaszok és tünetek megjelenésekor kéri szakemberek segítségét?

Információtartalom vázlat:

- A betegmegfigyelés fontossága a szociális intézményekben és a gondozott otthonában.
- Betegmegfigyelés:
 - testsúlymérés,
 - a testsúly és a testmagasság jellemző időskori változásai,
 - a testhőmérséklet mérése,
 - a légzés megfigyelése,
 - a pulzus észlelése, normál értéke,
 - vérnyomásmérés folyamata és normál értékei,
 - az észlelt tünetek dokumentálásának szükségessége.
- Az idős személyek segítője által önállóan ellátható feladatok, a betegmegfigyelés folyamatában:
 - az ellátott állapotának megfigyelése,
 - kérdezés,
 - szakember segítségét kérni,
 - szakemberekkel együttműködni.

3. tétel

Milyen feladatai lehetnek az idős személyek segítőjének az időskorban előforduló légzőrendszeri megbetegedések esetén?

Információtartalom vázlat:

- Az asztma (krónikus tüdőbetegség) megbetegedéssel élő idős gondozott ápolási-gondozási szükségletei.
- A légzés megfigyelése.
- A normál légzés értéke.
- A kóros légzés (a nehézlégzés felismerése, jellegzetes tünetei).
- Az időskorban leggyakrabban alkalmazott/alkalmazható kényelmi eszközök nehéz légzés esetén.
- Az idős személyek segítője feladatai a betegágy előkészítésében.
- A beteg kényelmét szolgáló eszközök készítése, használata pl.: háttámasz.
- A beteg állapotának és az orvosi utasításnak megfelelő fektetési módok alkalmazása szakember irányításával.
- A légzőrendszeri megbetegedések kialakulásának kockázati tényezői, kialakulást elősegítő, növelő körülmények.

4. tétel

Milyen feladatai lehetnek az idős személyek segítőjének az időskorban előforduló emésztőrendszeri megbetegedések esetén?

Információtartalom vázlat:

- A széklet és a hányadék megfigyelésének szempontjai.
- A normális széklet összetevői (színe, szaga). A széklet káros anyagai.
- Az idős gondozott étkezési szükséglete felmérésének módszere.
- Fekvőbeteg étkeztetésének módjai.
- Időskorra jellemző táplálkozással összefüggő problémák.
- Az étkezési szükséglet kielégítése, az idős személyek segítője közreműködésének lehetőségei a folyamatban.
- A táplálkozás és a folyadékszükséglet biztosítása:
 - o a legyengült, fekvőbeteg, idős, mozgásában korlátozott személy étkezésének segítése,
 - o a legyengült, fekvőbeteg, idős, mozgásában korlátozott személy folyadékpótlásának biztosítása,
 - o a napi javasolt folyadékmennyiség,
 - o a fokozott folyadékszükséglet indokai.

5. tétel

Ismertesse a vizeletkiválasztó rendszer működésének támogatásához szükséges feladatokat!

Információtartalom vázlat:

- A vizeletürítés ellenőrzése.
- A normális vizelet jellemzői.
- A vizelet mennyiségét befolyásoló tényezők.
- A vizelet megfigyelésének szempontjai:
 - színe,
 - szaga,
 - mennyisége.
- Az ürítés szükségletének biztosítása:
 - a váladékok felfogására szolgáló eszközök,
 - ágytál, vizelő edény, szoba WC alkalmazása, tisztántartása, fertőtlenítése.
- Széklet, illetve vizelet mintavétel vizsgálathoz, szakember utasítása alapján.
- Vizelet és/vagy széklettartó képesség hiányával élő beteg ellátása:
 - inkontinencia termékek típusai és alkalmazásuk.

6. tétel

Értelmezze az emberi szervezet időskori változásait! Mutassa be az időskori megbetegedések sajátosságait!

