




Útgefandi: Sóltún hjúkrunarheimili
Sóltúni 2, 105 Reykjavík
www.soltun.is soltun@soltun.is
4. útgáfa – apríl 2018

Hönnun: PORT hönnun Ljósmynd á forsíðu: ©PORT hönnun

 Framleitt í Sóltúni fyrir þig



HEIMSÓKNIR

ættingja og vina

HEIMSÓKNIR

Ættingjar eru alltaf velkomnir í heimsóknir þegar þeim hentar. Markmiðið er að aðstandendum líði vel við komu hingað og geti látið fara vel um sig og sína. Af öryggisástæðum er heimilinu læst á kvöldin. Ættingjar geta fengið lykil af útidyrum eða notað dyrabjöllu.

Aðstandendur og vinir eru hvattir til að koma í heimsókn og eru reglulegar heimsóknir oft fastir liðir á dagskrá nánustu ættingja. Sumar fjölskyldur hafa komið því á að gestir skrifi nöfn sín í gestabók.

Það getur tekið á aðstandendur að koma í heimsókn á hjúkrunarheimili sérstaklega í byrjun dvalar. Erfitt getur verið að horfast í augu við þá afturför og hnignum sem getur einkennt yfirbragð íbúa á hjúkrunaheimili.

Reglulegar heimsóknir geta gert líf ástvina á hjúkrunarheimili innihaldsríkara. Fyrir fjölskylduna er mikilvægt að hlúa áfram að tilfinningatengslum. Viðhald slíkra tengsla í hvaða mynd sem er getur verið einn mikilvægasti þáttur fjölskyldunnar í umönnun á hjúkrunarheimili. Benda má á bókina *Hjúkrunarheimili: Leiðbeiningar og fróðleikur fyrir fjölskyldur á tímamótum*, ritstjóri: Margrét Gústafsdóttir, en hún fæst í móttöku Sóltúns.

SAMVINNA

Á heimilinu er starfandi íbúa- og vinaráð Sóltúns. Það skipa fulltrúar íbúa frá hverri hæð. Íbúa- og vinaráðið lætur sig varða öll þau mál sem snerta þjónustu og hagsmuni íbúa, ásamt því að skipuleggja uppákomur til skemmtunar og fróðleiks. Boðið er upp á húsfundi í byrjun hvers árs á hverri einingu þar sem íbúar/aðstandendur funda um þjónustu heimilisins.

Á íbúaþingi eru síðan dregnar saman niðurstöður þessara húsfunda. Auk þess er íbúaþingið vettvangur fyrir stjórnendur heimilisins að gera íbúum og ættingjum þeirra grein fyrir starfsemi, rekstri og hvað er á döfinni hverju sinni. Þar geta íbúar beint spurningum til stjórnenda um ýmislegt sem snýr að aðbúnaði og þjónustu.

Einnig er boðið upp á aðstandendahópa fyrir nánustu aðstandendur heimilismanna og í slíkum hópum er hægt að ræða reynslu sína, umskipti í fjölskyldunni við flutninginn og aðkomu fjölskyldunnar að umönnun á heimilinu.

Sóltún býður upp á þjónustu djákna og er hún fyrir íbúa, fjölskyldur þeirra og starfsfólk. Djákni veitir sál gæslu, fræðslu og stuðning í formi einstaklings -og/eða fjölskylduviðtala. Sjá einnig bækling um Djáknaþjónustu í Sóltúni.

Starfsfólk og stjórnendur Sóltúns vonast eftir góðri samvinnu íbúa og ættingja við að stuðla að sem mestum lífsgæðum og vellíðan eins og kostur er.

ÆVIÁGRIP

Heimilið mælir með að nýir íbúar og/eða þeir nánustu í fjölskyldunni vinni æviágríp eftir ákveðnu formi. Æviágrípið tilheyrir síðan hjúkrunarskrá íbúans, en í því er greint frá uppruna og fjölskyldusögu viðkomandi, áhugamálum, menntun, atvinnu og búsetu. Slíkar upplýsingar eru mjög gagnlegar og liðka verulega fyrir samræðu. Heimilið býður fjölskyldunni upp á fjölskyldufund nokkru eftir flutning á heimilið með aðal umönnunaraðilum til þess að ræða um aðlögun eftir flutning og framtíðarhorfur. Fjölskyldufundir eru síðan haldnir eftir þörfum.

