



Nyhedsbrev

NR. 20 • SEPTEMBER 2011



Fysiske facetter

Af Steen Fris
bestyrelsesformand

Kære Læsere.
Velkommen tilbage efter en forhåbentlig vellykket ferie.
I dette nyhedsbrev har vi valgt at sætte fokus på det fysiske.

Når vi taler om det fysiske, er det ofte kroppens fysik, fysisk aktivitet, fysiske rammer, det fysiske ar-

bejdsmiljø og fysiske egenskaber ved forskellige materialer, der bliver nævnt.

På Hospice Djursland har vi gjort os stor umage med at tænke i det fysiske. Her har patienter, pårørende, de frivillige og medarbejderne mulighed for at dyrke såvel indendørs som udendørs fysiske aktiviteter.

I motionsrummet i kælderens, der er udsyret med diverse træningsmaskiner, kan man under kyndig vejledning træne de muskler, der af forskellige årsager kan have et

behov for at blive rørt.

Udendørs er den smukke sansehave glimrende til korte ture, og for dem, der har lyst til en længere travetur eller måske en løbetur, er skoven tilhørende Hospice Djursland særdeles velegnet.

De fysiske rammer fungerer, det fysiske arbejdsmiljø arbejdes der løbende med, og de fysiske egenskaber ved de valgte materialer er tilfredsstillende.

I det følgende vil du kunne læse mere konkret om disse emner.

God læselyst!



Alt det rundt omkring os - og os selv

Af Dorit Simonsen
hospiceleder

I dagligdagen her på Hospice Djursland er vi påvirket af bygningen, lyset - såvel ude som inde - indretning, indeklima, støj, forflytninger osv. Med andre ord omfatter vores fysiske arbejdsmiljø alle de mange faktorer på og omkring arbejdet og arbejdsstedet, som tilsammen udgør de fysiske rammer, vi arbejder i.

Selve huset med dets udseende og indretning er resultatet af projektet Det Gode Hospice, et projekt som udsprang af et ønske om at få rammer, indhold og behov til at smelte sammen i en enhed til støtte for de mennesker, der skulle bruge hospice - patienter, pårørende, medarbejdere og frivillige.

Dette ønske er til fulde blevet opfyldt. Vi glæder os hver dag over vores smukke hus og dets placering. Og Vi, det dækker både over patienter, pårørende, medarbejdere og frivillige. Jeg oplever dagligt

den store betydning, lyset udefra har for alle i huset, lyset påvirker til enhver tid vores psykiske tilstand og vores syn på omverden. Huset er transparent, fuld af glas og med åbne miljøer, således at vi kan se og høre hinanden - med såvel fordele som ulemper til følge! Der er dog også mulighed for at trække sig tilbage og have glæde af alenehed og måske tosomhed.

For medarbejderne gælder der særlige regler, når man taler om det fysiske arbejdsmiljø. Eksempelvis foretages der på hospice mange forflytninger i såvel plejen som i køkken og service, og selv vores musikterapeut udfører ofte tunge forflytninger i forbindelse med, at klaveret flytter rundt på gang og stuer.

Både som leder og som medarbejder skal man sikre sig, at man har de nødvendige hjælpemidler, at man har den nødvendige viden om de forskellige hjælpemidler, at de anvendes, og at de anvendes korrekt. Derfor prioriterer vi højt gode hjælpemidler og undervisning af medarbejderne i, hvordan de bedst passer på både patienten og sig

selv i forbindelse med forflytninger.

Det hedder sig, at sunde medarbejdere er gladere medarbejdere, - og det tror vi på. Derfor understøtter vi den enkelte medarbejders sundhedstiltag med blandt andet et tilbud om sund kost på arbejdet, frugtordning og mulighed for powernap i de lange vagter. Derudover har vi indrettet et fitnessrum i kælderens. Ind i mellem planlægger vi nogle sjove fysiske events sammen. Zumba, gåtur i den omkringliggende natur, nat-tergalemorgenvandring og ikke mindst det årlige "Stafet for livet", hvor både medarbejdere, frivillige og pårørende deltager.

Som ledelse prioriterer vi højt et velfungerende fysisk arbejdsmiljø, vigtigt er det dog at huske på, at den enkelte også bærer et ansvar. Vi prioriterer højt, at vores smukke hus vedligeholdes, således at det altid vil fremstå smukt. Og vi prioriterer højt, at den omkringliggende natur kan nydes. Alt sammen noget der er med til at understøtte den enkeltes oplevelse af livskvalitet.