Információtartalom vázlat:

- Az időskori betegségekkel foglalkozó tudomány jelentősége, szükségessége.
- Az időskorra jellemző normál és kóros változások.
- Az öregedés látható, külső jegyei, változásai.
- A betegségek időskori megjelenésének sajátosságai:
 - o a betegségek megszokott tünetektől eltérő megjelenése,
 - o a két vagy több hosszan tartó betegség jelenléte a szervezetben,
 - o a betegségek korai felismerésének jelentősége.
- Az egészséges öregedés jellemzői.
- A kóros öregedés jellemzői, következményei:
 - o kiszolgáltatottság,
 - o függőség,
 - o tehetetlenség.
- Az idős személy segítője feladatai a kiszolgáltatottság csökkentésében.

7. tétel

Értelmezze a Maslow-féle szükségletpiramis rendszerét! Mutassa be az idős személyek segítője lehetséges feladatait a szükségletek felmérésében!

Információtartalom vázlat:

- Az emberi szükségletek hierarchiája, egymásra épülése Maslow szerint.
- Az alapvető emberi szükségletek.
- A magasabb rendű szükségletek.
- A szükségletpiramis egyes szintjeinek szükséglet tartalma.
- A szükségletfelmérés feladatai:
 - tisztálkodás,
 - étkezés,
 - pihenés,
 - öltözés,
 - mozgás során.
- Az idős személy környezete és annak rendben tartása, a komfortérzet biztosításának lehetőségei.
- Az életminőséget, önállóság megtartását segítő tárgyak, eszközök és azok alkalmazása.

8. tétel

Ismertesse a demenciával élő idős személy jellemző szükségleteit és ápolási-gondozási igényeit!

Információtartalom vázlat:

- A demenciával élő személy szükségletei a mindennapi tevékenységek elvégzése terén, a segítség lehetőségei:
 - a tisztálkodás,
 - az öltözködés,
 - a táplálkozás,
 - a folyadékfogyasztás,
 - a pihenés,
 - a mozgás terén.
- A pihenést szolgáló eszközök, azok alkalmazása, tisztántartása.
- A segítségnyújtás formái az ellátott mindennapi életmenetének biztosításában, a háztartási feladatok ellátásában.
- A foglalkoztatás lehetőségei, formái és jelentősége a demenciával élő személyek gondozása során.
- A foglalkoztatás lehetősége otthongondozás során.
- A gyakorlat során tapasztalt, a demencia kezelésével kapcsolatos jó intézményi gyakorlat bemutatása.

9. tétel

Milyen feladata lehet az idős személyek segítőjének az érzékszervek működésének támogatásában? Ismertesse a testhőmérséklet ellenőrzésének szabályait! Fejtse ki a tartós fekvés káros hatásait!

Információtartalom vázlat:

- Érzékszervek felsorolása és működésük rövid ismertetése.
- Az érzékszervek működésének javítását segítő gyógyászati segédeszközök és azok tisztántartása.
- A bőr megfigyelése.
- A gyulladás helyi és általános tünetei.
- A testhőmérséklet:
 - o megfigyelése,
 - o mérésének lehetséges módjai,
 - o normál és kóros értékek.
- A hőmérőzés szabályai.
- A lázcsillapítás lehetőségei, formái.
- A tartós fekvés következményei és azok megelőzésének lehetőségei.
- Az idős személyek gondozója lehetséges feladatai a felfekvés kialakulásának megelőzésében.
- A mozgás, az aktivitás jelentősége az egészség megőrzésében.

10. tétel

Ismertesse a gondozási tevékenység elemeit és folyamatát! Melyek az idős személyek segítője kompetenciájába tartozó feladatok az egyéni gondozási terv végrehajtásában?

Információtartalom vázlat:

- A gondozási szükséglet fogalma.
- A gondozás elemei:
 - fizikai,
 - pszichés-mentális,
 - egészségügyi,
 - foglalkoztatás,
 - érdekvédelem.
- A gondozás megvalósítása a gyakorlati munkában.
- Az idős emberek sajátos szükségletei és azok kielégítése.
- Az egyéni gondozási terv célja.
- Az idős személyek segítőjének kompetenciájába tartozó feladatok az egyéni gondozási terv végrehajtásában.