ÍBÚA- OG ÆTTINGJAVEFUR

Opnaður hefur verið aðgangsstýrður íbúa- og ættingjavefur. Þar fá íbúi og ættingjar (fjölskyldan) aðgang fyrir sig, sem ekki er aðgengilegur öðrum. Þeir sem hafa áhuga á aðgangi sendi tölvupóst á framkvæmdastjóra annabirna@soltun.is. Þar þarf að koma fram fullt nafn, kennitala og tölvupóstfang notanda og nafn á ættingja sem býr í Sóltúni. Á íbúa- og ættingjavef getur fjölskyldan miðlað upplýsingum sín á milli, haft yfirsýn um hvað sé á döfinni í Sóltúni, haft aðgang að ýmsum upplýsingum sem ekki eru birtar á ytri vef, skráð sig og greitt fyrir viðburði.

Það skiptir máli að njóta stuðnings fjölskyldu og vina við flutning á hjúkrunarheimili og búsetu þar. Slíkur stuðningur felur í sér margs konar aðstoð og gerir lífið bærilegra fyrir þann sem verður hans aðnjótandi. Stuðningurinn felur til dæmis í sér reglulegt samband, innlit og heimsóknir auk ýmiss konar útréttinga.

Gestir þróa oft heimsóknamynstur sem festist gjarnan í sessi. Ættingjar og vinir fara stundum reglulega með ástvini í gönguferð eða bíltúr, horfa á fréttir í sjónvarpi, spjalla eða eiga hljóða stund saman. Einnig geta heimsóknargestir sótt skipulagðar uppákomur á heimilinu og þá deilt með íbúum því sem er á dagskrá. Fastir heimsóknargestir gera ekki bara sínu fólki gott heldur koma með ferskan blæ að utan. Oft myndast einnig gott samband milli aðstandenda og annarra íbúa á sambýlinu.

Það getur verið erfitt að fara og skilja ættingja sinn eftir sérstaklega ef staðurinn virðist framandi. Sú leið sem hefur reynst mörgum vel er að stilla heimsóknina þannig af að einhver fastur liður á stundaskrá heimilisins taki við þegar heimsókn lýkur svo sem matmálstími, hvíldaratími, háttatími eða eitthvað í þeim dúr.

Við flutning á hjúkrunarheimili er nauðsynlegt fyrir fjölskylduna að fá góðar upplýsingar um hvernig starfsemi heimilisins er felld inn í stundakrá til þess að hægt sé að átta sig á nýjum aðstæðum.

DAGLEGT LÍF

Fjölskyldan á einnig þátt í persónulegri snyrtingu og hreinlæti nákominna ástvina á hjúkrunarheimili. Ættingjar geta lagt ýmislegt til málanna og komið með ábendingar til starfsfólks. Allar ábendingar eru vel þegnar.

Fatnaður íbúa er þveginn einu sinni í viku í þvottahúsi Sóltúns nema fjölskyldan kjósi annað fyrirkomulag. Þá er einungis þveginn venjulegur þvottur. Þvottur sem þarf handþvott og hreinsun er á ábyrgð íbúa og aðstandenda þeirra. Aðstandendur eru beðnir um að fylgjast með að nægur einkafatnaður sé til fyrir íbúana. Mikilvægt er að merkja allan fatnað vel. Eins er þess vænst að fjölskyldan sé með í ráðum varðandi klippingu, hárgreiðslu, fót snyrtingu, efni í föndurvinnu eða annað sem greiða þarf sérstaklega fyrir.

Ættingjum og vinum er velkomið að nýta sér aðstöðu í borðstofunni sem og kaffiteríu og koma með kaffimeðlæti að heiman. Daggjöld frá Sjúkratryggingum gera ekki ráð fyrir kaffimeðlæti fyrir ættingja og gesti að staðaldri. Það getur verið skemmtileg tilbreyting að drekka saman eftirmiðdagskaffið í kaffiteríunni og njóta góðrar stundar saman.

Gestir geta fengið sér kaffi með íbúum en ekki er gert ráð fyrir gestum í hádegisverð og kvöldverð að jafnaði. Þó geta makar íbúa í Sóltúni keypt máltíðir gegn gjaldi og borðað með konu sinni/manni sínum í borðstofu sambýlis eða einkaherbergi. Hafið samband við skrifstofu í síma 590-6003 til að skrá nafn ykkar, heimilisfang og þær máltíðir sem neytt er hverju sinni. Greitt er í móttöku.

Einnig geta íbúar fengið samkomusalinn lánaðan ef halda á upp á afmæli sitt með ættingjum og vinum gegn vægu umsýslugjaldi. Sjá einnig bækling um þjónustu eldhús.

Íbúar og ættingjar þeirra eru hvattir til að snúa sér til hjúkrunarfræðings íbúans varðandi umönnun og aðbúnað og/eða hjúkrunarstjóra á þeirri hæð sem viðkomandi býr á.

Þegar flutningur á hjúkrunarheimili stendur fyrir dyrum er sjálfsagt að fá ráð hjá starfsfólki við val á munum og öðrum varningi eins og fatnaði og snyrtivörum.