

49980: Introduktion til arbejdet på plejecentre og i hjemmeplejen

Inspirationsmateriale til undervisningen

Udviklet af:

Lisbeth Førriisdahl

Underviser, Sygeplejerske

SOSU-Østjylland

Email: lf@sosuoj.dk tlf. 20135216

1. Uddannelsens sammenhæng til jobområde (FKB)

Moder-FKB:

2222 Ældrepleje, sygepleje og sundhed i kommunalt regi

Endvidere tilknyttet følgende af FEVU's FKB'ere:

2223 Socialpsykiatri og fysisk/psykisk handicap

Arbejdsfunktioner

Sundhedsvæsenets primær sektor

Deltagerforudsætninger

Uddannelsen henvender sig til faglærte og ufaglærte medarbejdergrupper uden en sundhedsfaglig uddannelse. Det kan fx være voksne som via jobcenter ønsker uddannelse eller arbejde i primærsektor eller voksne/studerende som ansættes i ferie/weekend vikariater. Deltagerne forventes at kunne tale, læse og forstå dansk, samt være indstillet på brug af PC/IPAD i undervisningen.

Relevante uddannelser at kombinere med

[40125 Rehabilitering som arbejdsform](#)

[42673 Personer med demens, sygdomskendskab](#)

[42690 Praktisk hjælp til ældre](#)

[42834 Anerkendende kommunikation i omsorgsarbejdet](#)

2. Ideer til tilrettelæggelse

Det tilstræbes at der arbejdes med udgangspunkt i deltagerens egen viden og erfaring, idet deltagerne vil have forskellige forudsætninger for at deltage på kurset. Der kan være deltagere som har en uddannelse og et langt arbejdsliv bag sig, lige som der kan være deltagere der endnu ikke har prøvet at være på arbejdsmarkedet.

Det kan være en fordel at bruge videoer for at skabe en fælles forståelse af, hvad primær sektor er, og hvordan det kan opleves at blive fysisk og psykisk ældre.

Undervisningen kan tilrettelægges med oplæg, dialog og refleksion i grupper. Dele af undervisningen kan med fordel foregå i et færdighedslaboratorie/sengestue, hvor der kan arrangeres simulationsøvelser.

Fordi dagene for nogen er lange (8-15.) kan koncentrationen og motivationen være dalende sidst på dagen. Det kan tilstræbes, at deltagerne sidst på dagen laver fx praktiske øvelser, gruppearbejde, walk-and-talk, simulationsøvelser.

Undervisningsmaterialer faciliteres via læringsplatforme såsom ITS-Learning el TEAMS, idet der kan forventes af deltagerne ude i praksis, at de kan anvende IT-redskaber. Deltagerne kan med fordel opfordres til at medbringe egen PC/IPAD og IT-support på dag 1 kan overvejes.

Idet prøveformen er et mindmap, kan man med fordel starte hver morgen med fælles mindmap på tavlen, som en repetition af gårsdagens undervisning. På den måde bliver prøveformen genkendeligt for deltagerne.

Dagen kan afsluttes med individuel refleksion over, hvad man tager med sig fra dagens emner.

Et eksempel på fordeling af temaer, kan ses i nedenstående ugeskema:

| Dag 1 | Dag 2 | Dag 3 | Dag 4 | Dag 5 |
|---|---|--|---|---|
| Velkomst | Opsamling på dag 1 via fælles mindmap på tavlen | Opsamling på dag 2 via fælles mindmap på tavlen | Opsamling på dag 3 via fælles mindmap på tavlen | Opsamling på dag 4 via fælles mindmap på tavlen |
| Gensidig præsentation | | | | |
| Forventningsafstemning | | | | |
| Uddannelsens opbygning – mål, indhold inkl. prøve | Tema 2: Etik og kommunikation | Tema 3: Aldringens betydning for borgerens kognitive og psykiske funktionsniveau | Tema 3: borge- ren med en de- menssygdom | Tema 5: Obser- vationer og vide- regivelse af ob- servationer |
| Intro til IT – læ- ringsplatform | | | | |
| Evt. Gruppedan- nelse | | | | Casearbejde Dag 5. |
| Tema 1: Intro- duktion til | | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|----------------|
| arbejdet i primærsektor | | | | Vis kvalitet |
| Frokost | Frokost | Frokost | Frokost | Frokost |
| Tema 1 fortsat | Tema 2 fortsat | Tema 3 fortsat. | Tema 4: Hygiejne og ergonomi | Prøve |
| | Casearbejde Dag 2 | Øvelser i sengestue eller færdighedslab: hjælp til at spise og drikke | Casearbejde Dag 4 | Afslutning |
| Casearbejde Dag 3 | | | | |
| Logbog: Hvad er det vigtigste du har lært i dag? Hvilken betydning tror du det vil have for dit møde med en borger? | Logbog: Hvad er det vigtigste du har lært i dag? Hvilken betydning tror du det vil have for dit møde med en borger? | Logbog: Hvad er det vigtigste du har lært i dag? Hvilken betydning tror du det vil have for dit møde med en borger? | Logbog: Hvad er det vigtigste du har lært i dag? Hvilken betydning tror du det vil have for dit møde med en borger? | |