Hjælpemidler

Af Anja Gjettermann, fysioterapeut

Da Hospice Djursland åbnede, blev der indkøbt de dengang fornødne hjælpemidler til glæde for patienter og personale. I de efterfølgende år er der i takt med udviklingen og vores erfaringer kommet flere til for at lette dagligdagen for både patienter og personale. Hjælpemidlerne er dels indkøbt af hospice selv, af Støtteforeningen eller ved hjælp af tilskud fra privatpersoner.

Det betyder, at vi i dag har mange virkelig gode og velfungerende hjælpemidler i huset. Det har stor betydning for den enkelte patient, at vi har et bredt sortiment, som passer til den enkelte på det givne tidspunkt i sygdomsforløbet. Vi ser ofte, at de hjælpemidler, patienten har behov for i starten af forløbet, ændres i takt med, at

sygdomsbilledet ændres. Det kan f.eks. være, at patienten ved indlæggelsen selv kan gå, og senere får behov for et ganghjælpemiddel, en kørestol, badestol eller lignende.

Et hjælpemiddel kan støtte patienten i at være selvhjulpent så længe som muligt og bidrage til, at patienten kan "økonomisere" med sine kræfter og på den måde gøre det, der er meningsfyldt den pågældende dag. Hjælpemidler kan således som udgangspunkt blive en støtte for patientens og de pårørendes samvær. Hjælpemidler kan også være en nødvendighed og forudsætning for, at personalet kan hjælpe patienten og undgå uhensigtsmæssige arbejdsstillinger.

Her kan jeg f.eks. nævne, at vi

har forflytningshjælpemidler til rådighed på alle stuerne i form af loftlifte, glidestykker mv. Vi har bad- og toiletstole med forskellige funktioner, madrasser til lindring af smerter og tryksår, ganghjælpemidler, diverse lejringspuder mv.

I vores spabad er der forskellige former for lift-hjælpemidler, så alle patienter, der ønsker det, kan komme i spabad – upågtet de begrænsninger, deres sygdom bevirker.

Desuden har vi en udendørs kørestol med hjælpemotor og et elkøretøj, så patienter og deres pårørende kan komme ud i naturen omkring Hospice Djursland, på bytur i Rønde eller hvad den enkelte patient måtte ønske og have kræfter til.

Forflytninger

Af Forflytningsvejlederne

Hospice Djursland har tre uddannede forflytningsvejledere, som har særlig opmærksomhed på personalets fysiske arbejdsmiljø. Gruppen består af to sygeplejersker samt hospices fysioterapeut.

Et godt fysisk arbejdsmiljø er ikke alene til gavn for personalet, men er i høj grad også til patienternes bedste. En del af vores patienter har gennem deres indlæggelse behov for hjælp og støtte i forbindelse med forflytninger. Det er afgørende for patientens oplevelse af forflytningen, hvordan denne støtte gives – og om de rigtige hjælpemidler anvendes – på det rette tidspunkt i forløbet.

Dagligdagens arbejde på Hospice Djursland er i høj grad præget af at være medvirkende til, at den sidste tid bliver så meningsfuld og værdig som mulig. Det kan betyde, at vi i vores iver efter at hjælpe patienterne glemmer at passe på vores egne kroppe.

Flytningsvejledernes opgave består i at inspirere kolleger til at

være omærkede på at anvende hensigtsmæssige arbejdsstillinger.

Vi har udarbejdet en forflytningspolitik samt en beskrivelse af de forflytningsprincipper, der gør sig gældende på Hospice Djursland. Dels afholder vi løbende undervisning i forflytning samt introducerer nyt personale, så de er bekendte med Hospice Djurslands forflytningspolitik og principper samt vores hjælpemidler og korrekt anvendelse af disse.

Herudover indgår forflytningsvejlederne naturligvis i et samarbejde med kollegerne omkring plejen af patienterne, herunder forflytninger. Vi ønsker at være med til at skabe en kultur med gode væner, og vi ser det som en af vores vigtigste opgaver at være rollemodeller, der har øget fokus på for-



flytning og hjælpemidler.

På Hospice Djursland har vi velindrettede fysiske rammer, og vi er veludstyret med relevante hjælpemidler til glæde og gavn for både patienter og personale. Som vi ser det, er rammerne sat, og det er i høj grad op til alle ansatte på Hospice Djursland at tage ansvar for og være med til at skabe et fysisk sikkert og sundt arbejdsmiljø – både for os selv, hinanden og ikke mindst patienterne.



Projekt måltidsstøtte

Af Annegrete Venborg, udviklingspsygeplejerske

Mange hospicepatienter har synlige eller skjulte følger af deres alvorlige sygdom. Det kan give dem en oplevelse af sårbarhed, som bl.a. viser sig i basale hverdagsaktiviteter. For mange er måltidet positivt forbundet både med en sanselig og en social oplevelse. Patienter med spise- og drikkeproblemer kan derfor opleve tab af livskvalitet, hvis ikke de modtager den rette støtte.

