

Yaşlı Bakımı Konusunda Bilinmesi Gerekenler

Dünyanın gelişmiş ülkelerine baktığımızda yaşlı ve engellilerin bakımları konusunda başkentlerden tüm şehirler veya kasabalardaki yaşlı veya engellilere merkezi anlayışla bakım desteği verilmesi artık terkedilmiştir. Bunun yerine yerinde bakımın planlanması, verilmesi ve yönetilmesi ile ilgili yerel yönetimler görevlendirilmiştir. Burada yerel yönetimlerden kasıt belediyeler ve valiliklerdir.



Uzm. Dr. Sinan İbiş
Medikal Turizm Derneği
Başkanı

Yaşlı bakımı çoğu kere huzurevi bakımı olarak adlandırılır, birçok evrede yaşlı vatandaşların ihtiyaç ve taleplerini karşılamaya yönelik uzmanlaşmış bir bakımdır. Yaşlı bakımı aslında genel bir tanımdır. İçinde yardımcı ile yaşama, hemşire hizmetleri, günlük bakım, evde bakım ve hatta düşkünlerevi bakımı gibi unsurlar olabilir. Her ne kadar yaşlanma yaşlı bakımı düşündürüyor olsa da, genellikle çeşitli hastalıklar ve fiziksel limitlerdeki kısıtlamalar yaşlı bakımı konusunun tartışılmasına nedendir.

Yaşlı bakımı ne zaman gereklidir?

Yaşlı bakımı mutlaka olmalıdır diye bir durum söz konusu değildir. Bazen bazı yaşlı vatandaşlar hiç yardım ihtiyacı duymadan bağımsızca hayatlarının son dönemlerine

kadar yaşıyorlar. Ancak yaşlı bakımı sevdiğimiz insanın günlük hayatında sıkıntı yaşaması ile gündeme geliyor. Örneğin unutkanlık, yıkanma, alışveriş yapma, giyinme, araba kullanma, yemek yapma vb.

Genel sağlık koşullarında bozulma yaşlı bakımına giriş için itici güç olur. Çünkü günlük aktivitelerin bağımsızca yapılmasını engelleyici bir tehdit oluşmuştur. Örneğin ihtiyarlık yavaş yavaş gelirken, daha önce ilacını almayı unutmayan biri unutarak yaşamında zorluk yaşamaya başlar. Görme bozukluğu, sevdiğiniz kişinin evde rahat hareket etmesini kaybediyor olduğunun göstergesi olabilir. Veya gelişmiş artrit (eklem hastalığı) yardımınız olmadan banyoya giremeyeceğinin bir göstergesi olabilir. Kalça kırığı ya da yeni oluşan bir inme gibi bir durum var ise, yaşlı bakımına ihtiyaç aynı zamanda çok hızlı da gelişebilir.



Sabit olan ise şudur...

Yaşlı bakımı sağlık koşulları (fiziksel, bilişsel ya da duygusal) günlük yaşam aktivitelerinin yapılmasını engellediği durumlarda ihtiyaç duyulabilir. Akrabalar ya da, doktor yaşlı bakımı gerekliliğini ilk tespit edenlerdir. Ama yaşlı bakımının tipi sevdiğiniz kişinin sağlık durumu, yaşam şartları ve yaşadığı sıkıntılar ile bağlantılıdır. Aile bireyleri ve medikal takımın günlük aktivitelerin yarımsız yapılması konusunda yaşanan değişiklikleri yakın gözlemlenmesine bağlıdır. Birçok farklı dikkat çekici işaretler yardım ihtiyacını gösterebilir.

Dikkat edilmesi gereken uyarı işaretleri...

- Fiziksel problemler
- Anormal yürüyüş, denge sorunları

- Duyusal konular (duymada azalma, görmede ya da tatmada azalma)
- Kronik sağlık konuları (diyabet, kalp hastalıkları, artrit)
- Kalıcı ya da geçici fiziksel limitlerdeki kısıtlanma ki kişinin günlük işlerini aksatabilme olasılığı oluşur
- Bilişsel problemler
- Kafa karışıklığı
- Hafıza kaybı
- Dikkat problemi
- Zamanında ilaçları almayı unutma
- Konuşma problemleri
- Demans
- Duygusal problemler
- Depresyon

- Sosyal geri çekilme
- Yalnızlık
- Kişilik değişiklikleri (saldırganlık, alınganlık, aşırı hassasiyet, karpisli olmak vb.)
- Aktivitelere karşı ilgi kaybı

Fiziksel problemler...

Kronik sağlık problemleri genellikle insanlar yaş aldıkça ve daha önceleri yaptıkları aktiviteleri yapamadıkça gelişir. Vücutları gittikçe daha kırılabilir, daha katı ve daha az dirençli olur. Kronik hastalıklar daha başka hastalıkların oluşmasına ya da ikincil bozukluklara neden olabilir. Hastalıkla bağlantılı fiziksel bozulmaların takibi kolay olabilir ya da gizli de kalabilir. Örneğin glokom



hastası olanlar fiziksel olarak bozuk görünmeyebilir ancak görmede kayıp, ciddi anlamda düşme ve yaralanmalara neden olabilir.

