

Studieguide till Senior alerts grundutbildning

Inledning

Senior alerts studieguide syftar till att bidra till lärande och reflektion. Med hjälp av sammanfattningar av kapitlen, kopplingar till lärandemål och reflektionsfrågor har du möjlighet att se både din egen utveckling, men även teamets förbättringsbehov för en god och bättre vård. Lycka till och varmt välkommen att kontakta Senior alert på; senioralert@rjl.se

Innehåll

Kapitel 1; Kvalitetsregistret Senior alert och vårdprevention

Kapitel 2; Trycksår

Kapitel 3; Undernäring

Kapitel 4; Fall

Kapitel 5; Ohälsa i munnen

Kapitel 6; Blåsdysfunktion

Kapitel 1; Kvalitetsregistret Senior alert och vårdprevention

Senior alert är ett kvalitetsregister där ni tillsammans i teamet arbetar med vårdprevention och med hjälp av riskbedömningsinstrument kan se risker för trycksår, undernäring, fall, munhälsa och blåsdysfunktion innan de har hänt. Den vårdpreventiva processen är ett arbete för hela teamet, där var och en är en viktig del för ett bättre liv varje dag för våra äldre. Tillsammans kan vi göra skillnad!

Lärandemål

- Ha kunskap och förståelse om det förebyggande arbetssättet (vårdprevention) som är grunden för Senior alert.

Reflektionsfrågor

1. På vilket eller vilka sätt arbetar ert team med förebyggande åtgärder?

2. Vilka möjligheter har ni att träffas i teamet? (Vård - och omsorgspersonal, sjuksköterska, fysioterapeut/sjukgymnast, arbetsterapeut och chef)

3. Vet du vem som gör riskbedömningarna och hur ni tillsammans tar nästa steg i den vårdpreventiva processen?

4. Hur, konkret, kan det preventiva arbetet förstärkas i er organisation för att främja hälsa?

Här kan du läsa mer:

[Senior alert](#)

[Behörigheter](#)

[Webbinarier för kunskapsutveckling](#)

Kapitel 2; Trycksår

Ett trycksår kan uppkomma mycket snabbt, på bara några timmar och orsaka stort lidande. Trycksår kan uppstå på alla delar av kroppen och det är inte ovanligt att en person har flera trycksår. Det är viktigt att undersöka huden ofta för att snabbt kunna sätta in förebyggande åtgärder.

Lärandemål

- Ha kunskap och förståelse om trycksårets olika kategorier och hur du kan förebygga trycksår med hjälp av omvårdnadsåtgärder.

Reflektionsfrågor

1. Hur ofta genomför ni hudbedömningar?

2. Vilka förebyggande åtgärder gör ni tillsammans i teamet för att förebygga trycksår?

3. Finns det behov av att stärka kunskaperna kring trycksår i teamet och om ja på vilket sätt?

Här kan du läsa mer:

[Trycksår](#)

Kapitel 3; Undernäring

Undernäring uppkommer när en person fått i sig för lite energi och/eller näring i förhållande till kroppens behov. Undernäring kan vara plågsamt för personen men kan även leda till en rad andra tillstånd så som till exempel muskelminskning, ökad risk för trycksår och förvirring.

Lärandemål

- Ha kunskap och förståelse om vad undernäring kan leda till och upptäcka risker som kan leda till undernäring.
- Känna till vad i maten som ger näring och energi.
- Ha kunskap och förståelse för hur personal och närstående kan stötta måltiden.

Reflektionsfrågor

1. Hur följer ni nutritionsstatus av personen som riskbedöms?

2. Vilka förebyggande åtgärder gör ni tillsammans i teamet för att förebygga undernäring?

3. Finns det behov av att stärka kunskaperna kring undernäring i teamet och om ja på vilket sätt?

Här kan du läsa mer:

[Undernäring](#)

Kapitel 4; Fall

Fall är vanligt bland äldre och årligen dör fler personer av fallskador än vad det dör i trafiken. Vanligtvis blir det inga fysiska skador men även lättare fall behöver ses som ett varningstecken på att svarare fall kan komma.

Lärandemål

- Ha kunskap och förståelse om vad som kan orsaka fall.
- Känna till hur du förebygger fallolyckor.

Reflektionsfrågor

1. Hur vet alla i teamet vilka åtgärder som sätts in vid risk för fall?

2. Vilka förebyggande åtgärder gör ni tillsammans i teamet för att förebygga fallskador?

3. Finns det behov av att stärka kunskaperna kring fall och hjälpmedel i teamet och om ja på vilket sätt?

Här kan du läsa mer:

[Fall](#)

Kapitel 5; Ohälsa i munnen

En god munhälsa har stor betydelse för livskvaliteten, självkänslan och det sociala livet. Vid sviktande hälsa kan det vara svårt att klara sin egen munvård. I takt med att fler blir allt äldre och behöver hjälp och stöd med sin dagliga omvårdnad, ökar även behovet av munvård och en tillfredsställande munhälsa. Att få hjälp att sköta sin mun och tänder ingår i vård- och omsorgspersonalens arbetsuppgifter.

Lärandemål

- Ha kunskap och förståelse om vad som kan orsaka ohälsa i munnen.
- Känna till hur du förebygger ohälsa i munnen samt utför munvård och riskbedömer enligt ROAG.

Reflektionsfrågor

1. Hur pratar ni med personen som riskbedöms om munhälsa?

2. Hur kan ni tillsammans stärka kunskaperna om munhälsa och riskbedömning med ROAG i teamet?

Här kan du läsa mer:

[Munhälsa](#)

Kapitel 6: Blåsdysfunktion

När vi blir äldre förändras kroppen. Urinblåsan blir stelare och det blir svårare att hålla kvar urinen. Urinblåsans glatta muskulatur försvagas vilket leder till ökad risk för resturin. Dessutom försämras tömningsreflexen vilket kan leda till att signaler om att det dags att kissa kommer först när blåsan är full. Det kan då bli bråttom till toaletten, vilket kan leda till att personen faller. På ett särskilt boende för äldre uppskattas att så många som 70-80% har problem med urininkontinens.

Lärandemål

- Ha kunskap och förståelse om Blåsdysfunktion och vad det kan innebära för den äldre personen.
- Känna till hur du som vård- och omsorgspersonal kan underlätta vardagen för den äldre personen.

Reflektionsfrågor

1. Hur vet alla i teamet vilka åtgärder som sätts in vid risk för blåsdysfunktion?

2. Finns det behov av att stärka kunskaperna kring blåsdysfunktion och hjälpmedel i teamet och om ja på vilket sätt?

Här kan du läsa mer:

[Blåsdysfunktion](#)

[Nikola.nu • Nätverk blås- och tarmdysfunktion](#)