PREVENCIA SYNDRÓMU IMOBILITY U SENIOROV

Alena Dziacka
Trnavská univerzita v Trnave, Fakulta zdravotníctva a sociálnej práce,
Katedra ošetrovateľstva

Klasifikácia imobility

Imobilitu chápeme ako neschopnosť pohybu organizmu vo voľnom priestore. Môžno ju klasifikovať do troch stupňov rozdelených podľa ochorenia a liečebného režimu následovne (Osacká, 2007):

Prechodná - krátkodobá záležitosť, patrí sem napr. horúčkovité stavy, stavy po operáciách, kedy po nutnom krátkodobom pokoji na lôžku a obvyklej rehabilitácii nedochádza k rozhodným zmenám organizmu.

Dlhodobá - vzniká väčšinou po závažnom chronickom ochorení alebo polytrauma a môže spôsobiť rôzne komplikácie a sekundárne zmeny z nedostatku pohybu.

Trvalá - ide o stav, kedy po úraze alebo závažnom ochorení nastane porucha motorických funkcií rôzneho rozsahu, a následne vzniká trvalá imobilita.

Osacka (2007) na základe **rozsahu obmedzenia mobility** pacienta rozdeľuje imobilitu do 4 stupňov:

1. stupeň - pacient nie je schopný vykonávať žiadne aktivity.
2. stupeň - veľmi obmedzená mobilita napr. pacient s akútnou bolesťou.
3. stupeň - mierne obmedzená mobilita, pacient je do určitej miery samostatný.
4. stupeň - plná mobilita, pacient je schopný vykonávať pohyby v plnom rozsahu.

Definícia mobility

„Funkčný stav, pri ktorom človek nie je schopný voľného, rytmického a účelného pohybu, v dôsledku čoho je pripútaný na lôžko alebo odkázaný na invalidný vozík. Imobilita nepriaznivo ovplyvňuje všetky systémy ľudského tela, čo spôsobuje komplikácie, ktoré môžu ohroziť život chorého" (Poledníková, 2005).

Prejavy syndrómu imobility

Uloženie klienta na lôžko a jeho imobilita je spúšťačom celej rady procesov, ktoré komplexne označujeme ako imobilizačný syndróm. Ja to klasický geriatrický syndróm, často je prejavom závažne poškodeného úpadku duševných schopností, akútneho zhoršenia zdravotného stavu alebo terminálnej fázy geriatrickej krehkosti (Kalvach, 2008).

Imobilizačný syndróm

Podľa Hermanovej (2008) je imobilizačný syndróm fyziologickou odpoveďou na imobilizáciu pri dlhodobom alebo trvalom pripútaní na lôžko. Už počas krátkodobého pripútania na lôžko sa začínajú prejavovať zmeny v pohybovom a kardiovaskulárnom systéme a v neskoršom období v orgánových systémoch. Výrazné patologické zmeny jemne sledovať už počas prvých 7 - 10 dní imobilizácie.

Na stratu pohybovej aktivity reagujú všetky orgánové systémy, a v dôsledku toho sa imobilizačný syndróm prejaví na viacerých systémoch organizmu.

Prevencia syndrómu imobility

- starostlivosť o dostatočný príjem kvalitnej potravy ako prevencia malnutrície a nutričných deficitov,
- motivačná a psychoterapeutická podporak zachovaniu sociálnych kontaktov brániacichizolácii, osamelosti, rezignácii,
- pohybová aktivita k udržovaniu svalovej sily, obvodu dolných končatín, minimalizácia pohybových obmedzení pri akútnych ochoreniach,
- pravidelná fyzioterapia k odstraňovaniu svalových dysbalancií a zachovaniu vhodných pohybových stereotypov,
- ovplyvňovania muskuloskeletálnej bolesti, aby nebránila pohybovým aktivitám a nepodsúvovala rezignáciu s depresívnym laterním,
- posilňovanie stability s prevenciou pádov a strachu z nich,
- prevencia aterosklerózy a jej podmienených klinických záťažiť,
- pravidelné hodnotenie funkčného stavu (Kalvach, 2008).

Záver

Preventívne opatrenia zohrávajú výrazný úlohu v boji proti geriatrickému syndrómu, s čím významne súvisí aj spokojnosť geriatrických pacientov s kvalitou života. Každý senior je jedinečnou bytosťou, ktorá je výsledkom vzájomného pôsobenia kultúrnych, biologických a individuálnych potenciálov vlastného životopočas dlhých desiatok rokov (Potaškové, 2004).

Literatúra

- HERMANOVÁ M. et al. 2008. Ošetrovanie kožných a pečeňových chorôb. - Martin: Osvetový ústav. Ošetrovateľstvo a habilitácia dospelých. ISBN: 978-80-7101-2-7-8.
- KALVACH Z. a kol. 2008. Geriatrické syndromy a geriatrický pacient. Praha: Grada, 2008. 208 s. ISBN: 978-80-247-2360-4.
- MUSILOVÁ M. – BARNÁŠOVOVÁ A. 2008. Interní ošetřovatelství II. Praha: Grada, 2008. 216 s. ISBN: 8024717778.
- OSACKÁ P. a kol. 2007. Teórie a postupy v ošetrovateľstve. Bratislava: JLF UK, 2007. 600 s. ISBN: 978-80-89186-08-0.
- POLEDNÍKOVÁ L. a kol. 2005. Ošetrovanie a geriatrické ošetrovateľstvo. Martin: Osvetu, 2005. 216 s. ISBN: 80-8063-0-08-1.
- POTAŠKOVÁ A. 2004. Kvalita života dospelých. Geriatrické pracovníčky (CD-ROM) In: Psychologické dimenzie kvality života starších a staroobyvateľov v XXI. st. - 25. 10.2004 v Prešove. Prešov: Prešovská univerzita, 2004. s. 88 - 97.