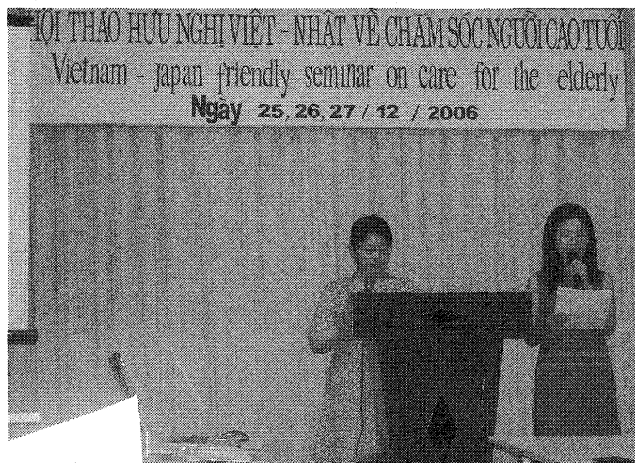


Đại cương về công tác chăm sóc người cao tuổi

PGS. OGURA YOSHIKO

Trường ĐHNH PLXH-CSSK Osaka



I/ Hiện trạng người cao tuổi tại Nhật.

- Theo quan điểm của người Nhật, người cao tuổi là những người trên 65 tuổi.
- Xã hội có xu hướng già là khi người già chiếm hơn 7% tổng dân số. Nhật Bản từ năm 1970 đã là xã hội có xu hướng già. Năm 2006 tỉ lệ người già 20,7%.
- Xã hội già là khi người già vượt qua 14%. Ở Nhật Bản từ năm 1995 đã là

xã hội già.

- Xã hội siêu già là khi người già chiếm trên 21%, Ở Nhật Bản từ năm 2010 trở đi được dự đoán là xã hội siêu già.
- Dân số người già của Nhật là 25.390.000 người vào năm 2005.
- Người được chăm sóc là người cần phải được chăm sóc trong sinh hoạt hằng ngày vào năm 2005 là 4.080.000 người, tương đương tỉ lệ 16% trên tổng số người già. Trong số đó có khoảng 30% được chăm sóc tại các trung tâm, khoảng 70% đang được chăm sóc tại nhà.
- Phân nửa số người đang chăm sóc người già là những người trên 60 tuổi (gia đình). Tỉ lệ những người chăm sóc là phụ nữ chiếm 65,5%. Đây là theo thống kê năm 2000.

II/ Chăm sóc là gì?

- Chăm sóc là việc giúp cho người mất khả năng tự chăm sóc mình trong sinh hoạt hằng ngày.
- Công tác chăm sóc là sự hỗ trợ thông qua việc xem xét hoàn cảnh sống tổng quát của người cao tuổi. Trên cơ sở đó điều chỉnh, cải thiện các điều kiện về thể chất, tinh thần và xã hội, cung cấp dịch vụ giúp đỡ gián tiếp như giúp việc nhà, và cũng cung cấp những dịch vụ hỗ trợ xã hội. Về nguyên tắc là tôn trọng nhu cầu của người già, hướng tới việc tự lực, thực hiện hoạt động hỗ trợ mang tính nhân bản, trên cơ sở chấp nhận trọn vẹn con người đó (không phải ban ơn, mà là tôn trọng ý kiến và có cách chăm sóc phù hợp với họ).
- Theo các nhà chuyên môn thì có nhiều định nghĩa khác nhau đang được nghiên cứu, nhưng định nghĩa dưới đây chủ yếu dựa trên phương diện giúp người già cải thiện cuộc sống.
- Đối tượng của công tác chăm sóc ở đây là những người gặp khó khăn trong sinh hoạt hằng ngày do thương tật. Công tác chăm sóc cơ bản dựa trên nghiệp vụ chuyên môn hỗ trợ cho người già, nhằm bảo đảm sức khỏe thể chất, ổn định tinh thần, đồng thời giúp họ hài lòng do sự tiến bộ trong việc tự lực trong cuộc sống.
- Tổng thư ký LHQ Kofi Annan phát biểu: “Nếu mất một người già tương đương mất một thư viện”. Nếu người cao tuổi có thể sống thêm một ngày thì trong một

ngày đó họ vẫn tiếp tục học hỏi. So với giới trẻ, người cao tuổi có sự mạnh mẽ về tinh thần và có khả năng phán đoán dựa vào kinh nghiệm cuộc sống đã từng trải.