11. tétel

Ismertesse az idős személy körül végezhető közvetlen gondozási alapfeladatokat! Melyek azok a gondozási tevékenységek, amelyeket az idős személyek segítője önállóan is elvégezhet?

Információtartalom vázlat:

- Biztonságos környezet kialakítása.
- A tágabb környezet tisztaságának biztosítása.
- A szűkebb környezet tisztántartása.
- Segítségnyújtás a személyi higiénés szükségletek kielégítésében:
 - Az idős személy ágyának elkészítése, ágyneműcsere:
 - ágyneműcsere szabályai,
 - a tiszta textília tárolása,
 - szennyes ágynemű kezelése,
 - fekvő gondozott ágyneműcseréjének lehetőségei.
 - Segítségnyújtás idős, fennjáró személy fürdésénél.
 - Bőrvédelem időskorban.
 - Szájápolás.
 - A tisztálkodó eszközök tisztítása, fertőtlenítése.
 - Az idős személy öltöztetése, segédkezés az öltözködésnél.
- A hely- és helyzetváltoztatás segítése.
- A helyzetváltoztatásához szükséges eszközök tisztántartása.

12. tétel

Mutassa be a táplálkozás, mint biológiai szükséglet jelentőségét! Milyen szerepe lehet az idős személyek segítőjének az egészséges táplálkozás megtartásában?

Információtartalom vázlat:

- A táplálkozás, mint biológiai szükséglet, örömforrás.
- A korszerű és egészséges táplálkozás feltételei.
- Az életkornak és egészségi állapotnak megfelelő étrend.
- A leggyakoribb ételallergiák.
- Egészségtudatosság lehetőségei időskorban.
- Az étkezés és étkeztetés feltételei, módjai.
- Az időskori kiszáradás jelei.
- Folyadékpótlás jelentősége időskorban.
- Folyadékpótlólap szerepe, szükségessége.
- Segítségnyújtás formái az ellátott étkezésében és a folyadék pótlásában.

13. tétel

Sorolja fel a fertőzés megelőzésének lehetőségeit az idős személyek segítője munkája során! Milyen védőeszközöket vesz igénybe, hogy megelőzze önmaga és gondozottja fertőződését?

Információtartalom vázlat:

- A leggyakoribb fertőzőes megbetegedések:
 - influenza,
 - hepatitis A,
 - hepatitis B,
 - salmonellózis.
- A fertőző betegségek terjedési módjai.
- A közreműködés lehetőségei a fertőzés és a járvány kialakulásának megelőzésében.
- A fertőtlenítés módjai, szabályai.
- Egyéni védőeszközök felsorolása.
- Az egyéni védőeszközök használata, szabályai.
- A veszélyes hulladék és kezelése.

14. tétel

Ismertesse a közvetlen életveszély elhárításához kapcsolódó fogalmakat! Milyen elemi szintű elsősegélynyújtási feladatok ellátására kompetens az idős személyek segítője?

Információtartalom vázlat:

- Az életveszélyt jelentő állapotok.
- Teendők eszméletlenség esetén (stabil oldalfektetés, életfunkciók vizsgálata).
- Az alapszintű sebellátás és vérzéscsillapítás feladatai.
- Teendők:
 - áramütés,
 - mérgezések (étel, gyógyszer, marószer),
 - elesés (törés, ficam, rándulás tünetei, első ellátása),
 - félrenyelés,
 - égési sérülés,
 - ájulás esetén.
- A mentőhívás módja, szabályai.

15. tétel

Értelmezze a gyógyászati segédeszközök szerepét az idős személyek mozgásának támogatásában! Milyen szerepe lehet az idős személyek segítőjének a mozgás támogatás folyamatában?

