

ASISTIVNÍ TECHNOLOGIE V TERÉNNÍ PEČOVATELSKÉ SLUŽBĚ

Charita Litoměřice ve spolupráci s nadací Výbor dobré vůle – Nadace Olgy Havlové Vám představuje **pilotní projekt využití asistivních technologií v terénní pečovatelské službě.**

Cílem a základní myšlenkou celého projektu je umožnit seniorům a dalším osobám, aby mohli zůstat co nejdéle ve svém domácím prostředí, aby byla zajištěna jejich bezpečnost, aby se komunitně propojila zdravotní a sociální péče o člověka, nebo aby jeho rodina a blízcí měli jistotu, že je v bezpečí, že je o něj postaráno. Bezpečnost je pak zajištěna díky moderním technologiím a senzorům, jež jsou inteligentně propojeny s rodinným příslušníkem a průběžně vyhodnocují data týkající se seniora, který potřebuje v danou chvíli pomoc. Díky tomuto řešení je sledován celodenní stav seniora a v případě nebezpečí mu je poskytnuta podpora a péče.

ASISTIVNÍ TECHNOLOGIE

Aby se seniori a lidé, kteří potřebují ve svém domácím prostředí pomoc, cítili bezpečně, je vhodné jejich byty vybavit chytrými technologiemi, tzn. technologiemi, které **umožňují samostatné a nezávislé použití bez přítomnosti další osoby.** Jedná se například o **technologie ve vnitřním prostoru, která upozorní na únik plynu či vznik požáru. Mobilní technologie pro osobní využití, nebo využití propojení sociální a zdravotní péče.** Funkce této technologie mohou být v domácím prostředí bezpečným pomocníkem, neboť zvyšují soběstačnost seniorů a také umožňují prodloužení života v domácím prostředí. Tato technologie zajistí lidem nezávislost a určitou míru jistoty, že se o ně v případě potřeby někdo postará.

CHARITA LITOMĚŘICE – PEČOVATELSKÁ SLUŽBA

Pečovatelská služba je sociální terénní služba, která napomáhá občanům setrvat ve svých domovech a zachovat tak vazby na své přirozené prostředí, na svou rodinu, své přátele a blízké. Jedná se o individuálně poskytovanou službu, která napomáhá tomu, aby člověk mohl i nadále pobývat doma, kde je plně adaptovaný. Pečovatelská služba prodlužuje období relativně nezávislého života každého člověka a oddaluje nebo dokonce vylučuje nutnost komplexního ústavního zaopatření. Služba je poskytována na území města Litoměřice a v okruhu do 15 km od města. Pečovatelská služba poskytuje služby pro:

- osoby, které mají sníženou soběstačnost z důvodu věku,
- osoby s chronickým duševním onemocněním,
- osoby se zdravotním postižením,
- rodiny s dětmi, jejichž situace vyžaduje pomoc jiné fyzické osoby s péčí o sebe či o domácnost.

V poslední době se často setkáváme s tím, že jsou pobytové sociální služby (domovy pro seniory) stále více přeplněné a osoby, které potřebují pomoc druhé osoby, nebo jsou na ni dokonce závislé, nemají možnost je využít. Právě proto nabízíme možnost poskytnutí technologií, které by mohly napomoci tomu, aby se takový člověk mohl ve svém bytě cítit v bezpečí i v době, kdy u něho není přítomna pečující osoba.



SPOLUPRÁCE CHARITY LITOMĚŘICE A VÝBORU DOBRÉ VŮLE

Aby byla práce pečovatelské služby co nejintenzivnější a nejkvalitnější, rozhodla se **Charita Litoměřice** díky finanční podpoře **Výboru dobré vůle - Nadace Olgy Havlové** pořídit technologie, které nabízí inovativní podpůrnou službu pro seniory a osoby, jež jsou v potenciálním ohrožení. Představujeme Vám tak pilotní projekt, díky kterému se mohli senioři a další osoby cítit ve své domácnosti, ale i mimo ni, bezpečně i v době, kdy u nich není přítomna pečující osoba. Pořízení asistivní technologie mohou pomoci osobám závislým na pomoci druhých zvládnout pobyt v domácnosti bez permanentní přítomnosti pečující osoby.

Smyslem pilotního projektu je ověřit účinnost přínosu takových technologií u klientů pečovatelské služby. Za tímto účelem Charita Litoměřice zdarma zapůjčí do deseti domácností sadu základních asistivních přístrojů, které by mohli lidem závislým na pomoci druhých usnadnit a prodloužit pobyt ve svých domovech a zvýšit pocit bezpečí.

Sada se skládá z následujících přístrojů:

TLAČÍTKO - SOS: tlačítko SOS je praktické řešení pro samostatně žijící seniory. Po jeho stisknutí se pověřeným osobám odešle zpráva a díky GPS signálu a SIM kartě dokáže pomocí jednoho stlačení přivolat pomoc. Díky 3D senzoru pádu dokáže zaznamenat a podat informaci o pádu a tudíž je vhodné jeho celodenní nošení. Tlačítko je možné používat i při vstupu do sprchy, kde bývají pády nejčastější. Nabíjecí stanice zajistí jeho pravidelné dobíjení a kapacita vydrží až 18 dní.

