



Lelki morzsák – Fogadjuk hálával, amit kapunk

Van, aki jobban szeret adni, mint kapni, de a jó cselekedetekért felénk megnyilvánuló hála fontos erény lehet.

A szeretet megnyilvánulásának egyik módja, ha elfogadjuk azt a hálát, amit jótettünkért fejzenek ki a számunkra. Sokszor bele sem gondolunk, hogy egy-egy elfogadás, milyen hatással lehet a másik személy életére vagy akár az egész világra.

„A férfit Flemingnek hívták, szegény skót farmer volt. Egy napon, miközben valami megélhetést próbált szerezni a családjának, segélykiáltást hallott egy közeli mocsárból. Eldobta a szerszámaikat és odaszaladt a lánchoz. Egy réműlt fiút talált ott, derékig elmerülve a fekete iszapban, aki kiáltozva próbálta kiszabadítani magát. Fleming farmer megmentette a fiút a hosszú, borzalmas haláltól.

Másnap egy díszes hintó gördült a skót szegényes portájára. Egy elegáns nemes ember szállt ki belőle és a megmentett fiú apjaként mutatkozott be.

- Szeretném megfizetni neked – mondta –, hogy megmentetted a fiam életét.
- Nem fogadhatok el fizetséget azért, amit tettem – válaszolta a skót farmer és egy legyintéssel elutasította az ajánlatot. Ekkor a farmer saját fia jelent meg a család viskójának ajtajában.
- Ez a te fiad? – kérdezte a nemesember.
- Igen – válaszolta büszkén a farmer.
- Akkor egyezzünk meg. Hadd biztosítsam neki azt az oktatást, amit az én fiam fog kapni. Ha a gyerek olyan, mint az apja, akkor bizonyosan olyan ember lesz belőle, akire mind a ketten büszkék leszünk.

ÍGY IS LETT! Fleming fia a legjobb iskolákba járt és mikor eljött az ideje, diplomát szerzett a St. Mary's kórház orvosi karán Londonban, majd nemsokára az egész világ megismerte a nevét: ő volt a kiváló Sir Alexander Fleming, a penicillin feltalálója.

Évekkel később, ugyanannak a nemes embernek a fia, aki megmenekült a mocsárból, tüdőgyulladást kapott. És ekkor mi mentette meg az életét? A penicillin! Hogy hívták a nemesembert? Lord Randolph Churchill. És a fiát? Sir Winston Churchill..."

Ha valakit igazán szeretünk, igazán fontosnak tartjuk őt, akkor képesnek kell lennünk arra is, hogy mindent, amit ő szívből, szeretettel ad, azt hálással el is tudjuk fogadni.

Mindent, amit az élet kínál számunkra, azt fogadjuk el és adjunk érte hálát. Ha így teszünk, sokat segíthetünk magunkon, hogy az adni-kapni egyensúly megfelelő összhangban, harmóniában legyen az életünkben.

Gondoljunk csak bele, ha az életben azt is nehezen, félve, vagy egyáltalán nem fogadjuk el, amit egy számunkra kedves ember nekünk szán, akkor azt sugalljuk a világ felé, hogy nem vagyunk elég méltóak rá vagy a túlzott büszkeségünk az oka ennek. Ajándékozunk meg az elfogadás örömeivel szerettünket, valamint önmagunkat is.

Az elkövetkezendő időszakban figyeljünk arra, hogy ahelyett, hogy túlzottan szerénykednénk, udvariasan és hálával telve fogadjuk el mindazokat az ajándékokat, amiket az élet nekünk szánt.



A szakmai szabályzók teljes terjedelemben elérhetők a www.szeretetszolgalat.hu honlapon is, a Módszertan – **Aktuális jogszabályok** fül alatt.