3. Temaer

Temaoversigt

- Tema 1: Introduktion til arbejdet i primærsektor
- Tema 2: Etik og kommunikation i mødet med borgeren
- Tema 3: Aldringens betydning for borgerens kognitive og fysiske funktionsniveau
- Tema 4: Hygiejne og ergonomi
- Tema 5: Observationer og videregivelse af observationer

Opsummering: Det anbefales at man i hvert eksempel/case der bruges i ugens løb, altid medtager tema 2: etik og kommunikation med borgeren. Derudover ansues tema 3 at fylde mest.

Tema 1: Introduktion til arbejdet i primærsektor

- Emne 1: Hvilke erfaringer og viden har deltagerne om primærsektor? Kender de nogen som får/har fået hjælp? Hvis deltagere kommer fra andre kulturer – hvad kan evt. være forskelligt i plejen af og synet på ældre?
- Emne 2: Hvordan er dagligdagen i arbejdet i hjemmepleje og på plejehjem? – fx filmklip
- Emne 3: Hvem møder man i arbejdet i primær sektor? Giv eksempler på borgere som har brug for hjælp, og hvilken hjælp de har brug for. Unge/ældre, borgere som har brug for midlertidig hjælp efter fx operation, borgere med en kronisk sygdom, borgere med en psykisk diagnose, enlige/par, rene hjem/mindre rene hjem, syg ægtefælle i hjemmet, hvor der også bor rask ægtefælle, borgeren som har en demenssygdom. Formålet er at forberede deltagerne på at møde mennesker med forskellig livsførelse og forskellige livssituationer, som indløb til tema 2.
- Emne 4: Hvem samarbejder man med i primær sektor? SSA, SSH, praktiserende læge, sygeplejerske, ergoterapeut, fysioterapeut, diætist, køkkenpersonale, rengøringspersonale, pårørende evt. flere?
- Emne 5: Viden om tavshedspligt, borgerens selvbestemmelsesret og lov om delegering til medhjælp
- Emne 6: Introduktion til skolens IT-plattform. Formål er at hjælpe deltagerne i gang med at få basisviden om IT, idet der er behov for basal IT-viden i arbejdet i primærsektor, idet praksis efterspørger det.

Tema 2: Etik og kommunikation i mødet med borgeren

- Emne 1: Hvad er etik og omsorg? Magtens asymmetri i forholdet mellem omsorgsmottager og omsorgsyder. Her kan man give eksempler på, hvor en borger mødes med omsorg/ikke mødes med omsorg (fx uddrag fra bogen "Etik i hjemmeplejen" af Dorthe Brix). Måske har deltagerne selv nogle erfaringer?
- Emne 2: Kommunikation – hvad er aktiv lytning, og hvordan gør man? Her kan man med fordel lave kommunikationsøvelser 3 og 3 – 1 som fortæller, 1 som lytter aktivt, 1 som observerer. Forståelseskontrol som metode.
- Emne 3: At man som professionel er gæst i andres hjem. Hvordan kommer man ind til en borger, hvordan hilser man? Hvad siger man/hvad siger man ikke? Brug af humor eller ej? Her kan man bruge teorien om de 3 P'er (privat, personlig, professionel).

