

## یک پرستار خوب

تا بوده همین بوده است. این که همه پرستارها در نگاه ما صبور و مهربان بوده اند؛ آن قدر که بنشینند و پا به پای سالمند و حرف هایش با او همراهی کنند. ضمن این که باید با دقت به نیازهای سالمند گوش کند تا آن طور که او دوست دارد در کنارش باشد؛ چون احساس رضایت سالمند تنها هدف از استخدام پرستار است و اگر غیر از این باشد، حضور پرستار چه اهمیتی دارد؟ در واقع این اولین ویژگی اساسی و مهمی است که یک پرستار باید در طول مراقبت از سالمند داشته باشد تا بعد از آن بتوانیم دیگر ویژگی هایش را هم بررسی کنیم. پس در روزهای اول و آشنایی، به این خصلت آنها خیلی دقت کنید. شما باید بتوانید حس خوب و آرامش را از او بگیرید که اگر این طور باشد، قطعاً می تواند از استرس ناشی از دوران سالمندی و افزایش سن سالمند هم بکاهد و حال او را هم دگرگون کند. بهتر است پرستاران متخصص را از مراکز معتبر و تجربه پس داده ای که به طور تخصصی خدمات پرستاری و نگهداری از سالمند در منزل انجام می دهند پیگیری کنید؛ پرستارانی که تخصص و تجربه در این زمینه دارند، قطعاً بهتر می توانند با بحران های پیش روی سالمند برخورد کنند. ضمن این که تجربه و رفتار حرفه ای پرستار هم از دیگر ویژگی هایی است که هنگام استخدام پرستار باید به آن توجه کنیم تا در مسائل تخصصی دوران سالمندی، با کمبود اطلاعات و تجربه روبه رو نشود.

## هزینه ای برای پرستار

البته که نرخ های حقوق پرستاران و مراقبان و بهیاران تا حدودی از طرف مراکز متخصص این امر مشخص است، اما تجربه نشان داده پرستاری تنها وظیفه ای نیست که پرستار انجام بدهد و تمام شود. او باید از قلب و اعصاب و حوصله و صبرش مایه بگذارد و سالمند خانواده را مانند عزیز خودش دوست بدارد تا بتواند به او خدمت کند. پس در مسائل مالی هم می توانید طوری رفتار کنید که نشان دهید چقدر از کاری که انجام می دهد و از حال خوش سالمندان راضی هستید و اگر همین حال خوش ادامه داشته باشد، محبت های او را بی پاسخ نخواهید گذاشت. فارغ از آن، بهتر است خیلی شفاف و روشن، نوع خواسته تان از پرستار را در همان روزهای ابتدایی به طور کامل و دقیق بیان کنید و البته درباره مسائل مالی هم حرف های دقیقی بزنید؛ آن وقت دیگر در میانه راه نه شما از کم کاری او گله می کنید و نه او گله ای از حجم زیاد کارش و شاید حقوقش دارد. البته خوبی اش این است که این شفاف صحبت کردن باعث می شود در صورت عدم رضایت شما و سالمند از پرستارش، بتوانید پرستار دیگری را جایگزین کنید.

## تکلیف را روشن کنید

بسته به نوع سبک زندگی و ارزشمندی خانواده ها، ممکن است شکل حضور پرستار در خانه و خانواده تغییر کند. گاهی تعداد فرزندان آن قدر زیاد است که بتوانند هر روز و هر ساعت به پدر و مادر سالمندشان خدمت کنند، اما گاهی برای یک استراحت کوتاه و تجدید قوایی دوباره، از حضور پرستار استفاده می کنند و دوباره از اول.

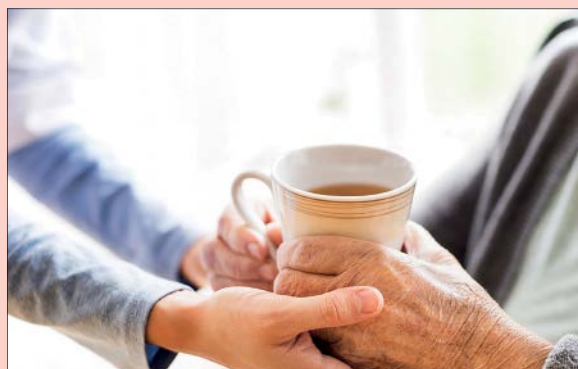
در واقع می توان به پرستار به چشم یک نیروی کمکی برای بالا نگه داشتن حال خوب جسمی و روحی سالمند نگاه کرد. فرزندان می توانند با توجه به شرایط پدر و مادرشان و با در نظر گرفتن زمان هایی که می توانند در کنار آنها باشند، شکل حضور پرستار در خانه را مشخص کنند. گاهی پدر و مادر برای بدیهی ترین نیازها به کمک و همراهی نیاز دارند و خب در چنین شرایطی نیاز به یک پرستار تمام وقت داریم؛ پرستاری که هم بهیار باشد و هم متخصص. اما اگر سالمند در وضعیت نسبتاً مناسبی به سر می برد و تنها برای برخی فعالیت های تخصصی، نیاز به حضور پرستاران متخصص دارد، می توانیم زمان و شکل حضور پرستار را به شکلی دیگر مشخص کنیم و برای تنها نبودنشان، خودمان را به آنها برسانیم.