III./ Quan điểm cuộc sống, vấn đề cơ bản của công tác chăm sóc.

- Cuộc sống không chỉ là sự sinh tồn đơn giản mà còn phải tích cực thúc đẩy các hoạt động mang tính nhân bản.
- Quyền được sống: xin tham khảo điều 25 của Hiến pháp Nhật Bản.

IV/ Quá trình chuyển biến từ sự chăm sóc gia đình đến việc xã hội hóa công tác chăm sóc và bảo hiểm chăm sóc ở Nhật Bản .

Ở Nhật Bản, cách đây khoảng 40 năm, người già được chăm sóc tại gia đình. Còn hiện nay gia đình không thể chăm sóc người già do những nguyên nhân:

1. Xã hội Nhật Bản trở thành xã hội già đột ngột.
2. Số con trong gia đình trở nên ít đi, trước đây một phụ nữ sinh 4-5 con, nhưng hiện nay trung bình chỉ sinh 1,25 con.
3. Phụ nữ ra ngoài làm việc nhiều hơn.
4. Gia đình hạt nhân gia tăng: đó là gia đình chỉ có cha mẹ ở nhà, con cái sau khi kết hôn thì ở riêng.

Xã hội hóa công tác chăm sóc là: không chỉ có gia đình mà xã hội cũng tham gia công tác chăm sóc.

Vì vậy, năm 2000 nhà nước đã bắt đầu thực hiện chế độ bảo hiểm chăm sóc. Có sự kết hợp ngân sách địa phương và quốc gia, cùng với toàn bộ tiền bảo hiểm của người dân trên 40 tuổi. Khi cần dịch vụ chăm sóc thì người cao tuổi sẽ trả 10% chi phí.

V/ Phân biệt công tác chăm sóc và điều dưỡng.

Công tác chăm sóc: chủ yếu là chăm sóc cho người già trong sinh hoạt hằng ngày.

Điều dưỡng: ngoài việc chăm sóc còn hỗ trợ việc trị liệu cho người bệnh.

Ở trung tâm chăm sóc, đa số là chuyên viên chăm sóc, có 2-3 người là y tá, 1 bác sĩ làm việc chữa trị và điều dưỡng.

Giữa chuyên viên chăm sóc và y tá có những công việc chung là chăm sóc những người cần được chăm sóc, bên cạnh đó cũng có những công việc riêng thuộc lĩnh vực chuyên môn của mình.

VI/ Quan điểm cơ bản của công tác chăm sóc là:

1. Tôn trọng quyền con người, chăm sóc mang tính nhân bản, xem người cần được chăm sóc là bình đẳng, có mối quan hệ cùng sinh sống và cùng tiến bộ.
2. Con người khi còn bé thì được người lớn nâng đỡ, khi trưởng thành thì giúp đỡ người già cùng sinh sống, còn cách sống thì do người già tự chọn và tự quyết định.
3. Trong công tác chăm sóc, cần hỗ trợ người già tự lực trong cuộc sống, nhằm kích lệ tài năng cũng như khả năng còn lại của người được chăm sóc.
4. Việc thực hiện bình thường hóa (Normalization), cùng hòa nhập với người khuyết tật, xin phép không đề cập ở đây.

5. Thực hiện cá nhân hóa, cơ bản dựa theo thuyết 5 bậc thang Maslow, nhưng không nhất thiết phải theo thứ tự từ thấp lên cao. Đặc biệt khi chăm sóc cuối đời (Terminal care) nhiều khi bắt đầu từ việc hỗ trợ cá nhân.

VII/ Khái quát cương lĩnh của Hiệp hội chuyên viên chăm sóc.

Thứ nhất là: tôn trọng quyết định cá nhân, cơ bản là hỗ trợ tự lực cuộc sống.

Thứ hai là: cung cấp dịch vụ chuyên môn, với kỹ năng chăm sóc chu đáo, phán đoán chính xác, và nhận xét toàn diện, sâu sắc.

Thứ ba là: giữ bí mật đời tư.