Tema 3: Aldringens betydning for borgerens kognitive og psykiske funktionsniveau

- Emne 1: Hvad vil det sige at være sund? Introduktion til det smalle/brede sundhedsbegreb, samt teori om mental sundhed oplevelsesdimension/funktionsdimension. Begrebet livskvalitet kan inddrages.
- Emne 2: den normale aldring: biologisk, psykisk og social. At nogle sygdomme er associeret med alder såsom slidgigt, hjerte/karsygdomme, demens. En forståelse for langsommelige bevægelser/reaktionsevne (kognitiv svækkelse og fysisk svækkelse), viden om vandladningsproblemer og UVI, borgere med nedsat syn, borgere med nedsat hørelse. At have fokus på det som borgeren kan/borgerens ressourcer.
- Emne 3: Ernæring og hjælp til at spise/drikke.
- Emne 4: Kort introduktion til hvad demenssygdomme er, og tegnene derpå. OBS at diagnosen demens ikke er kendt i alle kulturer. Søge at skabe forståelse for borgeren som har en demensdiagnose evt. ved brug af filmklip, således deltagerne får en forståelse for, hvorfor borgeren reagerer/siger som borgeren gør og ikke bliver bange for borgeren.

Tema 4: Hygiejne og ergonomi

- Emne 1: Håndhygiejne og brug af forklæde – hvornår og hvordan.
- Emne 2: rengøring og tøjvask i hjemmet – hvilken rækkefølge og hvorfor. Der kan med fordel bruges elementer fra e-learning program for SSI ”Værd at vide om hygiejne i primærsektor”.
- Emne 3: hygiejne når du anretter mad til borgeren
- Emne 4: ergonomi i forhold til arbejdsstillinger: hjælpe borgeren ud af seng, hjælpe borgeren til at rejse sig op, hjælpe borger til på- og afklædning af tøj, arbejdsstillinger ved rengøring. Dette kan med fordel øves i sengestuer.

Tema 5: Observationer og videregivelse af observationer (en opsamling på ugen)

- Emne 1: Hvad kan tegnene være på ændret adfærd hos kendt borger? Fx ansigtsfarve, evne til at tale, ændret lugt, tegn på dehydrering, nedsat appetit, forvirring, ændret hukommelse, ændret humør, nyopstået svimmelhed, nedsat aktivitet, nytilkommet smerter osv. Kort sagt - Tidlig opsporing: lyt-observer-reflekter-reager
- Emne 2: at vide hvem man skal kontakte, og hvordan man gør det. (den daglige organisering vil være forskelligt fra sted til sted). Hvad skal man dokumentere.

4. Opgaver og undervisningsmaterialer

Den udarbejdede case kan bruges på dag 2-5. Deltagerne skal ikke have hele casen udleveret ved start, men skal kun have udleveret den del af case med tilhørende opgave som tilhører den pågældende dag.

Gennemgående case

OBS: Casen starter dag 2.

Dag 2: Tema 2 – Etik og kommunikation med borgeren

Karen og Peter bor i et stort parcelhus, der er 3 værelser, køkkenalrum, en meget stor stue, forgang, baggang og 2 badeværelser. Der ud over er der en stor have, garage og en kælder indrettet som værksted og depotrum.

Karen har været syg længe, hun har lungesygdommen KOL som gør, at hun nogle gange får besvær med at trække vejret. Normalt har hun nok kræfter til at sørge for at alt i huset fungerer, hvis bare hun holder nogle pauser. Peter har tidligere haft en apoplexi (blodprop i hjernen) men har trænet

sig op igen. Nu har han let nedsat styrke i sin venstre side, og går derfor ikke så godt. Han klarer sig normalt med hjælp fra Karen.

Karen er blevet indlagt i nat, sygeplejersken har aftalt med gruppelederen, at du skal tage ud og finde ud af om Peter skal have hjælp.

Opgave dag 2:

Lav en plan for hvordan I vil gå til opgaven.

