**Stále jdeme kupředu – aneb bazální stimulace u nás v Domově**

V Novém domově, příspěvkové organizaci neustále pracujeme na zvyšování kvality poskytovaných služeb. V roce 2019 jsme již potřetí obhájili Certifikát Vážka, který uděluje Česká alzheimerovská společnost a znovu jsme tak dokázali, že splňujeme náročná kritéria, kladená na kvalitu péče o osoby s demencí. U uživatelů se snažíme o maximální fixaci ještě zachovaných dovedností, aby si co nejdéle udrželi pocit vlastní důležitosti a důstojnosti svého života. Personál podporuje uživatele při samostatném zvládnutí běžných činností, jako je umývání, oblékání, prostírání k jídlu, příprava kávy a další, aby si tyto dovednosti a schopnosti uživatelé zachovali co nejdéle. Naši zaměstnanci jim činnosti slovně popisují, v případě potřeby předvádějí „jak na to“. K uživatelům přistupují s velkou empatií, jsou přátelští a především trpěliví, na uživatele nespěchají, dopřávají jim tolik času, kolik potřebují. Jsou vnímaví k jejich potřebám a při kontaktu s nimi udržují oční kontakt a využívají adekvátní doteky. Samozřejmostí je důstojný přístup, vykání a oslovování pane/paní.

Při péči a podpoře našich uživatelů využíváme také stále více prvků **konceptu Bazální stimulace** a v tomto směru zajišťujeme i školení našich zaměstnanců. Ostatní neproškolený personál seznamujeme s konceptem a prvky Bazální stimulace tak, abychom poskytovali jednotnou péči.

Bazální stimulace je vědecký pedagogicko-ošetřovatelský koncept, jenž podporuje komunikaci, vnímání a pohybové schopnosti člověka. Jedná se o ošetřovatelskou péči, která se využívá u osob se změnami v oblasti hybnosti a vnímání. U člověka dochází vlivem úrazu mozku, nemoci, demence, nebo třeba dlouhodobého upoutání na lůžko ke změně vnímání vlastního těla. Tato změna se projevuje ztrátou představy o vlastním těle, jako celku, nebo o jeho jednotlivých částech. Důsledkem toho je slábnoucí uvědomování si vlastní osoby, což přirozeně vede k nejistotě, úzkosti, depresi, nebo k agresi. Každý člověk vnímá pomocí smyslů a smyslových orgánů. Podněcováním základních smyslů se snažíme, aby uživatel alespoň částečně vnímal své tělo, okolí, popřípadě aby se nám alespoň částečně podařilo navázat s ním jednoduchou komunikaci. Prvky Bazální stimulace využíváme v našem Domově zejména u uživatelů nepohyblivých, nebo se změnami v hybnosti, dále u uživatelů s demencí, po cévní mozkové příhodě, nebo v terminálním stádiu nemoci. Díky tomuto způsobu péče můžeme lépe pochopit potřeby uživatele, zmírnit jeho bolest, nebo zlepšit spánek, napomáhá nám k celkovému zlepšení stavu uživatele.