## مرتب سر بزنید

با وجود همه سختگیری ها هنگام استخدام پرستار، کم پیش نیامده است که از پرستاران خانگی کودکان و سالمندان تجربه های تلخی شنیده ایم. پس این موضوع را بپذیرید که امروز یک غریبه از دایره آدم ها آشنای شما وارد زندگی تان شده و قرار است مدام به خانه تان رفت و آمد داشته باشد. فارغ از این که پرستار را از مراکز معتبر انتخاب می کنید و در روزهای اول و ویژگی هایش را به دقت بررسی می کنید؛ در طول روزهایی که او به عنوان پرستار در خانه سالمند مشغول به فعالیت شده است، مدام به خانه سر بزنید و همه چیز را با دقت بررسی کنید. خانه به همان شکل سابق است؟ تغییری توجه تان را جلب نمی کند؟ بدن سالمند را بررسی کنید؛ نکند در زمان هایی که شما حضور ندارید، پرستار به دلیل ناتوانی های سالمند، رفتار مناسبی با او نداشته باشد. در ضمن تا جایی که می توانید با همسایه های امین سالمند در ارتباط باشید و از او درباره وضعیت روزانه او و پرستارش بپرسید و حتی بخواهید اگر می تواند، گاهی اوقات به خلوت دونفره آنها سری بزنید.

## واما تخصص

گاهی پرستاران صرفاً برای مسائل تخصصی به منزل سالمند رفت و آمد می کنند. مسائلی که از عهده فرزندان و اطرافیان سالمند خارج است. گفتار درمانی، کاردمانی، فیزیوتراپی و... از جمله این خدمات تخصصی است که گاهی سالمندان بر اثر بیماری، کهولت سن یا حادثه ای خاص، به آنها نیاز پیدا کرده اند و پرستاران متخصص در این زمینه می توانند به مرور زمان، توانایی های سالمند را در برقراری ارتباط و واضح صحبت کردن و انجام فعالیت های روزانه بالا ببرند و باعث توانمندی تقویت ماهیچه هایشان شوند. در چنین مواقعی، پرستار متخصص می تواند باری از دوش فرزندان بردارد و از آن مهم تر، از نگرانی آنها بکاهد آن قدر که میزان مراجعه به بیمارستان برای نیازهایی که سر از آنها در نمی آوریم را هم کم می کند. اما گاهی این خدمات از جنبه های جسمی، به جنبه های تخصصی روحی هم می رسد و سالمند نیاز به پرستاران و مشاورانی دارد که خدمات روانپزشکی به او ارائه کند.



بزرگ ترین نیازهای سالمند را برطرف کنند؛ گردش بردن سالمند، کتاب خواندن، کمک به تحرک و راه رفتن سالمند، آشپزی کردن و انجام امور منزل، کمک به لباس پوشیدن و شست و شو و بهداشت فردی سالمند و... از وظایف یک پرستاری تمام وقت و همه جانبه است که خوب است درباره تک تک آنها صحبت و توافق کنید.

## دایره اختیارات

این شما هستید که می توانید دایره وظایف و اختیارات پرستار را پیش از استخدام با او در میان بگذارید تا در روزهای آینده، بر سر مسائل کوچک و جزئی به اختلاف برنخورید. در واقع نوع خدمتی که در روز اول از آن مرکز معتبر درخواست کرده اید، محدوده وظایف پرستار را مشخص می کند. برخی پرستاران تنها برای رسیدگی به مسائل پزشکی و درمانی و در ساعاتی مشخص از روز مسؤول مراقبت از سالمند هستند. از طرف دیگر برخی پرستاران با سالمند زندگی می کنند و قرار است از کوچک ترین تا

سند و کالت فروش وانت سایا ۱۵۱ مدل ۱۳۹۹ رنگ سفید روغنی شماره موتور: M13/6433129 شماره شاسی: NAS451100L4907046 به شماره وکالت ۵۵۲۰۳ مورخ ۹۹/۰۷/۰۱ به نام محمد بینائی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

سند کمیاتی و برگ سبز آریو مدل ۱۳۹۶ رنگ سفید شماره موتور: TNN4G16AG0035480 شماره شاسی: NAS321100H4904919 به نام افسانه عزیزی طالعی مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.

حمیدرضا راه نورد فرزند ابراهیم به شماره شناسنامه ۵۹۵ صادره از اصفهان در مقطع کارشناسی رشته حسابداری صادره از واحد دانشگاهی خوارسگان - مرکز زواره با شماره سریال ۲۴۴۹۵۳۰ مفقود گردیده و فاقد اعتبار است. از یابنده تقاضا می شود اصلاً مدرک را به دانشگاه آزاد اسلامی واحد خوارسگان به نشانی: اصفهان، جی - ارجوانیه ارسال نماید.

برگ سبز خودرو پراید نقره ای متالیک مدل ۸۷ به شماره پلاک ۵۲ ایران ۶۴۸ ج ۴۸ شماره شاسی S1482287270694 و شماره موتور 2612225 به نام معصومه نصرالهی دستگرد مفقود گردیده و فاقد اعتبار است.