

1. UVOD

Starost je na neki način uvijek i u svim društvima bila tabu tema. Međutim, to je ne samo biološka, već i kulturološka činjenica koju je nemoguće zaustaviti, ali ju je zato moguće pokušati usporiti. Starost nije bolest, kako se to nekada govorilo. Proces starenja nezadrživi je biološki proces koji završava starenjem, a sastoji se u tome da dolazi do gubitka regeneracionih sposobnosti tkiva.

Nije lako odrediti granicu od koje bismo mogli govoriti o organizmu starije dobi. Još uvijek se u razmatranje uzima dobna granica od 65 i više godina. Svjetska zdravstvena organizacija gleda na starost kao na sveukupnog fizičko, mentalno i socijalno stanje, a ne samo kao stanje slabosti i češće prisustvo bolesti.

Vjerojatno bi svaki čovjek želio doživjeti dug i zdrav život, no da bi se ta želja ostvarila, uz očuvanje fizičkog i psihičkog zdravlja potrebno je još od mladosti voditi zdrav način života, bez štetnih navika, uz zdravu prehranu i upražnjavati fizičke aktivnosti u skladu s mogućnostima. Društvene promjene koje se u nas događaju uzrok su mnogobrojnim psihološkim i socijalnim traumama, koje izravno utječu na psihičko zdravlje pojedinca, a osobito na stariju populaciju.

Zbog narušenog zdravlja starije su osobe, znatno više od drugih ljudi, upućene na češće korištenje zdravstvenih usluga i lijekova, u čemu su im dužne pomagati mlađe osobe. Stare su osobe svojedobno dale svoj doprinos mlađim generacijama i cjelokupnom društvu, stoga je dužnost svih nas pomoći starim i nemoćnim ljudima da što duže održe svoje zdravlje. Tako dolazimo do pojma zdravstvene njege starijih osoba, koju nazivamo gerontološkom zdravstvenom njegom. Stručnu pomoć za održavanje zdravlja starih i nemoćnih ljudi pruža medicinsko osoblje – medicinske sestre.

Djelatnost medicinske sestre u zdravstvenoj njezi starijih osoba zahtijeva poseban pristup u zadovoljavanju potreba i rješavanju problema treće životne dobi. Prema V. Henderson, definicija zdravstvene njege glasi: „Uloga medicinske sestre je pomoć pojedincu, bolesnom ili zdravom, u obavljanju aktivnosti koje doprinose zdravlju ili oporavku (ili mirnoj smrti), a koje bi obavljao samostalno kada bi imao potrebnu snagu, volju ili znanje. Pomoć treba pružiti na način koji će doprinijeti što bržem postizanju njegove samostalnosti“¹.

¹ Henderson, V.: *Osnovna načela zdravstvene njege*, Hrvatska udruga za sestrinsku edukaciju, Zagreb, 1994., str. 4.

Medicinska sestra se više bavi cjelokupnom pacijentovom reakcijom na neki zdravstveni problem, nego samim problemom. Nastoji ublažiti fizičku bol i psihičke patnje, a kad je to moguće, i spriječiti dodatne komplikacije. Njega se temelji na suosjećajnosti, a to podrazumijeva strpljivo slušanje o tjeskobama, strahovima, te pružanje emocionalne podrške i utjehe. Kada je bolesnik na umoru zadaća je medicinske sestre pomoći mu da se sa smrću suoči sa što manje tjeskoba i što je moguće dostojanstvenije.

Važne osobine medicinske sestre u zdravstvenoj njezi starijih osoba jesu: suosjećajnost, nesebičnost, obzirnost, strpljivost, savjesnost, profesionalnost, samopožrtvovnost, posjedovanje razine stručnog znanja, moći zapažanja, suradnja s pacijentima i radnim kolegama, prilagodljivost bez predrasuda, ljubav prema ljudima i istinska želja pomagati im. Uloga sestre u zdravstvenoj skrbi starijih osoba važna je i nezamjenjiva.

Proces zdravstvene njege starijih ljudi ima iste faze kao i njega ostalih kategorija bolesnih ljudi. Autori Lj. Broz, M. Budisavljević, S. Franković i suradnici kažu da „najprije treba utvrditi potrebe starijih ljudi promatranjem, prikupljanjem podataka, provedbom intervjua, analizom podataka, pregledom dokumentacije. Zatim slijedi definiranje problema (sestrinska dijagnoza) i utvrđivanje prioriteta. Nakon postavljanja ciljeva planiraju se intervencije, način rada i način provjere uspješnosti“².

U samom procesu starenja postoje individualne razlike, pa tako i zdravstvena njega treba biti prilagođena individualno bolesniku, njegovim problemima i uzrocima problema. Znači da će potpuno iste dijagnoze zahtijevati različite postupke u njezi pojedinca, ovisno o obrazovanju, inteligenciji, motivaciji, vjeri, itd.

Kako navodi Gordana Fučkar, potrebno je provoditi načela zdravstvene njege, a to su:³

„- **usmjerenost na pacijenta** – plan zdravstvene njege izrađuje se za svakog posebno na osnovi utvrđenih potreba. Ovdje je naglašena važnost postignutog, a ne učinjenog i teži se ka cjelovitom zbrinjavanju svakog pojedinca;

- **pacijent – subjekt u procesu zdravstvene njege** – pacijent je aktivni sudionik u svim fazama zdravstvene njege, sukladno svom stanju, znanju i sposobnostima;

² Broz, Lj.; Budisavljević, M.; Franković, S. i sur.: *Zdravstvena njega neuroloških infektivnih, te starijih osoba*, Školska knjiga, Zagreb, 2001., str. 102.

³ Fučkar, G.: *Proces zdravstvene njege*, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu, Zagreb, 1992., str. 59.