1. Hvilke overvejelser gør I jer før mødet med Borgeren Peter?
2. Er der en viden I gerne vil have før I tager derud (I ved faktisk ikke særlig meget om Peter ud fra casen)?
3. Fortæl hinanden hvad I konkret vil gøre, sige, fra I står uden for huset til I er kommet i kontakt med Peter? (hvad hvis du har cyklet i regnvejr, snevejr, sommer-solskinsvejr?)
4. Når I er hos Peter og har fået kontakt til ham, hvilken viden har I så brug for at få, for at finde frem til, om Peter kan klare sig selv i 24 timer?
5. Hvordan vil I formulere jeres spørgsmål og hvorfor?

Dag 3: Tema 3 (+2) - Aldringens betydning for borgerens kognitive og psykiske funktion

Peter ligger stadig i sin seng, da du kommer kl. 9, han er ked af, at Karen ikke er hjemme. Han har i dag svært ved at komme op af sin seng, det er en almindelig lav seng. Peter går meget langsomt med en rollator og med slæbende skridt. Nogle gange stopper Peter op og holder en kort pause, før han går videre.

Peter bruger briller, hører dårligt og nogle kolleger synes, at han er svær at kommunikere med.

Opgave dag 3:

1. Beskriv tegn på normale aldersrelaterede funktionsnedsættelser hos Peter. Du kan med fordel dele op i:
 - Biologiske funktionsnedsættelser
 - Psykologiske funktionsnedsættelser

- Sociale funktionsnedsættelser
- 2. Hvilke ressourcer er bevaret hos Peter – hvad kan han selv klare, eller kan klare med let støtte fra dig?
- 3. Hvilke udfordringer forestiller du dig, at Peters aldersrelaterede funktionsnedsættelser giver dig, når du skal støtte ham i at komme ud af sengen, få tøj på og arrangere morgenmad? – Hvilken viden mangler du?
- 4. Hvilke overvejelser gør du dig om kommunikationen med Peter, når du ved han hører dårligt og bruger briller?
- 5. Hvilke overvejelser gør du dig i forhold til omsorg for Peter, idet han er ked af at Karen er indlagt på sygehuset?

Dag 4: Tema 3+4 (+2) Aldringens betydning, ergonomi og hygiejne

Peter skal ud af sengen, og har brug for din støtte dertil. Ude på badeværelset har han brug for, at du giver ham de ting han har brug for (rene underbukser, håndklæde, tandbørste mm). Peter har desuden brug for at få hjælp til at få underbukser og bukser op over knæene, derefter kan han selv resten.

Peter har endnu ikke fået morgenmad. Der er mad i køleskabet, Karen plejer at købe ind, men hun har været sløj på det sidste, så der er både for gammel mad i køleskabet men også mad som der endnu ikke er udløbet og ikke har været åbnet for. Huset er noget rodet og beskidt, Peter siger, at det er fordi Karen har været syg i nogle dage.

Opgave dag 4:

1. Med viden om ergonomi: hvordan vil du hjælpe Peter op af sengen?
2. Med viden om hygiejne: hvad vil du være opmærksom på, når du støtter Peter til at klare sig selv ude på badeværelset?
3. Med viden om aldringens betydning, din ergonomi og hygiejne: hvordan vil du støtte Peter til at få tøj på?
4. Med viden om ernæring og hygiejne: hvad vil du være opmærksom på, når du anretter mad til Peter?
5. Hvilke overvejelser gør du dig i forhold til omsorg og kommunikation med Peter, når det er første gang han møder dig som hjælper til personlig pleje?

Dag 5: Tema 1+5 (+2) – Lovgivning, observationer og dokumentation

Peter vil gerne have hjælp til at ringe til sygehuset, for at hører til Karen. Peter vil gerne, at du taler med sygehuset, da han hører så dårligt. Sygeplejersken på sygehuset sørger for at Karen får en telefon ind, og du har nu Karen i telefonen. Karen vil høre, hvordan Peter har det.

Opgave dag 5:

1. Hvordan er reglerne for tavshedspligt i forhold til ovenstående situation, hvilke dilemmaer kan opstå, hvilke overvejelser vil i gøre jer?

Overordnet set på hele casen:

2. Hvilke observationer har du gjort dig, som du vil videregive til andre?
3. Hvordan og til hvem vil du videregive dine observationer?
4. Hvis du skulle udlevere medicin til Peter, hvordan gør man det og må du det?
5. Hvis du kommer ud til en borger som Peter, og du ikke har kompetencerne til at udføre opgaverne (fx hvis du ikke er oplært i forflytninger) hvad vil du så gøre?

