

5. kafli

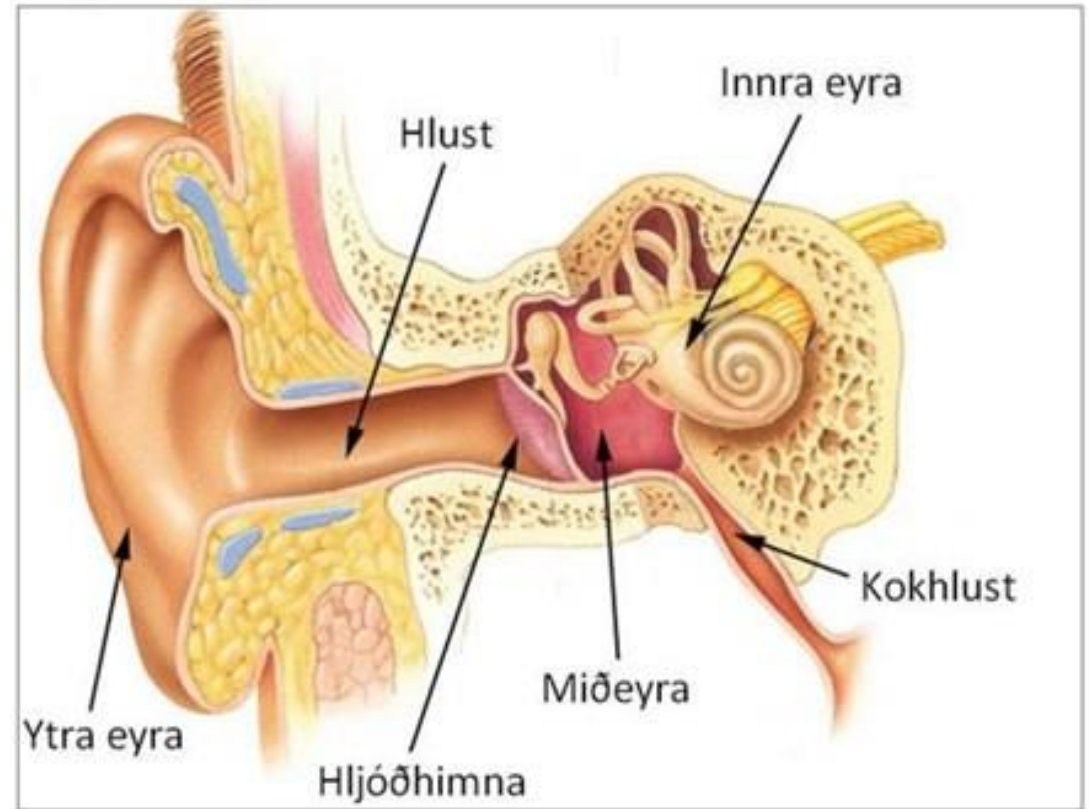
Hjúkrun aldraðra
með vandamál tengd
sjón og heyrn



Öldruð skynfæri

- Áreiti þarf að vera sterkara til að það sé skynjað => þröskuldurinn hefur hækkað.
- Færri nemar virkir => suma skynferla vantar.
- Minnkað bragð- og lyktarskyn eftir 50 ára.
- Skerðing á jafnvægisskyni: - færri boð frá vöðvaspólum, lengur að jafna sig eftir hringhreyfingu.
- Snerti- og sársaukaskynið skerðist, einstaklingurinn tekur ekki eftir núningi og sárum.