Sevdiğiniz kişinin fiziksel bozukluğunu bildirmemiş olması, bakıma ihtiyacı olmadığını göstermez. Bu yüzden belirli aralıklarla bütünsel

bir fiziksel tarama (görme ve duyma dahil) bütünsel bir sağlık planı için önemlidir.

Bilişsel problemler...

Hafif bilişsel problem yaş ilerledikçe her ne kadar kabul edilebilir olsa da, bazı problemler güvenli ve bağımsız hayatı tehdit edebilir. Bilişsel problemler hafıza problemlerine, dil problemlerine neden olabilir, karar vermeyi engelleyebilir ve duyguları adlandırmayı zorlandırabilir. Bunlar söylenecek birkaç örnektir. Hafif demans yaşlı bakımı gerektirebilir, ancak gelişen demans birçok emniyet tedbirini gündeme getirir.

Duyusal problemler...

Sağlıkta düşüş trendi, yakının kaybı, daha önceden zevk alınarak yapılan şeylerin yapılamaması, önemsizlik hissi sevdiğiniz kişinin duygusal



problemler yaşamasına neden olabilir. Duygusal problemler kendini birçok şekilde gösterebilir. Sevdiğiniz kişi, sosyal olarak uzaklaşabilir, huysuz olabilir hatta intihar teşebbüsünde bulunabilir. Birçok yetişkin insan duygusal problemlerin önemini reddeder. Bu doktorların ve aile bireylerinin gözlemlerinin önemini arttıran bir etkidir.

Yaşlı bakımı konusu ne zaman tartışılmalıdır...

Yaşlanma döneminde kişisel değişiklikler fark edildiği an yaşlı bakımı gündeme gelmelidir. Yardım almayı geciktirme ya da duraklatma sevdiğiniz kişinin sağlığını ve güvenliğini tehlikeye sokabilir. Aile üyeleri sevdikleri yaşlı bireylerle birlikte yaşamlarını sürdürmek için şu soruların cevaplarını aramalıdır;

- Hemen ve uzun dönemli güvenlik için hangi tip bir bakıma ihtiyaç var?
- Hangi tip bakımlar mevcut?
- Bakım alınması için hangi tip servisler var?
- Günlük yaşantıda gerçekleştirilecek düzenlemeler durumu düzeltmeye yeterli mi, yoksa profesyonel yardım mı gerekiyor?
- Bakım evde sağlanabilir mi ya da başka bir organizasyona gitme opsiyonu mu daha iyi olur?
- Finansal kısıtlamalar neler?

Yaşlı bakımı konusunda yerel yönetimlerde roller...

Dünyanın gelişmiş ülkelerine baktığımızda yaşlı ve engellilerin bakımları konusunda başkentlerden tüm şehirler veya kasabalardaki yaşlı veya engellilere merkezi anlayışla bakım desteği verilmesi artık terk edilmiştir. Bunun yerine yerinde bakımın planlanması, verilmesi ve yönetilmesi ile ilgili yerel yönetim-



ler görevlendirilmiştir. Burada yerel yönetimlerden kasıt belediyeler ve valiliklerdir.

Bakım hizmetlerinin yaşlıların yaşam noktalarında verilmesi öncelikli belediyelerin görevidir. Belediyeler yaşlıların sosyal ihtiyaçları, bakım destekleri ve yaşama entegrasyon ile ilgili birçok konuda yaşlıları ve engellileri desteklerler. Valilikler ise illerinin sınırları içerisinde bakım hizmetlerinin verilmesine yönelik olarak hükümet bütçesinden ayrılan payın belediyelere aktarılması ile belediyelerin sorumluluk alanlarındaki hizmetleri eksiksiz yerine getirip getirmediğini denetlerler. Ayrıca hizmet sunumlarına yönelik gerekli planlamaları belediyeler ile işbirlikleri yaparak yönetirler.

Merkezi hükümet ise gerek yasal, gerek ekonomik, gerekse de planlama çerçevelerinde illerdeki yerel yönetimleri desteklerler. Ayrıca sosyal güvenlik kurumu ile yaşlı veya engellilerin ihtiyaçlarının karşılanmasına yönelik gerekli politikaları ve çalışmalarını tamamlarlar, alınan kararları uygulamaya koyarlar. Şu an ülkemizde yaşlı veya engellilerin ihtiyaçlarının devlet tarafından karşılanmasında sosyal güvenlik şemsiyesinin sağladığı destekler son derece yetersizdir.

Ülkemizde sosyal dezavantajlı bireylere bakım desteklerinin verilmesine yönelik olarak yerel yönetimlerin ve sosyal güvenlik kuruluşunun rollerin geliştirilmesinde gerekli yasal mevzuatların biran evvel güncellenerek uygulamaya koyulması son derece ivedidir ve önemlidir.