- A Magyar Közlöny 2023. évi 113. számában (2023. augusztus 3.) megjelent a Kormány 364/2023. (VIII. 3.) Korm. rendelete a közalkalmazottak jogállásáról szóló 1992. évi XXXIII. törvénynek a szociális, valamint a gyermekjóléti és gyermekvédelmi ágazatban történő végrehajtásáról szóló 257/2000. (XII. 26.) Korm. rendelet módosításáról.
- A rendelet módosítja a szociális ágazati összevont pótlék, illetve az ápolók, szakápolók egészségügyi kiegészítő pótlékának összegét tartalmazó táblákat a Kjtvh. 5. és 7. I. mellékletében.
- Az egészségügyi kiegészítő pótlék módosítás csak azon

kollégákat érinti, akik erre a pótlékre eddig is jogosultak voltak, a rendelet új jogosultságot nem állapít meg.

- A Slachta Margit Szociálpolitikai Intézet pályázati felhívásokat tett közzé az alábbi témákban:
 - A családok átmeneti otthonai részére külső férőhelyek kialakításához nyújtandó támogatás 2023
 - A támogató szolgáltatás keretében használandó új vagy használt gépjármű vásárlásának, a meglévő gépjárműpark bővítésének, cseréjének támogatása 2023

Benyújtási határidő: 2023. szeptember 15.

A pályázati felhívások itt olvashatóak: <https://nszi.hu/palyazatok/palyazati-felhivasok>



Életvitel tanács / Egészség rovat

Jelen írásunkban a szociális intézményekben végezhető szakápolási tevékenységek ismertetését a sztómaterápia és a dekubitálódott területek, fekélyek szakápolási feladataival szeretnénk befejezni.

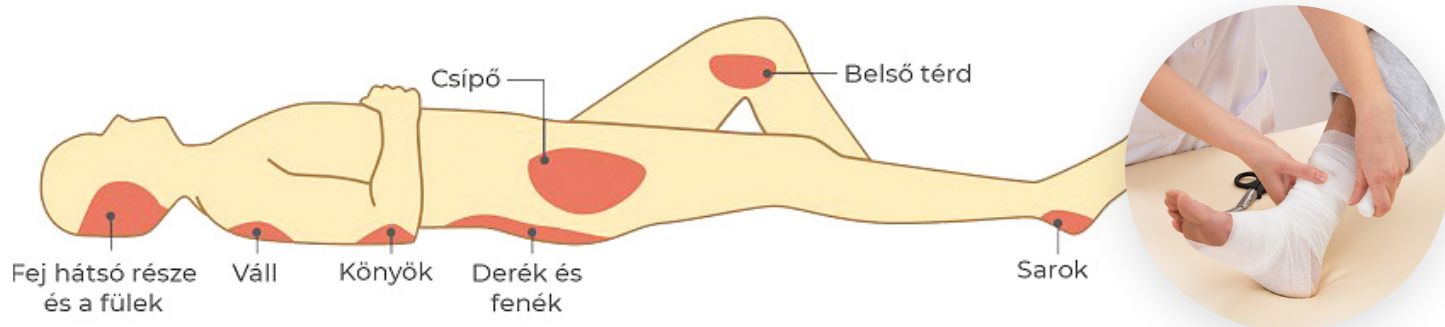
A szakápolást orvosi elrendelés, előzetes szükségletfelmérés, és tervezés alapján, az ellátandó tevékenységre nézve megfelelő szakképesítéssel rendelkező egészségügyi szakdolgozók végzik az ápolás önálló, együttműködő, és függő kompetencia körének figyelembevételével.

A szakápolási tevékenységekhez szükséges eszközök rendelkezésre állását a [60/2003.\(X.20. ESzCsM rendeletben](#) részletezett, a bentlakásos szociális intézményben nyújtott szakápolás minimumfeltételei szabályozzák.

