

Zaradi staranja prebivalstva je vse več obolelih in tistih, ki potrebujejo nego na domu. Bivanje bolnika /starostnika v svoji družini in okolju prispeva k boljši kakovosti življenja. Da bi domači (skrbniki) lažje skrbeli za takšno osebo, morajo poznati temelje laične nege bolnika / starostnika na domu. Tako ne bodo samo bolj kakovostno oskrbeli bolnika /starostnika, pač pa tudi zmanjšali svojo obremenitev in stres.

Zato, da bi prispevali k boljši kakovosti življenja bolnih /ostarelih, smo na Rdečem križu Slovenske Konjice v skladu s svojim poslanstvom pripravili tečaj Nega bolnika na domu.

Nega bolnika na domu omogoča pridobitev potrebnih znanj za tovrstno oskrbo bolnika/starostnika. S tečajem želimo usposobiti odrasle prebivalce, tako naše sodelavce aktiviste RK, kot tudi družinske člane, sorodnike, prijatelje ... bolnih/ostarelih.

#### Vsebine tečaja:

### **BOLNIK V DRUŽINI**

Tematika je razdeljena v tri sklope, njen namen je prispevati k bolj kakovostni oskrbi bolnika/starostnika na domu.

- **Opazovanje bolnika**
- **Merjenje in zapisovanje telesne temperature, utripa, krvnega tlaka**
- **Zaščita negovalca**

### **NEGOVALNI PROCES BOLNIKA**

Tematika je razdeljena v šest sklopov, njen namen je prispevati k zdravljenju, okrevanju in dobremu počutju bolnika/starostnika.

- **Bolniška soba, postelja, postiljanje**
- **Bolnikov položaj**
- **Preoblačenje bolnika**
- **Kopel (v postelji in samostojno)**
- **Osebna higiena -ustna nega, umivanje glave**
- **Uporaba nočne posode**
- **Uporaba in poznavanje inkontinenčnih pripomočkov**

### **PROCES STARANJA**

Tematika je razdeljena v tri sklope, njen namen je razumeti starostnikove potrebe.

- **Znamenja staranja**
- **Pripomočki za stare ljudi**
- **Domača lekarna in pravilno dajanje zdravil**

### **TELESNA DEJAVNOST OKREVAJOČEGA BOLNIKA**

Tematika je razdeljena v dva sklopa, njen namen je prispevati k preprečevanju zapletov zaradi ležanja in hitrejšemu okrevanju bolnika.

- **Telesna vadba**
- **Hoja okrevajočega/kroničnega bolnika**

### **PREHRANA**

Razdeljena je v štiri sklope, namen tematike je prispevati k bolj zdravemu načinu prehranjevanja bolnika/

starostnika.

- **Potrebe po energiji, hranila in varovalne snovi**
- **Načrtovanje prehrane s pomočjo prehranske piramide, zdrav krožnik**
- **Način priprave hrane, specifičnost bolnikove prehrane**
- **Osnove ravnanja z živili**

### **NEGA BOLNIKA PRI RAZLIČNIH BOLEZNIH**

Tematika je razdeljena v dva sklopa, njen namen je prispevati k zdravljenju in okrevanju bolnika/starostnika.

- **Nega pri sladkorni bolezni, boleznih srca in ožilja,po možganski kapi, pri osteoporozi in nalezljivih boleznih**
- **Nega umirajočega**

#### Trajanje tečaja:

- **tečaj obsega 18 ur (6 srečanj po 3 šolske ure, 2x na teden)**
- **trajanje tečaja 3 tedne**

S tečajmi bomo pokrili območje vseh treh občin, kjer izvajamo program OZRK Slovenske Konjice: Slovenske Konjice, Zreče in Vitanje (12 Krajevnik organizacij Rdečega križa).

Udeležencem tečaja se bomo približali na terenu (v prostorih KORK, KS ali na šolah).

V primeru, da bi se pokazala potreba in zanimanje na področju **PRVE POMOČI PRI POŠKODBAH IN NENADNIH BOLENJIH**, bi tečaj podaljšali.

## PRVA POMOČ PRI POŠKODBAH IN NENADNIH OBOLENJIH

Tematika bo razdeljena v dva sklopa, njen namen je poznavanje in ukrepanje pri tovrstnih poškodbah in obolenjih.

- **Najpogostejše poškodbe pri starostnikih**
- **Ukrepanje pri nenadnih obolenjih**

### Trajanje tečaja:

- tečaj bi obsegal 25 ur (10 srečanj po 2 šolski uri in pol, 2x na teden)
- trajanje tečaja 5 tednov

### Cena tečaja:

- prispevek udeleženca 18- urnega osnovnega tečaja 20 evrov
- prispevek udeleženca 25-urnega razširjenega tečaja 30 evrov

Program delno financira Evropski socialni sklad.



Za vse dodatne informacije smo vam na voljo:

Pon., tor. in čet. od 7.00 do 15.00 ure  
sre. od 7.00 do 16.00 ure  
pet. od 7.00 do 14.00 ure

Kontaktna oseba: Mojca Cerovšek

Telefon: 03/ 757 25 70, 041 564 924

E-naslov: slov-konjice.ozrk@ozrks.si

[www.slovenskekonjice.ozrk.si](http://www.slovenskekonjice.ozrk.si)

## TEČAJ NEGA BOLNIKA NA DOMU



Območno združenje Rdečega križa  
Slovenske Konjice