Sammen med ergoterapeut Birgit Mühlbach har jeg gennem Projekt Måltidsstøtte undersøgt, hvad bedst mulig støtte kan bestå af. Projektet har til formål at tilvejebringe viden og beskrive nødvendige faglige færdigheder, der kan fjerne eller mindske barrierer, der får patienter til at opgive nydelsen ved et måltid unødigt tidligt før livets afslutning.

At et måltid er attraktivt indebærer mange andre forhold, end at en anretning ser indbydende ud. Blandt andre faktorer, der kan indvirke på kvaliteten af måltidsoplevelsen er synkeproblemer og forhold i mundhulen samt i bred forstand: Nedsat evne til at overskue og håndtere de processer, der indgår i et måltid. Støtte til korrekt spisestilling og tilpasset madkonsistens er tiltag blandt flere, det kan være relevant at sætte ind med.

Patienter kan f.eks. ønske at trække sig og dermed unødven-

digt tidligt miste det tilhørsforhold, der knytter sig til fællesskabet omkring måltidet. Man kan f.eks. have problemer med at spilde eller at have madrester omkring munden. For det kan opleves stressende at sidde med til bords, hvis man er ude af stand til at efterleve gængse spilleregler for god bordskik.

For at lette nedsat synkeevne kan en patient f.eks. have nytte af tilpasset madkonsistens, hvor mad, som patienten kan lide, på en delikat måde anrettes i form af gelé. Man behøver ikke i den situation at undvære rugbrød, da rugbrød og diverse pålæg kan fås i geléform. Ligeså kan konsistensen af drikke modificeres; f.eks. kan kaffe gøres "stivere", så patienten undgår at fejlsynke.

Vi har gode kørestole til rådighed, når patienter har brug for det. Men der er forskel på brug af kørestol til at sidde og blive kørt en tur eller tale med en anden overfor og så at skulle sidde ved et bord for at spise. For at kunne foretage den meget komplekse handling, det faktisk er at spise, er det bedst at sidde opret på en stol med begge fødder placeret på gulvet, så armene kan hvile på bordet og skuldrene være afslappede. Så for at hjælpe patienten til en optimal spisestilling, er det nødvendigt at fjerne fodstøtter og armlæn på kørestolen.



Et andet aspekt er at udnytte kendskab til patientens diagnose til mere specifikt at udlede en individuel relevant støtte. I det hele taget lægger Projekt Måltidsstøtte op til at inddrage forskellige undersøgelser og stille patienter en række spørgsmål, så vi med udgangspunkt i det enkelte menneske og kendskab til det levede liv, vaner, ønsker og behov kan beskrive, hvordan patienten bedst hjælpes i spisesituationer.

I forvejen anstrenger personalet på Hospice Djursland sig for at gøre en naturlig mad- og væskeindtagelse til en positiv oplevelse. Men samtidig vil vi til enhver tid gerne forbedre kvaliteten af vort arbejde, og her er tanken, at Projekt Måltidsstøtte bliver kilde til at kunne opkvalificere tiltag, der tilvejebringer de nødvendige betingelser for, at patienter, der fortsat vægter det, får den mest optimale måltidsoplevelse i længst mulig tid før livets afslutning.

Det fysiske arbejdsmiljø

Af Niels Ole Birk og Lotte Jensen, Arbejdsmiljøgruppen

Det er nu 4 år siden, vi tog bygningen i brug her på Hospice Djursland. Vi husker tydeligt, da vi alle sammen mødtes første gang og skulle være med til at opstarte en organisation, lave visioner og retningslinier for "vores" hospice. Det var og er spændende at få lov at være med til.

Det er fortsat en arbejdsplads i fremdrift, hvor traditioner er ble-

vet dannet, og nye visioner er kommet til, herunder fylder det fysiske arbejdsmiljø en væsentlig del.

Vi i arbejdsmiljøgruppen udarbejder hvert andet år en Arbejdspladsvurdering (APV), hvor vi får sat fokus på det fysiske arbejdsmiljø her i huset, dels hvad der fungerer godt, dels ting, som måske ikke fungerer optimalt samt

hvad vi kan gøre bedre.

Vi har gennem APV'en og samtaler med ansatte, patienter og pårørende fundet nogle punkter, som vi i arbejdsmiljøgruppen vil arbejde med løbende.

Udfordringen bliver at tilgodese de mangler og problematikker, der er kommet frem igennem undersøgelsen, så alle i huset kan trives i deres arbejdsmiljø.





