

Şadiye DÖNÜMCÜ

EDİTÖRE MEKTUP

Sayın editör,

Bakım Hizmetinin Kalitesi, Yaşlının Yaşam Kalitesini Arttırır ya da Azaltır.

“... Ben ve ablam evliyiz ve çalışıyoruz. İkimizin de her zaman annemin yanında olması mümkün olmayınca 24 saatlik bakıcı tuttuk. Şansımıza Bergüzar Hanım çok iyi bir insan çıktı. Annemin ona neler yaptığını anlatamam. İkisi de dış dünyadan tamamen izole. Bergüzar Hanımın sabrının tükendiğini fark ettiğimizde ‘nefes alsın’ diye ona izin verdiğimizde, ablamla nöbetleşe annemde kalıyoruz. İnanın tüm gün yaşlı –anneniz bile olsabiriyle yaşamak çok zor...”

“... Annemin bakımıyla ve bakıcılarıyla öyle çok sorun yaşadık ki... 92 yaşında. Durgun, ilgisiz, isteksiz, umutkan, iştahsız. Zor yürüyor. Kardeşimle “huzurevine yerleştirsek mi?” diye düşündük. Ablam ‘Hayır: her birimiz dörder ay bakalım’ deyince “Her evin düzenine uyum sağlamak annem için zor olur. Ya evi, ya huzurevi” dedik. Düşünce-mizi anneme açtığımda nenli gözlerle “Alışmakta zorlanırım ama; denerim. Yalnız evimi dağıtmayın.” dedi. Şimdi huzurevi araştırıyoruz...”

“... Annem zihinsel fonksiyonlarını yitirdi. Torununun adını hatırlayamıyor, kalabalıktan ürüyor, güvütlü sevmiyor, ilaç içmiyor, bağırtıyor, ağlıyor, inatlaşıyor, kupasını bile tutamıyor. Yalan söylüyor, iftira atıyor, mantık dışı konuşuyor. Beynindeki saat bozulduğundan geceleri kabus gibi. Dün bakıcısının kolunu ısırması. Biz onu, o bizi anlamıyor. Tehlike mefhumu yok. Yıkanmak istemiyor. İdrarını, dışkısını tutamıyor. Altını petliyoruz. Yeni modası; herkesin içinde soyunmak. İçim acıyor...”

Evet; yaşlılık dönemi yaşanan kişi için zor. Düşünün ki; onun özgüveni, uyum yeteneği ve üretkenliği giderek azalıyor, bunaltısı, mutsuzluğu, karamsarlığı, kaygıları, ekonomik sorunları artıyor, belleği zayıflıyor. Yaşlanan kişi konuşma-ışitme-görme-hareket kısıtlılığı artan, idrar-gaitasını tutamayan, beslenme, tedavi ve ilaçlarını aksatan, düzensiz uyuyan, hijyenine uymayan, kimseye güvenmeyen, değişikliklerden hoşlanmayan, yalnız kalmak istemeyen, herkesi ve her şeyi eleştiren, her konuda zıtlaşp tartışan aynı soruyu defalarca soran ve alingan-endişeli-yaygaracı bir kimliğe bürünüyor. Onunla sorun yaşamaması –çoğu kez- olanaksız.

Evet; yaşlanan kişiye bakmak da zor. Çünkü baktığınız kişi hayatın sadece kendi çevresinde dönmesini isteyen, zevk, ilgi ve istek kaybına uğramış, umudunu ve ümidini yitirmiş, ilgi-sevgi-paylaşma-beraber olma isteği artan, çoğu kez kendine bile küsen, alıştığı mekana ve çevreye bağımlılık geliştiren birisi. Onlara evinde/evimizde baktığımızda ekonomik, mekansal düzenleme ve bakıcı kaynaklı, hastalandığında tıbbi donanım, ekipman ve sarf malzemesi sağlama kaynaklı güçlükler yaşıyoruz. Huzurevi ya da bakımevine yerleştirdiğimizde ise daha farklı sorunlar çıkıyor karşımıza.

Evet; yaşlanan kişiye bakmak bedensel, zihinsel ve ruhsal yönden yorucu ve yıpratıcı. Çünkü; adeta bir bebek gibi ilgi, destek ve ihtimam isteyen yaşlı kişileri fiziksel yönden desteklemek, kollayıp taşımak, hastaneye götürmek, öz bakımını yapmak, beslemek, egzersizlerini yaptırtmak, odasını, evini derleyip toplamak, alış-verişini ve yemeğini yapmak, dinleyip yönlendirmek kolay olmadığından, sağlıklı bir iletişim kurulması gerekli.