Bizonyos betegségek (daganatos elváltozások, gyulladásgalagos vastagbél megbetegedések) esetén olyan műtéti

beavatkozás válik szükségessé, mely az emésztő és a vizeletelvezető rendszert érintheti. Ezekben, az esetekben a páciens testfelszínén egy vendégnyílást alakítanak ki, ahol napi szinten történhet az „ürítés”. A sztómaműtét típusai: kolosztóma (vastagbél-kivezetés); ileosztóma (vékonybél-kivezetés); urosztóma: a vizelet elvezetése érdekében a húgyvezetékek közvetlenül kivezetése a bőrfelszínre; nefrosztóma: a vesemedencébe katétert vagy drént helyeznek, a drénekre pedig vizeletgyűjtő zsák kerül; cisztosztóma: a húgyhólyagból képzett szájadékon át, vagy a bőrön átvezetett katéter.

Felfekvési nyomás pontok



A kórházi benntartózkodás ideje alatt az emésztőrendszeri sztómaellátás oktatása fokozatosan, lépésről -lépésre gyakorolt sztómaterápiás ápolók segítségével történik. Az ő feladatuk az egyénre szabott ellátási terven keresztül az otthoni életre való felkészítés, valamint segítséget nyújtanak abban, hogy a sztómaviselő minél hamarabb visszatérhesen a korábbi életviteléhez, szabadidős és egyéb tevékenységeihez. A bélsztóma gondozása során rendkívül fontos a megfelelő eszközök kiválasztása. Ennek első követelménye, hogy a bélsártartó zsák a bőr számára legyen kíméletes, az agresszív váladékokkal szemben viszont tartós és ellenálló. Legyen jó szagzáró, anyaga pedig tartós, könnyen kezelhető, továbbá észrevétlenül lehessen viselni a ruházat alatt.

A szakápolónak segítséget kell tudni nyújtani az ellátott számára a sztómazsák cseréjében, a higiéniai ellátásban, a bőrápolásban, és segíteni kell őt a táplálkozással kapcsolatos megváltozott igények kielégítésében is.

Másik témánk a nyomási **fekély** és annak kezelése. A felfekvés lényegében tartós nyomás hatására kialakuló, körülírt szövetelhalás következménye. Általában súlyos alapbetegség miatt tartósan ágyhoz kötött betegeken alakul ki a keresztcsont és a sarkak, csípőtájék feletti bőrben és nagyon rossz gyógyhajlamot mutat.

Súlyossági fokozatok szerinti felosztásuk a seb mélységén alapul és 1-4-ig stádiummal nevezzük meg.

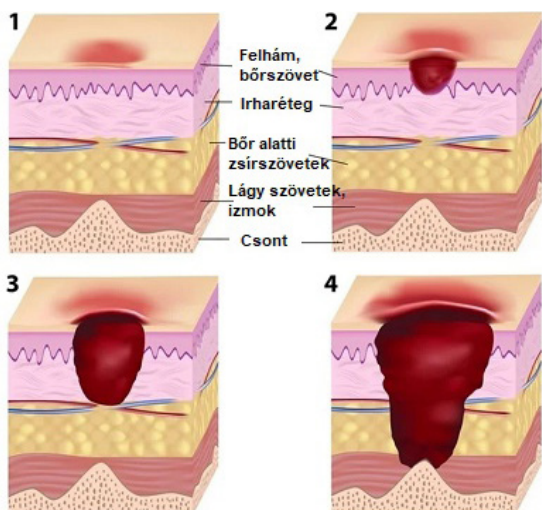
Fontos a seb rendszeres szakápolói, orvosi ellenőrzése, hogy mindig az aktuális állapotnak megfelelő kötszer felírása, kiváltása, alkalmazása történjen.

Fontos szemléletváltás a krónikus sebek kezelésében az, hogy hogyan teremtsünk olyan nedves ideális sebklimát és állandó hőmérsékletet közvetlenül a sebalapon, amely a legideálisabb a sejtek, szövetek regenerálódására, növekedésére, új erezet képződésére. Ezt mull-lapokkal, vazelinrel vagy sebhintőporokkal nem lehet elérni, viszont megfelelő seböblítő szerekkel és intelligens kötszerekkel igen.