Eyru - heyrn



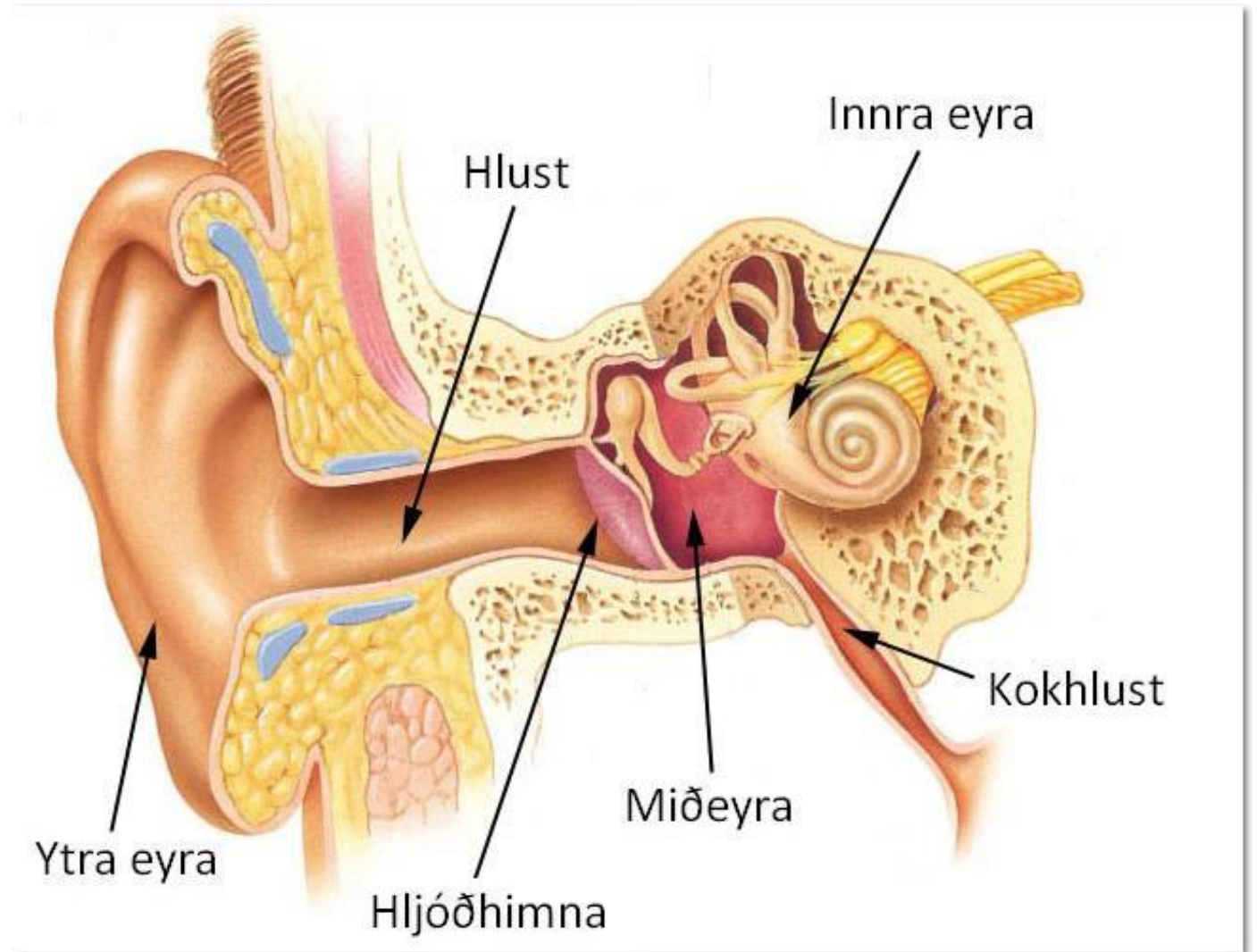
Heyrn

- Mjög algengt að eyrnarmergur valdi heyrnarskerðingu
- Erfitt að ná mergnum því hann verður þykkur og þurr
- Algengi heyrnarskerðingar:
 - Einn af hverjum þremur finna fyrir heyrnarskerðingu á aldrinum 65-74 ára
 - Helmingur á aldrinum 75-79 ára



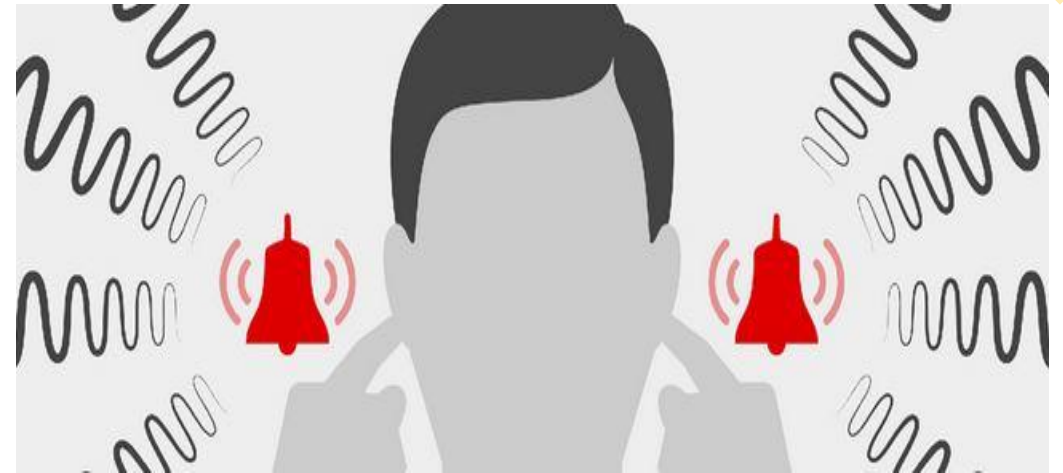
Öldruð heyrn – elliheyrnardeyfa

- Skynfrumur í kuðungi sem nema hæstu tíðnina rýrna
- Vantar í tónsviðið – blæbrigði radda hverfur.
- Meiri styrkur er nauðsynlegur – skrúa upp hljóðið í sjónvarpinu.
- Suð þegar mikið af skynfrumum hefur tapast
- Fleiri karlar með skerta heyrn en konur, einkum þeir sem hafa unnið í háværu umhverfi.
- Ath. að tala skýrt og vera beint fyrir framan þann aldraða.