Információtartalom vázlat:

- A biztonságos élettér kialakítása,
 - a környezet átalakításának lehetőségei, feladatai, eszközei az idős ember otthonában.
- Az aktivitás, a rendszeres mozgás hatása az ember testi egészségi és lelki állapotára.
- A gyógyászati segédeszközök köre:
 - testközeli,
 - testtávoli.
- A gyógyászati segédeszközök beszerzése.
- A gyógyászati segédeszközök tisztítása, fertőtlenítése, karbantartása.
- Egy részben önellátó, járásához segédeszközt használó ellátott szükségleteinek meghatározása.

16. tétel

Milyen veszélyt rejt a hosszú távú magányosság? Ismertesse a segítő kompetenciájába tartozó feladatokat a haldokló ápolása és a halottellátás során!

Információtartalom vázlat:

- A magány, az elszigetelődés megelőzésének lehetőségei az idősek otthonaiban.
- A magány, az elszigetelődés megelőzésének lehetőségei az idős ember otthonában.
- A magány, gyász testi-lelki tünetei.
- A haldoklás fázisai.
- A haldokló ápolása, gondozása.
- A haldokló méltósága megőrzésének lehetőségei, a segítő lehetséges feladatai.
- A halott körüli teendők. Az idős személyek segítője önállóan elvégezhető feladatai a halott személy ellátásában.
- Intézkedés halál esetén.
- A család támogatásának lehetősége az idős személyek segítője részéről. A kommunikációs jogosultsága határai.

17. tétel

Milyen, az időskorral járó pszichológiai változásokat ismer? Mutassa be az öregedéssel járó változásokat és azok hatásait az egyén életére!

Információtartalom vázlat:

- Az időskor életszakaszai és azok jellemzői.
- Az időskorra jellemző pszichés (lelki) változások.
- A szükségletek (táplálkozás, öltözködés, szabadidő eltöltése, egészségügyi szolgáltatás igénybevétele, szociális szolgáltatás igénybevétele stb.) változása időskorban.
- A biztonság fontossága az idősök életében.
- Az idős személyek segítője lehetőségei a biztonságos élettér kialakításában az idős személy otthonában.
- A szerepek változása időskorban.
- A gyakorló helyen megismert idős személy pszichés jellemzői.
- A gyakorlat során, az ápoló-gondozó munkacsoporttal való együttműködés bemutatása.

18. tétel

Mutassa be az idős személyek által igénybe vehető szociális szolgáltatásokat! Milyen segítséget nyújthat az idős személyek segítője, az ellátott számára szükséges szociális ellátások és szolgáltatások igénylésében?

Információtartalom vázlat:

- Az idős személyek által igénybe vehető személyes gondoskodást nyújtó szociális alapszolgáltatások.
- Az idős személyek segítője munkavállalási lehetőségei a szociális alapellátásban.
- Az idős személyek által igénybe vehető szakosított ellátások formái és feladatai.
- Az idősek otthona szolgáltatásai.
- Segítségnyújtás módjai a szociális szolgáltatások igényléséhez:
 - Információk adása az adott településen működő szociális és egészségügyi ellátásokról.
 - Az ellátott felhatalmazása alapján közreműködni az ellátás igénylésében.
 - A megfelelő tájékoztatás nyújtása az ellátások igénylésében.
 - Az ellátott megbízása alapján érdekeit képviselni, helyette hivatalos ügyekben eljárni.
 - Felkészíteni az ellátottakat a szociális ellátás igénybevételére.

19. tétel

Milyen lehetőségei vannak az idős személyek segítőjének az ellátottak érdekvédelmére?