Pokud se člověk dostane do stresové situace je často schopen pouze jednoduché reakce. Vyhledání další pomoci jako je hledání telefonu, výrazně komplikuje přivolání pomoci, a proto je nejrychlejší pouze jeden stisk. Včasné přivolání pomoci může zabránit hodinám bezmoci, snížit další rizika. Po stisknutí tlačítka uživatelem, je ihned kontaktován nastavený seznam příjemců, kterými mohou být rodinní příslušníci, přátelé, sousedé, nebo i pracovníci pečovatelské služby.



TLAKOMĚŘ - měřič krevního tlaku: Péče o vlastní zdraví by měla být prioritou každého člověka. Je důležité se zaměřit na zdravý životní styl, ale i na pravidelné kontroly a pak zvláště na kontrolu krevního tlaku. Vysoký krevní tlak trápí více jak polovinu lidí a přináší mnohá zdravotní rizika. Pro domácí pravidelné použití hraje velkou roli správný výběr vhodného tlakoměru. Výhodou chytrého digitálního tlakoměru je možnost použití více uživateli a také paměť, ve které zůstávají uloženy naměřené hodnoty. Dnes již existují inovativní modely, které lze využít k měření tlaku mobilním telefonem. Domácím měření je za normální hodnotu krevního tlaku považována hodnota **TK < 135/85 mm Hg**. Pokud se hodnota tlaku při jednom měření zvýší, většinou není nutné panikařit, ale počkat, jak se situace vyvine při dalším měření. V případě, že hodnoty neklesnou ani po delším

klidovém období nebo jsou doprovázeny dušností, slabostí či bolestmi na hrudi, je vhodné co nejdříve navštívit lékaře a poradit se s ním na dalším postupně či změně léčby.

PULZNÍ OXYMETR je malý, ale velice chytrý přístroj, který dokáže zachránit život. Po přiložení přístroje na prst, ukazuje okysličení krve. Přístroj funguje na principu infračervených paprsků, které prosvítí tkáň a senzor snímá jejich průchodnost. Sleduje saturaci hemoglobinu kyslíkem a vypočítá procentuální poměr. Běžná hodnota saturace u zdravého člověka se pohybuje nad 95 %, ale u seniorů může klesnout až na 93 %. Pokud oxymetr naměří 90—94% saturaci, pak doporučujeme hodnotu měřit častěji a konzultovat ji s lékařem. U hodnot pod 90 % se jedná o kritický stav a je nutné kontaktovat záchrannou službu.



POŽÁRNÍ HLÁSIČ by měl být součástí každé domácnosti. Kouřové čidlo nedokáže zabránit vzniku požáru, ale včasným varováním může omezit škody, nebo dokonce riziko úmrtí či zranění. Nejčastějšími příčinami požáru v domácnosti jsou kouření a vaření. Hlasič upozorní vždy, když zachytí kouř či vypukne požár, a to silnou sirénou hlasitosti 85dB. Přístroj reaguje na viditelné zplodiny (kouř), které vznikají při hoření a pomůže na případný oheň reagovat včas, než vznikne rozsáhlý požár. Přístroj se nepřipojuje do sítě, ale používá své vlastní napájení a to obyčejnou 9V baterii. Před jejím vybitím začne hlasič v pravidelných intervalech pípat. Pro ještě větší jistotu používá přístroj takzvaný tester, tlačítko, které po stisknutí otestuje funkčnost přístroje, podobně jako je tomu například u jističů do koupelen.

DETEKTOR PLYNU je určen k nepřetržitému sledování koncentrace spalitelných plynů (zemní plyn, svítiplyn, propan, butan, LPG a LNG). Měl by být proto umístěn tam, kde by mohlo docházet k úniku či dokonce hromadění nežádoucích plynů. Nebezpečí tak nastává v domácnostech, kde je nějaký plynový spotřebič – nejčastěji plynový kotel nebo plynový sporák. Často jsou tato zařízení v místech, kde tolik času netrávíte, a tak nemusíte únik plynu postřehnout. Stačí pak v místnosti například rozsvítit a neštěstí je na světě. Pro tyto situace uvítáte právě detektor zemního plynu, který je schopný únik plynu odhalit a upozornit vás na něj zvukovou signalizací.



NOČNÍ SVĚTLO S POHYBOVÝM SENZOREM – mnoho lidí potřebuje chodit v noci na toaletu. Narážet do věcí ve tmě není ideální a ostré světlo lampičky může přerušit náš spánek. Noční světlo s pohybovým senzorem se rozsvítí jemným neoslňujícím světlem pouze ve chvíli, kdy vstaneme z postele a svítí po dobu, kterou si můžeme předem nastavit. Noční světlo je svítidlo s celou řadou specifických výhod:

- noční světlo zpravidla produkuje jemné a nerušivé osvětlení
- výhodou nočních světel je rovněž jejich úspornost
- noční světlo s pohybovým čidlem je skvělým ukazatelem směru

Součástí pilotního projektu vedle zapůjčení výše uvedených přístrojů do deseti vybraných domácností i **průběžné vyhodnocování**, do jaké míry jsou poskytnuté technologie schopny pomáhat a zkvalitnit život osobám závislým na pomoci druhých. Výsledky pilotního projektu budou důležité pro rozhodnutí o dalším rozšiřování asistivních technologií a o jejich využívání u dalších klientů pečovatelské služby Charity Litoměřice.