Eyrnasuð (e. Tinnitus)

- Er stöðug skynjun hljóðs þrátt fyrir að hljóðgjafi sé ekki til staðar.
- Getur verið eins og stöðug hringing, suð, blísturhljóð, bjöllur, púlserandi eða hvínandi hljóð
- Algengast er hátíðnisuð án taugaleiðni
 - Stöðugt eða lotubundið
 - Áberandi að nóttu og í hljóðu umhverfi
- Orsakir:
 - Langvarandi hávaði
 - Mikill eyrnamergur
 - Fyrirferð í eyrnagöngum
 - Ofnæmi
 - Vanvikrur skjaldkirtill
 - Hjartasjúkdómar
 - Sýkingum
 - Áverkum á eyra



Heyrn -meðferð

- Ekki öskra á fólk sem heyrir illa
- Tala hægt og skýrt
- Vera fyrir framan einstaklinginn
- Nota líkamstjáningu
- Endurtekning ef þarf



Kristallar í eyrum- stöðusvimi

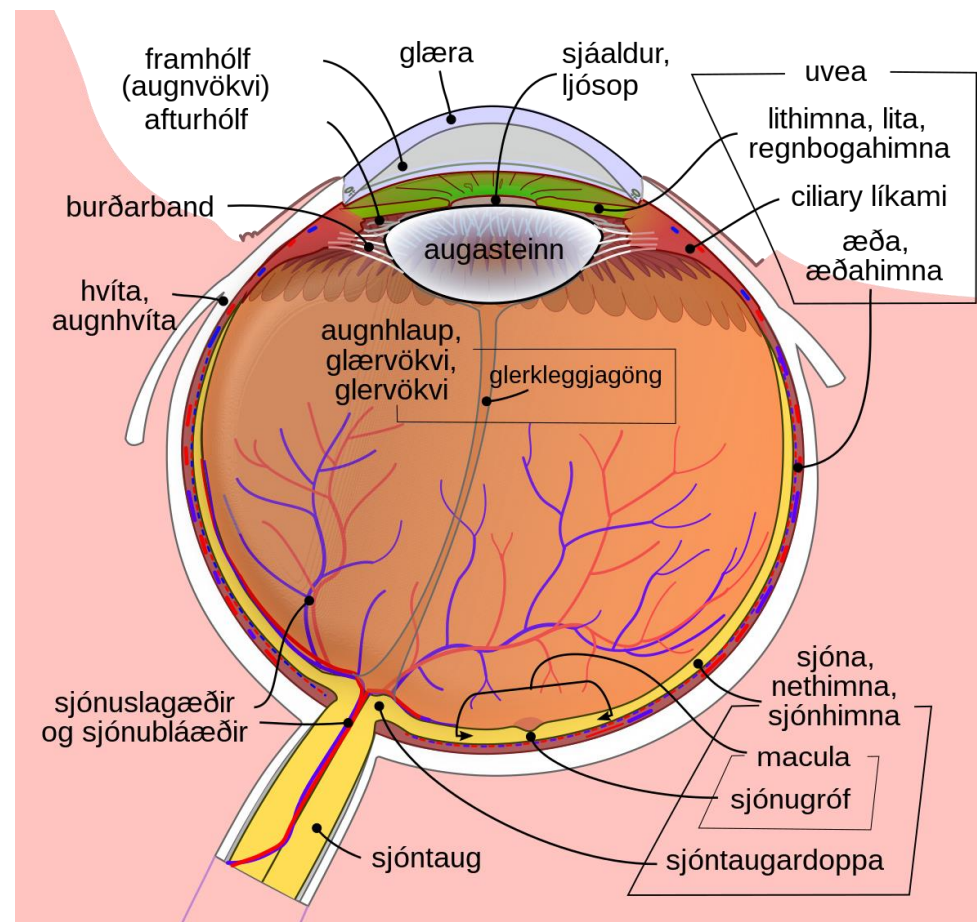
- Vegna smásteina eða kristalla sem losna inn í jafnvægislíffærinu í innra eyra
- Jafnvægisskyn fer
- Hringsnýst allt
- Æfingar: <https://www.youtube.com/watch?v=VtJB5Vx7Xqo>
 - ganga út á að fá kristallana á réttan stað