Forslag til anvendelse af eksisterende materiale:

Tema 1: Introduktion til arbejdet i primærsektor

På fx You-Tube findes videoer, som beskriver det daglige arbejde i primærsektor. Fx findes der en video, som er udviklet af Velfærd og Sundhed, Horsens kommune, som hedder ”En dag i hjemmeplejen”. Måske findes der videoer fra rekvirentens kommune? Formålet er at give deltagerne et indtryk af det arbejde, de skal ud i.

Om Lovgivning:

- Tavshedspligt: <https://stps.dk/da/ansvar-og-retningslinjer/patienters-retsstilling/tavshedspligt/>
- Informeret samtykke/selvbestemmelse: <https://stps.dk/da/ansvar-og-retningslinjer/patienters-retsstilling/informeret-samtykke/>
- Arbejds miljøloven: ”Social og sundhedshjælperens rolle, Nielsen, Jette, Munksgaard SOSU-serien, SSH, kap 8
- Benyttelse af medhjælp (delegation): <https://www.retsinformation.dk/eli/mt/2009/115>

- ”Social og sundhedshjælperens rolle, Nielsen, Jette, Munksgaard SOSU-serien, SSH, Kap 3+6.”

Om kompetencer, observationer og handlinger ved udlevering af medicin:

- *Personlig hjælp, omsorg og pleje.* Nielsen, Jette. Munksgaards SOSU-serien SSH, kap 36.
- FOA´s hjemmeside: <https://www.foa.dk/forbund/temaer/j-o/medicinhaandtering-sosu/at-delegere-medicinopgaver>
- Sundhedsstyrelsen. Korrekt håndtering af medicin 2019: https://stps.dk/da/udgivelser/2019/korrekt-medicinhaandtering/~/_media/0E30EDB960FA47DBA41FDA577A0AB979

Om Samarbejde:

- *Personlig hjælp, omsorg og pleje.* Nielsen, Jette. Munksgaards SOSU-serien SSH, kap 2.

Tema 2: Etik og kommunikation i mødet med borgeren

Der kan anvendes uddrag fra bogen ”*Etik i hjemmeplejen*” af Dorthe Brix, DPU Aarhus Universitet 2019, fx side 7-8. Formålet er at få deltagerne til at reflektere over den magt, man har som omsorgs-yder, og få en forståelse for hvordan det kan opleves at være et ældre menneske, der har brug for hjælp.

Der kan findes inspiration i bogen ”*Mødet med borgeren og patienten*” Engers, Anna C. Gyldendal SOSU-serie 2017, i kapitlerne om Professionelle relationer og Etik i omsorgsarbejdet

Teorien om ”de 3 p´er” (privat, personlig og professionel) kan anvendes til forståelse af en selv i omsorgsarbejdet. Findes i ”*Social- og sundhedshjælperens rolle.* Nielsen, Jane. Munksgaard SOSU-serien, SSH, Kap 2.

Til undervisning om kommunikation kan der søges inspiration i bogen ”*Mødet med borgeren og patienten*” Engers, Anna C. Gyldendal SOSU-serie 2017, i kapitlen professionel kommunikation og målrettet kommunikation. Undervisningen kan med fordel indeholde kommunikationsøvelser i fx aktiv lytning hvor man i grupper af 3 hhv. skal fortælle, lytte og observere

Hvis man har adgang til SOSUplay, findes der videoer om kommunikationsteori.

Tema 3 Aldringens betydning for borgerens kognitive og psykiske funktionsevne

Sundhedsbegreber: WHO´s brede og smalle sundhedsbegreb og psykisk, social og fysisk sundhed.

Der kan findes inspiration fra bøgerne:

- ”Sundhedsfremme, forebyggelse og rehabilitering” Vibholm, Pernille, Munksgaard SOSU-serie SSA

- ”Sundhedsfremme, forebyggelse og rehabilitering” Nielsen, Jette. Munksgaards SOSU-serie SSH

Desuden kan der på SOSU-Play findes videoer.