Evet; bakan kişinin yaşlanan kişiyle kuracağı iletişimin kalitesi de önemli. Bu nedenle bakan kişilerin göz göze iletişim kurması, sözünü kesmemesi, tek yanıtı ya da evet – hayırlı sorular sorması ve yanıtını beklemesi, tane tane, yüksek sesle ve jest - mimiklerle konuşması, gerektiğinde soru/yanıtını tekrarlaması, ev içi / dışında hareket etmesini sağlaması, geçmişten konuşurken, sözü bugüne/geleceğe getirmemesi, vereceği tepkiyi geciktirmesi, yalnız kalması gerektiğinde –eğer oku-

İletişim (Correspondance)

Şadiye Dönümcü
SHÇEK Genel Müdürlüğü Eğitim Merkezi Şube Müdürü,
Sosyal Hizmet Uzmanı ANKARA
Tlf: 0312 111 11 11
e-posta: dosadoster@gmail.com

Geliş Tarihi: 25/09/2009
(Received)

Kabul Tarihi: 14/10/2009
(Accepted)

SHÇEK Genel Müdürlüğü Eğitim Merkezi Şube Müdürü,
Sosyal Hizmet Uzmanı ANKARA



yabiliyorsa- görebileceği yerlere, 'ilacını al' , 'suyunu iç' gibi notlar bırakması, dışarıya yalnız çıkacağında üzerinde kimlik bilgisi + adres + telefon numarası vb.nin yer almasına dikkat etmesi gerekir ki; bunları yaşama geçirmek çok da kolay bir şey değil.

Evet; bakan kişi bu köreltici ve tekrarlayıcı işi yaparken kendi yaşam kalitesini de koruması önemli. Bu nedenle yaşlanan kişilerin normal bireylere benze(ye)meyeceğini bilmesi, sakin olmaya çalışması, sıkça açık havaya çıkması, kendine -ve sevdiklerine de - zaman ayırması, keyif aldığı şeyleri yapmayı sürdürmesi, rahatlama tekniklerini öğrenerek uygulaması ve tüm zamanını yaşlıya ayırmaması önemli.

Evet; bakan kişinin -ve ailesinin- yaşam kalitesini arttırmaya çabaladığı yaşlanan kişinin de onlara destek olması gerekir. Bu nedenle çatışma yerine dayanışmayı, torun, çocuk, gelin/damatlarıyla belli bir mesafeyi koruma ve yaşamlarına müdahil olmamayı, aileyi birleştirici rol üstlenmeyi, yakınlarının da sıkıntısı olabileceğinden hareketle gerektiğinde paylaşabilmeyi ve en önemlisi hayata katılmaya istekli olmayı *ilke edinmesi gerekir.*

Unutmayalım ki; bakım kalitesi yaşlanan kişinin durumunu kabullenme düzeyi, yaşadığı yerin fiziki koşulları, bakan kişinin -ve ailesinin- onu ve durumunu kabullenme de-

recesi, sosyo-ekonomik durumu ile entelektüel düzeyi, terk edilme, ümitsizlik, yalnızlık, sevgisizlik vb. gibi olumsuz duyguları, stresle baş edebilmesi, depresyon durumu ve en önemlisi kişilik özellikleriyle ilintilidir.

Ve yine unutmayalım ki; bakım hizmetinin kalitesi, yaşlanan kişinin yaşam kalitesini artırır ya da azaltır.

KAYNAKLAR

1. <http://www.sosyalhizmetuzmani.org/sadiyeyaslibakim.htm>. (Erişim tarihi: 24.08.2009)
2. <http://www.sosyalhizmetuzmani.org/yaslibakim2.htm>. (Erişim tarihi: 24.08.2009)
3. <http://www.sosyalhizmetuzmani.org/yaslibakim3.htm>. (Erişim tarihi: 24.08.2009)
4. <http://www.sosyalhizmetuzmani.org/yaslibakim4.htm>. (Erişim tarihi: 24.08.2009)
5. <http://www.sosyalhizmetuzmani.org/yaslibakim5.htm>. (Erişim tarihi: 24.08.2009)
6. <http://www.sosyalhizmetuzmani.org/yaslibakim6.htm>. (Erişim tarihi: 24.08.2009)
7. <http://www.sosyalhizmetuzmani.org/yaslibakim7.htm>. (Erişim tarihi: 24.08.2009)