Støtteforeningen orienterer

Af Erik Salomonsen, formand for Støtteforeningen Hospice Djursland

Denne gang har redaktionsudvalget bestemt at sætte fokus på det fysiske på og omkring Hospice Djursland.

Støtteforeningen Hospice Djursland har som formål at:

- støtte aktiviteter og det almene vel på Hospice Djursland
- udbrede kendskab til hospice-tanken gennem oplysning
- sikre Hospice Djursland kompetente bestyrelsesmedlemmer.

Alle punkter er en del af det fysiske miljø omkring Hospice Djursland. I dette indlæg har jeg dog valgt at rette fokus mod det fysiske miljø, man møder uden for hospicets vægge.

Landskabet

Hospice Djursland er placeret på det højeste plateau på den 9 ha store grund, placeret i et helt unikt landskab. Grunden består af tre niveauer på hver ca. 3 ha: øverst bygninger, p-pladser, terrasser og haver. Mellemste niveau udgøres af skoven (Remisen) med mange slags træer og søen med tilhørende fugleliv. Nederst har vi marken med græsfolden med heste, og i år også et føl.

Et sådant landskab, som er nabo til Følle Bund, byder på et rigt pattedyr- og fugleliv. Vi ser og hører alle skovens fugle, vi ser agerhøns, fasaner og råvildt. En rå har gået med tre lam på græs- og skovområdet omkring hospice i denne

sommer. Dette giver gode oplevelser til patienter og pårørende, men også til alle andre, der færdes i det fysiske miljø.



Fuglestemmetur

Støtteforeningen har været vært ved to udendørs arrangementer i foråret:

En fuglestemmetur gennem skoven og Hestehavevej med Ole Therkildsen som guide - og han ved om nogen noget om fugle og deres sprog. Der var 12 morgenfriske mødt op til en fin halvkold morgen. Næste år forsøger vi med en AFTEN-FUGLETUR. Ifølge Ole er fuglene lige så aktive om aftenen, men måske er flere mennesker aktive om aftenen.

Udflugt til Mariager Fjord

En udflugt arrangeret af Rie (frivilligkoordinator) for frivillige og personale. Turen gik til Mariager og Mariager Fjord med besøg i Mariager Kirke og klosterområde. Saltcenteret på havnen i Mariager blev besøgt, hvor vi stiftede be-

kendtskab med hele historien om saltets betydning gennem tiderne, og hvor det kommer fra. Herefter var der Sejltur på Fjorden med det gode skib Svanen - med frokostbuffet. Som lokalkendte i fjordområdet havde Inger og jeg fornøjelsen at kunne fortælle om området.

Stafet For Livet

I skrivende stund er vi i fuld gang med planlægning og tilmelding til det kombinerede hold fra Støtteforeningen og Hospice Djursland, som deltager i Stafet for Livet, som arrangeres af Kræftens Bekæmpelse, og som afholdes i Rønde By-park den første weekend i september.

Nye medlemmer

Alle ovennævnte er fysiske aktiviteter, der er gjort mulige, fordi mange frivillige yder en indsats omkring Hospice Djursland.

Støtteforeningens arbejde bygger alene på din støtte, sammen med næsten 3.000 andre medlemmer.

Og vi vil gerne have flere nye medlemmer. På generalforsamlingen foreslog jeg, at vi hver især skaffede et nyt medlem, det lyder da ikke helt uoverkommeligt, vel? Det vil give os et rigtig fint grundlag for vort fremtidige arbejde. Lad dine naboer læse nyhedsbrevet.

Jeg håber, at alle har haft en god sommer og med fuldt opladede batterier kan se den koldere og mørkere tid i møde.

EFTERLYSES:

Hospice Djurslands bibliotek ønsker sig gamle danske spillefilm på DVD i genren Frk. Nitouche, Morten Korch og Olsen Banden.

Har du DVDfilm i disse genrer liggende - og er du færdig med at se på dem - modtager vi gerne dit eksemplar.

På forhånd tak for din støtte.

Ønsker du at blive medlem af Støtteforeningen:

se vores hjemmeside www.hospicedjursland.dk eller kontakt receptionen.

Støtteforeningen Hospice Djursland har opnået skattefrihed for gavgivere, se information på hjemmesiden under donationer og gaver, samt i vore vedtægter.

Hjælp os med at spare papir og porto

Send en mail til Støtteforeningens kasserer Niels Roving på niels@rovsing-partners.dk, så får du i stedet sendt et link til den digitale version, så snart nyhedsbrevet udkommer.

På denne mail kan du også meddele os adresseforandring eller ændring af mailadresse.