Om hjælp til at spise og drikke kan der laves praktiske øvelser, hvor deltagerne skal hjælpe hinanden med at spise yoghurt. Man kan skabe dialog via artiklen ”At få hjælp til at spise og drikke – en undersøgelse af rygmarvsskadedes oplevelser. Fagbladet Sygeplejersken 2008” <https://dsr.dk/sygeplejersken/arkiv/sy-nr-2008-24/at-faa-hjaelp-til-at-spise-en-undersogelse-af-rygmarvsskadedes>

Hvordan en spise-situation arrangeres kan man evt. finde lokale instrukser/retningslinjer for som man bruger i praksis i den pågældende kommune. I Region Midt anvender man fx VAR-portalen.

Viden om ernæringens betydning, ændringer i det ældre menneskes spisemønster samt ældre der er småtspisende, kan findes på Sundhedsstyrelsens hjemmeside, fx i pjecen ”kort om småtspisende fra 2022”: <https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2022/Underernaering/Kort-om-smaatspi-sende.ashx>

Der kan desuden findes viden om måltid og om ernæring til ældre i bøgerne:

- *Sygepleje til ældre. Jastrup, Susanne. Munksgaard 2017. Kap 15: kost og ernæring.*
- *Sundhedsfremme, forebyggelse og rehabilitering. Nielsen, Jane. Munksgaard SOSU-serie SSH. 2019. Kap 9+11*

Om den normale aldring kan der findes inspiration og cases i bøgerne:

- *”Personlig hjælp, omsorg og pleje. Nielsen, Jette. Munksgaards SOSU-serien SSH i Kap 11 Aldring, Kap 12 sanserne, kap 13, sanserne*
- *”Sygepleje til ældre. Jastrup, Susanne. Munksgaard 2017.*

Om hjælp til personlig pleje kan der findes inspiration:

- *Personlig hjælp, omsorg og pleje. Nielsen, Jette. Munksgaards SOSU-serien SSH, kap 8*

Om emnet demens kan der findes inspiration i bog, video og hjemmesider:

- *”Personlig hjælp, omsorg og pleje. Nielsen, Jette. Munksgaards SOSU-serien SSH kap 35: Borgere med demens.*
- Der kan som inspiration vises video ”Sådan var det, og sådan blev det” om et Marte Meo forløb <https://www.youtube.com/watch?v=tOXKuli7NKc>

- Eller videoer fra ældresagen hvor en pårørende fortæller om tiden hvor ægtefælle får en demensdiagnose ”en pårørende fortæller om demens, diagnosen”: <https://www.youtube.com/watch?v=tOXKuli7NKc>
- Nationalt videnscenter for demens: <https://videnscenterfordemens.dk/da>

Tema 4: hygiejne og ergonomi

Undervisningen kan tilrettelægges med praktiske øvelser, dialog og e-learning. En del af undervisningen kan med fordel tilrettelægges i sengestuen, hvor ergonomi kan trænes ved bl.a. sengene.

Det anbefales at deltagerne får lov til at øve sig i korrekt af/påtagning af handsker og værnemidler.

Der kan anvendes elementer fra e-learningprogram fra SSI: ”værd at vide om hygiejne i primærsektoren”: https://ssi.essenslms.com/public/vav_primaer/index.html#/

Ergonomi: videoer fra BFA: www.forflyt.dk

BFA: rengøring og ergonomi 2011:

http://www.bar-service.dk/Files/Billeder/BARservice/pdf/Rengoering%20vaskerier%20og%20renserier/Ergonomi-og-rengoering_2011.pdf

Ergonomi: Der kan anvendes video fra SOSU-play.

Tema 5: Observationer og videregivelse af observationer

Om tidlig opsporing: Lyt-observer-reflekter-reager i bogen ”Personlig hjælp, omsorg og pleje” Nielsen, Jette. Munksgaards SOSU-serie SSH, Kap 3.

Sikker kommunikation – ISBAR: <https://patientsikkerhed.dk/isbar/>

Evt. kan inddrages lokale instrukser/retningslinjer, hvor det fremgår hvilke opgaver den ufaglærte må udføre. Den ufaglærtes ansvar og rettigheder til at sige nej til opgaver, som er udenfor eget kompetenceområde, bør tydeliggøres.

5. Litteraturliste mv.

Se under det enkelte tema.