

Karta „Ważne o mnie”

Osoba przed chorobą, osoba w chorobie – najważniejsze informacje dla bliskich i personelu

Karty typu „patient profile” pomagają przekazać personelowi i opiekunom informacje, których nie widać w rozpoznaniu medycznym: jak ktoś chce być nazywany, jak się komunikuje, co go uspokaja, jakie ma rutyny i co jest dla niego ważne. NICE zaleca korzystanie z uporządkowanych narzędzi do poznania preferencji, rutyn i historii osoby żyjącej z demencją. [1][2]

Wypełnij razem z osobą, o ile jest to możliwe i zgodne z jej życzeniem. Aktualizuj kartę, gdy coś się zmienia. To nie jest pełna dokumentacja medyczna – lista leków i dokumenty medyczne powinny być prowadzone oddzielnie.

1. To jestem ja

Imię i nazwisko / jak proszę, żeby się do mnie zwracać

Osoby i zwierzęta, które są dla mnie ważne

Co warto wiedzieć o moim życiu (praca, role, zainteresowania, miejsca, ważne wydarzenia)

Co jest dla mnie ważne dzisiaj

2. Jak najlepiej być ze mną w kontakcie

Jak najłatwiej ze mną rozmawiać?

Np. wolniej, jedno pytanie naraz, pokazywanie zamiast tłumaczenia, krótka pauza na odpowiedź, konkretne wybory.

Słuch / wzrok / pomoce, których potrzebuję

Np. aparat słuchowy, okulary, dobre oświetlenie, stanąć w polu widzenia.

Dotyk i przestrzeń osobista – co lubię, czego nie lubię

Po czym można poznać, że jest mi źle, boli mnie albo się boję?

Co zwykle mnie uspokaja lub pomaga odzyskać poczucie bezpieczeństwa?

3. Mój dzień i moja opieka

Rano – co pomaga zacząć dzień

Jedzenie i picie – co lubię, czego nie lubię, jakiej pomocy potrzebuję

Toaleta – moje zwyczaje i sposób pomocy, który jest dla mnie najbardziej komfortowy

Mycie i ubieranie – kolejność, preferencje, granice, rzeczy które ułatwiają

Ruch / poruszanie się / ryzyko upadku / potrzebny sprzęt

Wieczór i sen – rutyna, godziny, co pomaga

4. Zdrowie i bezpieczeństwo – najważniejsze informacje

Główne rozpoznania / alergie / ważne ograniczenia

Połykanie, konsystencja jedzenia/picia, protezy zębowe – jeśli dotyczy

Ważne leki lub zasady podawania (pełną listę leków dołącz oddzielnie)

Co może wywołać silny niepokój lub opór?

Co personel powinien zrobić, zanim rozpocznie pielęgnację lub badanie?

Kontakt do osoby, którą chcę mieć zaangażowaną / która zna mnie najlepiej

Inne ważne informacje

Data aktualizacji: _____ Osoba, która pomogła wypełnić kartę: _____

Źródła i podstawa merytoryczna

[1] NICE NG97: person-centred care – structured tool for likes, dislikes, routines and personal history.

<https://www.nice.org.uk/guidance/ng97/chapter/recommendations>

[2] Alzheimer's Society: This is me – personal profile for people with dementia/delirium. <https://www.alzheimers.org.uk/get-support/publications-factsheets/this-is-me>

[3] National Institute on Aging: Taking a Person With Alzheimer's Disease to the Hospital.

<https://www.nia.nih.gov/health/alzheimers-caregiving/taking-person-alzheimers-disease-hospital>

Karta jest autorskim materiałem W Chwili inspirowanym zasadami opieki skoncentrowanej na osobie. Nie jest tłumaczeniem ani kopią formularza Alzheimer's Society „This is me”.