Thứ tư là: cung cấp dịch vụ tổng hợp và tích cực phối hợp với các ngành khác có liên quan đến công tác chăm sóc như bác sĩ, y tá, chuyên viên phục hồi chức năng, chuyên viên dinh dưỡng v.v.. Nguyên tắc phối hợp là thường xuyên liên lạc, báo cáo, trao đổi với nhau khi cần.

Thứ năm là: cần vai trò người đại diện cho nhu cầu của người cần được chăm sóc, do họ không tự phán đoán được hoặc không thể biểu hiện ý muốn của mình, như người chậm phát triển trí tuệ hay bị lẩn.

Thứ sáu là: thúc đẩy công tác chăm sóc tại cộng đồng, bổ sung và cải thiện các dịch vụ phúc lợi xã hội còn thiếu ở địa phương, và hoạt động nhằm nâng cao khả năng chăm sóc tại cộng đồng.

Thứ bảy là: vấn đề đào tạo thế hệ tiếp nối, với nghĩa vụ đặc biệt quan trọng là tiếp nhận và hướng dẫn thực tập sinh.

VIII/ Hiện nay, Nhật Bản đang tập trung thực hiện 3 điểm phòng chống trong công tác chăm sóc:

1. Việc luyện tập cơ bắp, đi bộ v.v.. cần thiết cho những người già khỏe mạnh và những người già suy yếu để phục hồi chức năng. Trong việc sửa đổi chế độ bảo hiểm chăm sóc gần đây, người cao tuổi cần được chăm sóc ở mức độ nhẹ cũng áp dụng luyện tập như trên.
2. Để đề phòng những bệnh răng miệng, cần thực hiện phong trào 8020 trong việc chăm sóc răng miệng, cần gìn giữ 20 cái răng của bản thân mình ở độ tuổi 80.
3. Cải thiện chế độ ăn uống: người cao tuổi có thể do kinh tế, có khuynh hướng ăn uống qua loa, dễ ăn thiếu chất nên cần được hướng dẫn cải thiện ăn uống. Nhưng bộ thực cũng là điều tệ hại.

IX/ Chăm sóc phút cuối đời (Terminal care)

Theo quy định, đối tượng được chăm sóc phút cuối đời là những người chỉ có thể sống trong vòng 6 tháng. Hầu hết đều mất ở bệnh viện, nhưng gần đây càng ngày càng có nhiều người cao tuổi đón giờ phút cuối đời ở các trung tâm dưỡng lão. Khi thực hiện chăm sóc phút cuối đời điều quan trọng là :

1. Xoa dịu cơn đau: nếu người cao tuổi có yêu cầu thì có thể sử dụng các dược phẩm như thuốc giảm đau, thuốc an thần.
2. Hỗ trợ cuộc sống: phải chú ý tôn trọng thói quen, sở thích của họ và giúp đỡ cho họ có thể làm những điều họ thích, tại nhà hoặc nơi trung tâm đã quen sống .

3. Để phát huy hết năng lực của người đó, khi thực hiện hỗ trợ phải tôn trọng tính cách của họ, quan tâm đến mọi nhu cầu tập quán, sở thích, sở trường, quan điểm của họ.
4. Để xóa đi nỗi bất an về cái chết, cần phải quan tâm chăm sóc theo tinh thần tôn giáo, và theo quan điểm tâm linh về cái chết ... Để họ khỏi cô độc khi thực hiện hỗ trợ, cần phải nhờ sự hợp tác của gia đình và bạn bè. Hầu hết người cao tuổi mặc dù không nói được, nhưng tai vẫn nghe được nên việc trò chuyện với họ rất quan trọng. Đặc biệt việc vuốt ve (skinship) cũng rất quan trọng. Tóm lại coi trọng việc giao tiếp phi ngôn ngữ. Chăm sóc phút cuối đời còn quan tâm cả việc giúp họ thực hiện những ước muốn trước khi mất như: đi du lịch, thưởng thức món ăn mình thích, hoặc được về nhà, cả việc sắp xếp công việc còn lại trong đời, gặp gỡ gia đình và bạn bè, đó là thời gian có thể giúp họ xóa tan nỗi bất an. Nếu người già không có người thân, thì luôn thể hiện sự đồng cảm và lắng nghe, ghi nhận những vấn đề cần chú ý khi chăm sóc họ cho tới giờ phút cuối.