Heyrnataæki – meðferð á þeim

- <https://www.youtube.com/watch?v=DRFNi78so7o>
- https://www.youtube.com/watch?v=F_er6sN5eAs

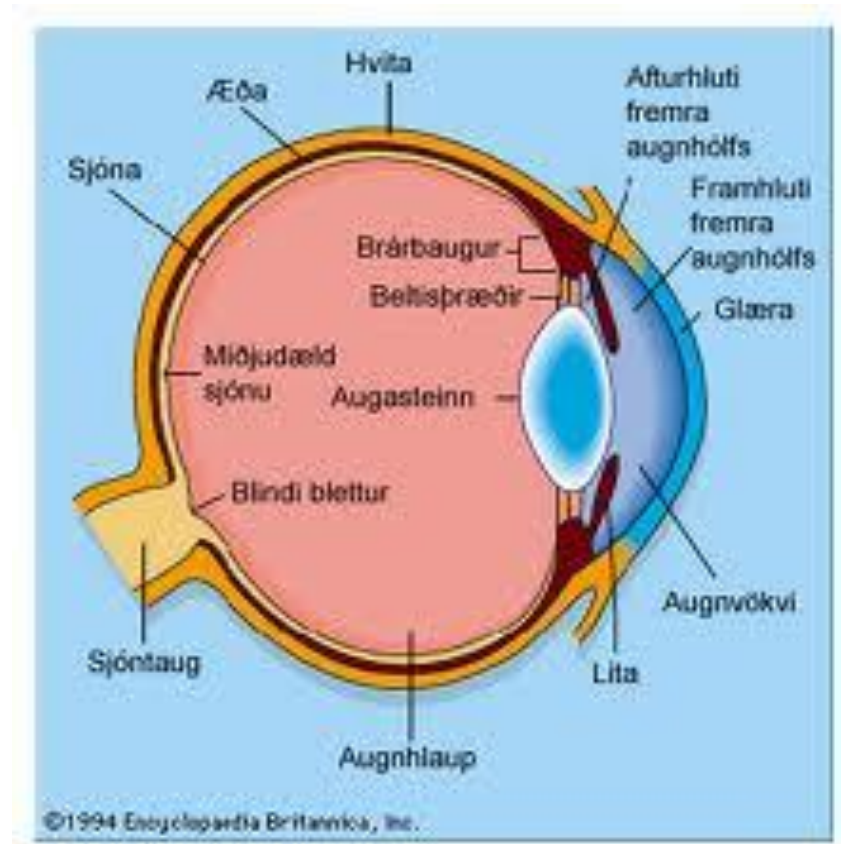
Líffæri sjónar skiptist í aðallíffæri og aukalíffæri

- Augað er í 3 lögum:
 - Trefjalag – yst
 - Æða – í miðju
 - Sjónhimna - innst
- Aðal líffæri sjónar:
 - Augað- oculus
- Auka líffæri sjónar:
 - Augabrúnir, augnlok, táralíffæri og ytri augnvöðvar



Augu

- Augnsjúkdómar, sjóndepra og blindu eru algengari með aldrinum
- Þurr augu oft umkvörtunarefni
- Sjónskerpa- hæfileiki til að sjá nálægt minnkar
- Birtunæmi- hæfileiki til að sjá skýrt í rökkri minnkar



Þættir sem hafa áhrif á augu

- Húðin í kringum augu slappast
- Pokar á augnlokum
- Hæfni til að bregðast við breytingum á birtu minnkar
- Getur haft mikil áhrif á lífsgæði einstaklingsins



Vandamál sem tilheyra sjón

- Ellifjarsýni- byrjar jafnvel uppúr fertugu, 95% e. 65 ára.
- Ský á auga – cataract
 - Orsakir
 - Meðferð
- Gláka- hrörnun á sjóntaug augans
 - Orsakir
 - Meðferð
- Aldursbundin hrörnun í augnbotnum
- Þurr augu



Öldruð sjón

- Fjarsýni – augasteinninn getur ekki orðið eins kúptur, það er: minni sjónskerpa
- Minnkað birtunæmi – Minnkuð pupillureaktion – víkkar minna og er yfirleitt þrengri => aukin slyshætta, þarf meiri lýsingu.
- Breytt litasjón, minnkuð skynjun á bláum og blágrænum litatónum.
- Minni táraframleiðsla => aukin erting og sýkingarhætta.

