



MENDEKOTASUNA ETA DESGAITASUNAREN EBALUAZIOA. Bi gizarte -zerbitzu desberdin eta osagarri. ZER DA BAKOITZA.

MENDEKOTASUN-EGOERAREN EBALUAZIOA

Nor izan daiteke mendekotasuna duen pertsona? Eguneroko bizitzako jarduerak burutzeko, hala nola, zaintza pertsonala, etxeko zereginak, mugikortasuna, orientazioa, edo zeregin errazak egiteko beste pertsona baten laguntza behar duten pertsona.

Beste pertsona baten beharra adinak, gaixotasunak edo desgaitasunak eragin dezake, baina desgaitasuna edo lanerako ezintasuna duten pertsona guztiak ez dira mendekoak.

Betiere, autonomia pertsonalaren galera pertsonalari buruz ari gara.

Zertarako eskatuko dut? Mendekotasuna duen pertsonaren eskubideak balioesteko.

Non eskatu daiteke? Pertsona erroldatuta dagoen lekuko Oinarrizko Gizarte Zerbitzuetan eskatzen da beti. Gehienez ere 2 hilabeteko epean ebazten da eta BFA da arduraduna.

DESGAITASUNAREN EBALUAZIOA

Nor izan daiteke desgaitasuna duen pertsona? Desgaitasunaren balorazioak egunero burutzen ditugun jardueran gorputz-adarren galera funtzionalak (fisikoa) edo edonolako adimen-narriadurak (psikiko) eragindako mugak barne hartzen ditu. Ez du zertan beste pertsona baten laguntza behar bere beharrak asebetetzeko.

*Desgaitasun-egoerak graduetan kalifikatzen dira garrantziaren arabera, eta ehunekoetan adierazten dira.

*Egoera iraunkorrak baloratzen dira, dagozkien tratamenduak amaitu ondoren.

*Desgaitasun-egoera larri batzuk kotizazio gabeko pentsioa edo Gizarte Segurantzaren prestazioa jasotzeko eskubidea izan dezakete.

*Mugitzeko arazo larriak dauzkaten desgaitasun-egoerek joan-etorriak errazteko abantailak (aparkalekua...) izan ditzakete.

Non eskatu daiteke? Zure Oinarrizko Gizarte Zerbitzuan edo BFA.

Informazio gehiago: deitu Mankomunitatera edo zure mediku edo erizainari.

Etxeko egokitzapenak:

- Lurzoruak lauak, irriska-gaitzak eta alfonbra gabeak izan behar dira. Egon ezkerro finkatu egin beharko dira.
- Eskailerak badaude seinaleztatu egin behar dira eta gaintitzen laguntzeko elementuak jarri.
- Ez da lurrean kablerik egon behar. Etengailu ugari egongo dira eta iluntasunean aurkitu ahal izatea komeni da.
- Heldulekuak palankazkoak izango dira.
- Pasilloetan esku-bandak jarri.



BAINUGELA

- “Monomando”-tipoko txorrotak.
- Bainuontzia dutxagatik aldatu.
- Hormaren bestelako kolorea duten heltzeko barrak.
- komuna 43 eta 45 cm-ko altueran. Ohiko komunitara moldatzen diren jasogailuak daude.
- Konketa gehienez 80 cm-ra eta ahal izanez gero oinarri eta armairurik gabe, gurpil-aulkiaren erabilera oztopatzen baitute.

Aulki edo jesarleku txiki bat erabili dutxa edo baineran. Garbitzeko lana erraztu eta jausteko arriskua txikiagoa izango da.



LOGELA

- Gurpildun altzariak kendu.
- Intentsitate txikiko argi konstantea erabiltzea gomendatzen da.
- Gau-mahaia ohea baino altuagoa eta ertz biribilduna izan behar da.
- Armairuan, altueran erregulagarriak diren baldak eta kolgadoreak jarri.

Ate korrederak armairuaren erabilera errazten dute

Aragoiko Gobernuak egindako eta utzitako materiala



SUKALDEA

- Asko erabiltzen diren tresnak erraz hartzeko moduan jarri.
- Sakonera gutxiko harraska. Atera daitezkeen dutxa-motako txorrotak gomendatzen dira.
- Bitrozamikazko plaka jarri.
- Autonomia errazteko produktu ugariak daude: pintzak, poto-irekigailua, heltzeko bereziak dituzten tresnak, eta mahai-tresnak...

Sukaldea moldatzeak pertsonaren autonomia mantentzen du mendekotasun-egoeran

Osasun egoera kontrola

- Ikusmena eta entzumena aztertu
- Botikak behar bezala hartu.
- Oinak zaindu.
- Dieta egokia.
- Familia eta gizartearen laguntza .



Presarik gabe, jarduera bakoitzak bere denbora eskatzen

Jarduera fisikoa suspertzea

- Egunero ariketa fisikoa egin.
- Ibilera trebatu: pausoa erregulatu, oinak altxatu, atzeraka ibili, eskailera igo eta jaitsi.
- Euskarriak behar baldin baditu (bastoia...).



Ariketak: indartu, oreka eta koordinazioa hobetzen ditu

Etxeko oztopoak kentzea

- Eskailera, bainugelak eta pasilloak eusteko lekuekin eta gauzez argiarekin.
- Lurzoru erregularra, alfonbrarik gabe
- Aulki eta ohe altuerak egokitu.
- Bainugelak eta ohean ez erortzeko barrak.



Etxe ordenatua etxe seguruagoa da

Zutitzea

- Eserlekuaren ertzean jarri.
- Eskuak beso-euskarrian jarri, edo beste azalera batean.
- Oinak bananduta, bat aurreratuta.
- Aurrerantz makurtu lepoa luzatuz, ipurmasailak altxatu eta esku biek beharantz bultzatuz zutitu.



KOMUNIKATZEKO TREBETASUNAK

Komunikazioak, gure harremanetan eta elkarbizitzan eragiten du. Mendekotasuna duen pertsonarekin komunikazio ona izateak bere autonomia sustatu eta isolamendua ekiditen du, mendekotasuna duen pertsonari ondo sentitzen eta lasaiago egoten lagunduz.



AHOLKU OROKORRAK

- Mendekotasuna duen pertsonaren alboan edo aurrean eroso eseri, beti pertsonaren begietara begiratu.
- Esaldi labur eta errazak erabili. Ez egin galdera bat baino gehiago jarraian, emaiouzu erantzuteko denbora.
- Interpretazioak ekiditeko aipatzen dituzun pertsona edo gauzen izenak esan beti.
- Zure keinuek bat etorri behar dute esaten ari zarenarekin. Bultza ezazu elkarrizketan parte hartu eta iritziak ematera.



- Arretaz entzun ezazu, ulertzen duzula erakutsi eta segurtasuna eman iezaiouzu.
- Hurbildu eta ukitze fisikoa izan pertsonarekin; eskutik heldu, laztandu...
- Interesatzen zaizkion hitz egiteko gaiak bilatu, egunerokotasunaz mintzatu, argazkiak berrikusi...

- Aurrean duzunak ulermen-arazoak baditu ere, pertsona heldu bati bezala hitz egin; ez tratatu umea balitz bezala. Ez da umea.
- Haserre bazaude, itxaron lasaiago egon arte hitz egiteko.



Busturialdeko Gizarte Zerbitzuen Mancomunidad de Servicios Sociales de Busturialdea



Osakidetza

ARRATZU BUSTURIA EA ELANTXOBE ERIO

