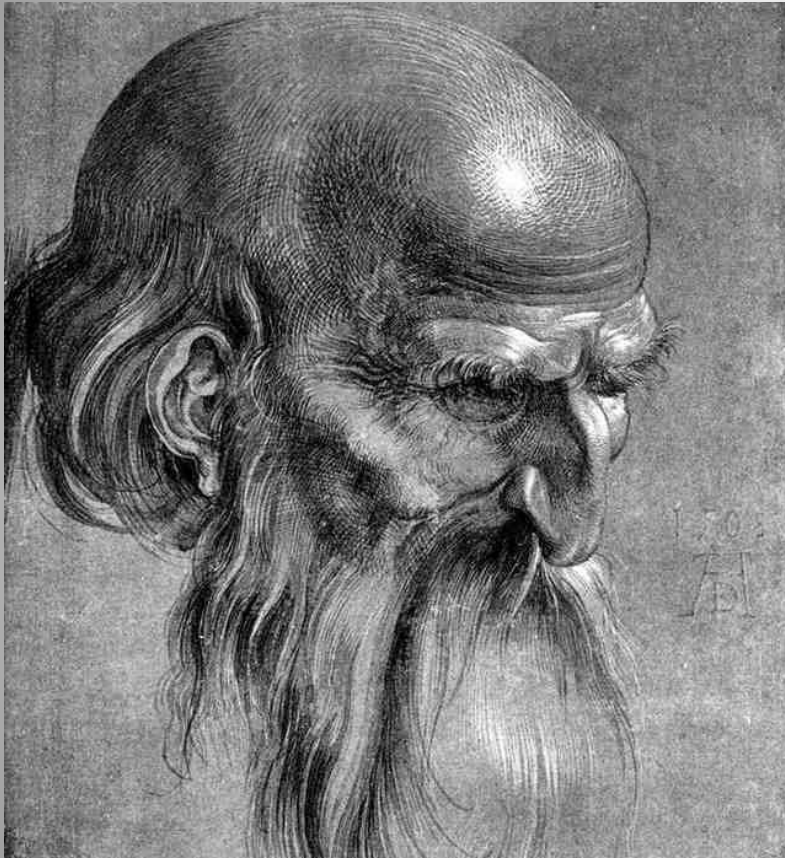


# *Az időskori rehabilitáció*



*Dr. Montskó Péter      Mohácsi Kórház   Mozgásszervi  
Rehabilitációs Osztály*

***„VOLTUNK MINT TI LESZTEK MINT MI”***



# Az öregedés okai:

- Hibakatasztrófa elmélet:  
idővel egyre több hiba halmozódik fel a fehérjeszintézis folyamatában, kóros fehérjék alakulnak ki
- Keresztkötés teória:  
a fehérjék más makromolekulákkal keresztkötéseket hoznak létre
- Szabad gyök teória:  
a folyamatosan támadó szabad gyökök idővel a membránfehérjék károsodását idézik elő
- Pace-maker teória:  
egy szerv vagy szervrendszer (immun rendszer, neuroendocrin rendszer) programozottan vezényli az öregedést
- Genetikai teória:  
az élettartam fajspecifikus, ezért ezzel együtt az öregedés folyamata is genetikailag meghatározott

*Az öregedés egy holisztikus folyamat. Sok részfolyamat okozza, változékony összefüggésben. A lefolyás üteme egyénileg széles határok között változik.*

# Az öregedés két komponense:

- Biológiai öregedés:

Valamennyi szervben és szervrendszerben változó sebességű és mértékű „kopásos” folyamatok zajlanak.

Idővel egyre több szerv és szervrendszer betegedik meg.

Fontos a két folyamat elkülönítése!!!

- Szociális öregedés:

Az egyén társadalomban illetve szűkebb környezetében elfoglalt helye.

„Szükség” van-e rá, vagy eltartásra szorul?

Milyen a társadalmi gyakorlat?

Mi a megszokott szemlélet?

# *A két véglet: a vének tanácsa és az önként vállalt öngyilkosság*



# A geriátriai rehabilitáció előtti állapotfelmérés

Funkcionális teljesítőkéesség:

*napi élettevékenységek(ADL)  
a mindennapos eszközhasználat*

Testi egészségi állapot:

*hagyományos vizsgálatok és Bartel ,FIM skálák*

Lelki egészségi állapot:

*Szellemi, kognitív funkciók( Mini Mental State Examination )  
Affektivitás (Hamilton depr. skála, Zung depressziós önértékelési  
teszt)*

Szociális környezeti tényezők.

# *Az időskori rehabilitáció speciális jellegzetességei:*

- *„Relatív” rehabilitáció.*
- *Restitutio ad integrum helyett restitutio ad optimum.*
- *Produktivitás helyett reaktivitás elérése a cél.*
- *Alkalmassá tétel az önellátásra.*
- *A megelőzés, a kezelés és a rehabilitáció nem válik szét. Összefonódik és egyidejű.*
- *Egyszerre testi, lelki és szociális.*
- *A segítség nem lehet sem kevesebb sem több a szükségesnél.*
- *Mindig egyénre szabott.*



# *Mozgásszervi változások*

- *Osteoporosis*
- *Az ízületi porc degenerációja*
- *Az izomállomány vesztese(sarcopenia):*

*motoneuron pusztulás, következményes izomrost veszteség  
inaktivitásokos atrofia  
izomrost szerkezet változás  
toxikus hatások  
az inak degeneratív elváltozásai*

