

Sjálfsumönnun

Hjúkrun fullorðinna 1

HJÚK2HM05

Kafli 3.

Sjálfsumönnun

Sjálfsumönnun snýst um hæfin fólks til að annast um sjálft sig. Þ.e.a.s. hæfni fólks til að fullnægja eigin þörfum. Ef færni til sjálfsumönnunar er skert eða ekki til staðar, þarf viðkomandi á hjúkrun eða annarri hjálp eða aðstoð að halda.

Kenning

- .Bandaríski hjúkrunarfræðingurinn Dorothea Orem kom með kenning um sjálfsumönnun.
- .Kenninginn er þarfa kenning. Þar sem talað er um að mennirnir hafa ýmsar þarfir sem verður að fullnægja til að njóta heilbrigðis og vellíðunar.

Skilgreinin Orem um sjálfsumönnun:

•“Þær markvissu aðgerðir sem einstaklingum er almennt eðlislægt að hafa frumkvæði að og hrinda í framkvæmd til að halda lífi, heilsu og vellíðan” (Orem, 2001).

Umönnun og sjálfsumönnun :

eru samtvinnuð fyrirbæri.

Fólk sem ekki er fært að annast sig sjálft þarf á umönnun að halda, annaðhvort af hálfu fjölskyldu, vina, þ.e. óformlegri umönnun, eða af hálfu fagfólks, þ.e. faglegri umönnun.

Lærð sjálfsönnun

.Sjálfsönnun lærist þannig af tengslunum sem verða til og við njótum í æsku, og við höldum áfram að læra, auka við og þróa hana alla ævi.

.Sjálfsönnun sprettur af sjálfsönnunarþörfum og setur

Orem fram þrjár tegundir þeirra:

.algildar sjálfsönnunarþafir.

.áunnar sjálfsönnunarþafir.

.sjálfsönnunarþafir samfara heilsubresti.

Sjálfsumönnunarfir

.Algildar sjálfsumönnunarfir eru öllum sameiginlegar, en er fullnægt á mismunandi hátt. Í því liggur áskorunin: Að þú, sjúkraliðinn, aðstoðir fólk við að mæta sjálfsumönnunarpörfum sínum á sama hátt og það mundi sjálft gera ef það gæti. Þú verður að hugsa út frá venjum og óskum einstaklingsins, að svo miklu leyti sem mögulegt er.

Sjálfsumönnunarþarfir

.Áunnar sjálfsumönnunarþarfir eru mismunandi frá einstaklingi til einstaklings. Þær snúast um aðstæður sem tengjast því hvernig fólk lærir og þroskast.

Sjálfsumönnunarþarfir

- .Sjálfsumönnunarþarfir samfara heilsubresti eru einnig mismunandi frá einstaklingi til einstaklings. Þar er um að ræða þarfirnar sem fólk upplifir í samhengi við sjúkdóma, þjáningar og meðferð.
- .Sjätöflu í bók bls: 43.

Sjálfsummönnskennning Orem

Sjálfsumönnunarkenning Orem skiptist í þrjár kenningar:

A. Kenninguna um sjálfsumönnun – Þar sem kröfur og geta einstaklingsins haldast í hendur.

B. Kenninguna um vangetu til sjálfsumönnunar- Þar sem kröfur fara fram úr getu einstaklingsins.

C. Kenninguna um hjúkrunarkerfi – Þar sem einstaklingurinn þarf skipulagða hjúkrun. Mynd 3.2 í kennslubók.

Hjálparaðferðir í hjúkrun

Þegar þú bætir sjúklingnum upp vangetu sína til sjálfsumönnunar koma ýmsar hjúkrunaraðgerðir til greina. Örem skiptir hjúkrunaraðgerðum í fimm mismunandi hjálparaðferðir:

1. að gera eitthvað eða aðhafast fyrir annan
2. að veita leiðsögn og leiðbeina
3. að veita líkamlega aðstoð og andlegan stuðning
4. að stuðla að örvandi og jákvæðu umhverfi
5. að fræða.