Mezi prvky Bazální stimulace, které využíváme v našem Domově, patří **somatická stimulace**. Jejím základem je dotek, který by měl být klidný, pevný, zřetelný, ale zároveň přiměřený. Takové doteky poskytují uživateli jistotu, umožňují orientaci a navozují příjemný pocit bezpečí. Při manipulaci s uživatelem a při dotecích se snažíme minimalizovat pro uživatele nepříjemné úkony a proto sledujeme nejen jeho chování, ale i neverbální komunikaci, jako jsou například výrazy tváře, gesta, nebo svalové napětí či pravidelnost dýchání. Pozorně sledujeme uživatele, na co nejlépe reaguje, co je mu příjemné. Necílené a nečekané doteky vyvolávají pocity strachu a nejistoty, také mohou uživatele vylekat, přicházejí-li nečekaně. Z toho důvodu u osob se sníženým stupněm vnímání stanovujeme **iniciální dotek**, kterým dáváme uživateli najevo, kdy naše přítomnost a činnost u něj začíná a kdy končí. Místo iniciálního doteku je u uživatele voleno individuálně na základě biografie, zpravidla se jedná o dominantní ruku, nebo rameno. Důležité pro naplánování odpovídající péče je nastavení dobré spolupráce s rodinou a přáteli, kteří nám pomáhají i s tvorbou biografické anamnézy svých blízkých, jež je pro individuální plánování služby zásadní. Iniciální dotek máme spolu s oslovením zaznamenán a umístěn na viditelném místě u lůžka uživatele a využívají jej všichni naši pracovníci a členové rodiny před započetím přítomnosti u uživatele a také po jejím ukončení. Dále ze somatické stimulace využíváme masáž těla, celkovou či částečnou somatickou **zklidňující koupel**, **masáž stimulující dýchání** a **polohování**, kdy využíváme polohu **hnízdo** a **mumie**, které u uživatele navozují pocity bezpečí a jistoty, zprostředkovávají mu vjemy z jeho těla a celkově mu umožňují vnímat hranice vlastního těla. Využíváme i **mikropolohování**, kdy za pomoci např. srolovaných ručníků, nebo polohovacích pomůcek provádíme malé změny polohy. Polohováním také stimulujeme vestibulární aparát, tedy smyslově rovnovážné ústrojí. Také používáme **asistovanou péči**, kdy přidržujeme uživateli ruku a vedeme ji, aby si mohl například obličej umýt svou rukou.

Koncept Bazální stimulace se snaží použít vše, co se dá využít z dřívějšího, běžného života uživatele. Čerpá z jeho každodenních zvyklostí, zájmů, oblíbených pokrmu či nápojů, potřeb, dřívějšího zaměstnání, ale také z jeho neoblíbených činností, pokrmů atd., kterým se snažíme následně vyhnout a kontakt s nimi minimalizovat. V péči o uživatele využíváme také nástavbové prvky Bazální stimulace. Ke **zrakové stimulaci** se například snažíme zajistit podnětné prostředí uživatelů. Své pokoje mívají vybavené například fotografiemi rodiny, květinami, obrázky, někteří mají své povlečení, oblíbené polštářky, hrnečky, či sošky. Mají okolo sebe předměty, na které jsou zvyklí, vyvolávají pocit bezpečí a jistoty. Také mohou mít svou televizi, či rádio, kde si pouští své oblíbené pořady, nebo poslouchají oblíbenou rádiovou stanici. **Sluchovou stimulaci** realizujeme nejen pomocí rozhovoru, vyprávění, nebo předčítání, ale také za pomoci poslechu oblíbené hudby uživatele, či hudbou produkovanou přímo v jeho pokoji, hraním na hudební nástroj či zpěvem. K tomu využíváme zejména muzikoterapii. Úzce spolu souvisí i chuťová a čichová stimulace. U **chuťové stimulace** stimulujeme rty a chuťové buňky uživatele a to za pomocí podávání kousků preferovaného jídla, jako například ovoce či čokolády, nebo mixovaného jídla podávaného po lžičkách. Využíváme také oblíbené nápoje, ať už se jedná o kávu, džus, pivo, vaječný likér a další. Vůní oblíbeného ovoce, jídla či nápoje také stimulujeme paměťové dráhy člověka. Vůně mu mohou například připomenout Vánoce, nebo určitou situaci a vyvolat tak pozitivní vzpomínky. K **čichové stimulaci** také využíváme oblíbené vůně, například sprchového gelu, šampónu. **Hmatovou stimulaci** podněcujeme tím, že vkládáme do rukou uživatele známé a oblíbené předměty, také předměty osobní hygieny, předměty spojené se zaměstnáním, zájmy, koníčky a podobně. Může se jednat například o hrníček, žínku, či knihy, nebo noviny, které uživatel dříve rád četl. Všechny stimulace základních smyslů jsou u našich uživatelů ryze individuální a vycházejí z jejich života. V praxi to znamená, že u každého jedince pracujeme s tím, co má rád, jaké se mu líbí vůně, jaké preferuje chutě, či hudbu, zda je pravák, nebo levák, jak vidí, slyší, kde pracoval, na co rád vzpomíná a podobně. Snažíme se zohlednit jedinečnost každého uživatele s ohledem na jeho historii, zkušenosti, schopnosti, věk a zdravotní stav.

Mgr. Lucie Betíková

Mgr. Helena Waclawiková