*40 éves kortól kezdődően 1% veszteség évente      80 év 60%*

# *Időskori személyiségváltozás*

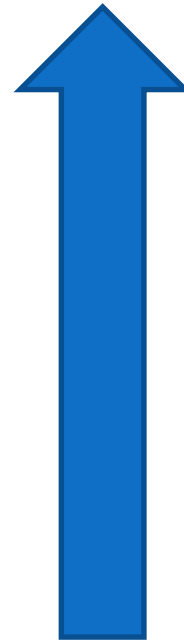
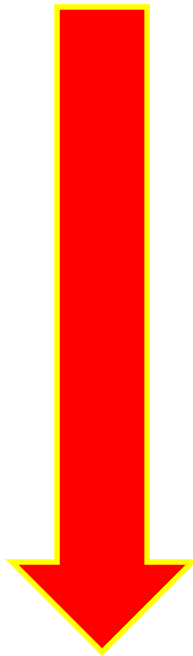
- takarékoság
- szerelemföltő gondolatok
- nagyvonalúság
- állatszeretet
- hiúság
- élelmes hasznosítás
- zsugoriság
- beteges féltékenység
- esztelen pazarlás
- „macskafarm” létesítése
- nevetséges piperkőcség
- szemétygyűjtés

# ***Pszichológiai változások:***

- *A személyiségvonások akcentuálódása.*
- *Ragaszkodás a sztereotípiákhoz, pszihés rigiditás.*
- *Memória zavarok.*
- *Az ítélőképesség romlása.*
- *A tájékozódás zavara.*
- *Hangulati labilitás(többnyire negativizmus).*
- *Az intellektuális teljesítmény romlása.*
- *Reakció a fájdalomra. A fájdalom viselése.*
- *Dyogenes szindróma*

# *Paradox szituáció időskorban*

*alkalmazkodó  
képesség  
(compliance)*



*a környezet  
((kezelő  
személyzet))  
elvárásai*

# *A gyógyszeres kezelés nehézségei:*

*A felszívódás is változik, de inkább a kiürülés húzódik el.*

*Testalkat hatása: depo a zsírban vagy az izomban.*

*Paradox gyógyszerhatások.*

*Memória zavarok miatt gyógyszer bevételi problémák.*

*Önkezelési hajlam, az együttműködés hiánya.*

*Multimorbiditás, gyógyszer kölcsönhatások, kölcsönhatások a társbetegségekkel.*

*A beteg financiális problémái.*

# *Laboreredmények melyekre mindig oda kell figyelniük:*

- *Se K értéke*
- *Se Na értéke*
- *CN, creatinin*
- *vérkép( anemia )*
- *széklet Weber*
- *vércukor szint*

# *Élettani paraméterek melyek állandó kontrollt igényelnek:*

- *Folyadékbevitel mennyisége*
- *Passage rendezettsége*
- *Vizelet mennyisége, fajsúlya*
- *RR, pulzus*
- *Szellemi állapot, térben időben való tájékozottság*
- *Mobilitás*

*Törés, gipszrögzítés, stroke, koponya sérülés, műtét, cardiális történes,  
dekompenzáció, mélyvénás thrombosis, infekció, Guillen-Barre syndroma*



*ágynyugalom*



*inmobilizációs szindróma*



# *Pertrochanter törés*



# *Medialis combnyaktörés*



# *Szupracondyler femur törés*



# *Inmobilizációs szindróma*

- *Decubitus*
- *Thrombembolia*
- *Obstipáció, étvágytalanság*
- *Izom hypotrophia, atrophya*
- *Izületi mozgáskorlátozottság*
- *Depresszió, szellemi hanyatlás*
- *Légzési zavarok*
- *Infekciók: légúti, húgyúti, bőr*

# ***Az inmozobilizációs szindróma kezelésének lépései:***

- A kiváltó ok lehetséges eliminálása, kezelése.
- A belgyógyászati állapot rendezése.
- Forogtás( dekubitus megelőzés)
- Átmozgatás( kontraktura megelőzés)
- Légzőtorna( pulmonalis szövődmény ellen)
- Anticoaguláns terápia
- Széklet rendezés
- A húgyhólyag kondicionálása

# ***Az immobilizációs szindróma kezelésének lépései:***

- ***Kiültetés, majd felállítás, járásgyakorlatok.***
- ***Aktív tornakezelés.***
- ***Fizikoterápia.***
- ***Segédeszközzel való ellátás.***
- ***Az alvászavar kezelése, a normális életritmus visszaállítása.***
- ***Az önellátás, öngondoskodás kialakítása(ergoterápia).***
- ***Mindezek révén a depresszív érdektelen állapotból való kimozdítás.***

# ***A zavartság kezelése:***

- *Megfelelő mennyiségű folyadék bevitel, ha lehet szájon keresztül.*
- *Az öngyógyszerelés megszüntetése.*
- *A gondozó személy (családtag) gyakori jelenléte.*
- *A tájékozódás segítése (eligazító jelek, fényforrás)*
- *A tévedések helyreigazítása (türelem! kedvesség!)*
- *Psychoterápia (önbecsülés, személyi méltóság helyreállítása, jövőkép kialakítása)*

# *Hol történjen a rehabilitáció?*

**aktív kórházi ágyon**

**krónikus, rehabilitációs osztályon**

**ápolási osztályon**

**speciális szociális otthonban**

**önfinanszírozó szociális otthonban**

**otthon , családi háttérrel, lakóhelyen**



*Jó lenne ha.....*



„Mindenki szeretne sokáig  
élni, de senki sem akar  
megöregedni.”

Jonathan Swift