Információtartalom vázlat:

- Az ellátottak általános és speciális jogai.
- Az ellátotti jogok érvényesülése a gyakorlati helyen. Tapasztalat bemutatása.
- A személyiségi jogok és védelmük.
- Az érdekképviselői fórum működése a gyakorlati helyen.
- Az ellátott adatainak védelme. Az idős személyek segítője lehetőségei az adatvédelem terén.
- Titoktartási kötelezettség az idős személyek segítője munkavégzése során.
- Az idős személyek segítője feladata a gondozottak érdekvédelme terén.
- A gyakorlat során végzett, vagy tapasztalt érdekérvényesítő tevékenység bemutatása.
- A gyakorlat során tapasztalt ellátotti jogok érvényesülése.

20. tétel

Értelmezze a mentálhigiéné jelentőségét! Mutassa be, a szabadidő tevékeny eltöltését segítő aktivitásokat!

Információtartalom vázlat:

- A családi és az emberi kapcsolatok fenntartásával kapcsolatos tevékenységek segítésének feladatai az idős személyek segítője munkája során.
- A foglalkozás és foglalkoztatás jelentősége, formái az ápoló-gondozó intézményekben.
- Az idős korban alkalmazható foglalkozások.
- A foglalkoztatás lehetőségei az idős ember otthonában.
- A foglalkoztatás személyi, tárgyi feltételei intézményei keretek között.
- A gondozott szabadidejének, aktivitás-igényének és szükségleteinek észlelése, felmérése.
- A szabadidő eltöltésének formái:
 - o kedvtelésből végzett munka,
 - o kézműves foglalkozások,
 - o szellemi és kulturális tevékenységek,
 - o játék és sporttevékenységek,
 - o családi és társas tevékenységek.
- Az idős személyek segítőjének feladata a foglalkoztatás szervezésében, lebonyolításában.
- A szabadidős foglalkozások eszközeinek használata, karbantartásuk.

21. tétel

Milyen háztartási feladatokat kell ellátnia az idős személyek segítőjének a gondozás során?

Információtartalom vázlat:

- A háztartásgazdálkodás: költségvetés, a bevételek és kiadások egymáshoz való viszonya.
- A házi munkák tervezése, rendszerezése az idős ember igényeinek és lehetőségeinek figyelembevételével.
- A háztartásvezetés technikai megoldásai.
- A háztartási gépek használata.
- A konyhatechnikai eszközök használata, tisztítása és karbantartása.
- A tárolás, ételtárolás, ételminta higiénés előírásai.
- A mosás, szárítás, vasalás.
- A háztartási feladatok ellátása során jelentkező veszélyforrások.
- A mindennapi érintésvédelmi szabályok.
- A háztartási vegyszerek és mérgek tárolása, nyilvántartása.
- A tűzoltó készülék kezelése, tűzjelzési, tűzoltási eljárások.

22. tétel

Milyen munkavédelmi szabályok vonatkoznak az idős személyek segítőjére, amelyek betartása a gondozási munkája során saját és gondozottja egészségvédelmét szolgálják?

Információtartalom vázlat:

- A munka-, baleset- és tűzvédelmi szabályok és jelentőségük.
- A munkavégzéssel összefüggő általános baleseti és egyéb veszélyforrások, a munkahelyre és munkavégzésre vonatkozó munkabiztonsági szabályok.
- A veszélyforrások csoportosítása:
 - a háztartási veszélyek,
 - a munkahelyi veszélyek,
 - a közlekedési veszélyek,
 - a különböző sajátos tevékenységi formák veszélyei.
- Különféle anyagok (vegyszerek, mérgek, gyógyszerek stb.) biztonságos tárolása, nyilvántartások vezetése, veszélyes hulladékok tárolásának szabályai.
- Higiénés eljárások és veszélyes anyagok kezelése a gondozási folyamatban.
- A munka-, baleset- és tűzvédelmi szabályok adaptálása az idős emberek adottságaihoz.
- A veszélyek elhárításának lehetőségei, módszerei, eszközei, érintésvédelmi és szigetelési eljárások, a menekülési útvonalak kijelölési feltételei, egyéni védőeszközök használata.
- A munkavédelmi szabályok alkalmazása a gyakorló helyen.