A **fekélyek** gyógyulásával kapcsolatban érdemes javítani a pangó ödémás lábszár keringését a kompressziós terápiával (harisnya/fásli), melyben az ápoló, szakápoló jelentős mértékben részt vesz. Emellett fontos figyelembe venni az adott seb állapotát, azt elengedhetlenül szükséges mindenkor feltisztítani. Csak a jól vérellátott, feltisztított, lényegében lepedéktől, nekrotikus sebtörmeléktől mentes granulációs szövet képes begyógyulni.

A dekubitusz és a fekélyek ellátása fokozott odafigyelést, folyamatos felmérést, ellátást, kontrollt igényel, a higiéniai rendszabályok szigorú betartása mellett. Az ellátott életét erőteljesen befolyásolják ezek az elváltozások, ezért a szakértelemmel, precizitással való hozzáállás az életminőséget jelentősen javítja.

Nyomási fekély 4 szakasza





Panaszügyek

A jó hírnév minden szociális szolgáltató számára elengedhetetlenül fontos. Erőforrást jelent a gondozottak, a hozzátartozók, a fenntartó és a dolgozók számára egyaránt. A jó hírnévhez hozzátartozik a hitelesség, megbízhatóság, felelősségteljeség, emberszeretet, emberiség, tisztesség.

Ennek az elérni kívánt állapotnak az egyik gátló tényezője az elégedetlenséget kifejező panasz. A panasz a szociális ellátórendszerben is azt jelenti, hogy valakivel vagy valamivel szemben elégedetlenség, sérelem, kifogás merül fel, melyet szóban vagy írásban közöl az elszenvető fél.

2023. évi XXV. törvény a panaszokról, a közérdekű bejelentésekről, valamint a visszaélések bejelentésével összefüggő szabályokról 5.§ (1) bekezdése értelmében a panasz vagy a közérdekű bejelentés alapján – ha alaposnak bizonyul – gondoskodni kell a jogszerű vagy a közérdeknek megfelelő állapot helyreállításáról, illetve az egyébként szükséges intézkedések megtételéről, a feltárt hibák okainak megszüntetéséről, az okozott sérelem orvoslásáról és indokolt esetben a felelősségre vonás kezdeményezéséről.

Az ellátottak jogairól az **1993. évi III. törvény** a szociális igazgatásról és szociális ellátásokról 94/E.§ részletesen ír, a sérelmek, panaszok az esetek zömében ezek hiányával kapcsolatosak. Az ellátottat az igénybevétel kezdetekor az intézményvezető tájékoztatja 96.§ alapján a panaszjog gyakorlásának módjáról. Néhány intézményben található a panaszkezelésre vonatkozó belső szabályzat, mely jogszabályi alapokon nyugszik, de részletesen tárgyalja a különböző típusú és a különböző fórumokhoz érkező panaszok kezelésének rendjét.

Az ellátottak panaszaival nem kizárólag az intézményen belül, vagy a fenntartó szervezetnél szükséges foglalkozni, előfordul szép számmal, amikor külső szereplőt von be a panaszos. Az ellátottjogi képviselői hálózatot a Belügyminisztérium önálló szervezeti egységként az Integrált Jogvédelmi Szolgálat (IJSZ) működteti. Az ellátottjogi képviselő – törvényekben és a jogszabályokban meghatározott keretek között – védi az ellátottak jogait, segíti őket azok megismerésében és érvényesítésében. (forrás: **IJSZ**) Az ellátottjogi képviselő feladatait is jogszabályok határozzák meg, de kétségkívül ezek közé tartozik, hogy:

- tájékoztatja az ellátottat, törvényes képviselőjét, hogy panaszát mely személy vagy szerv részére továbbíthatja,
- folyamatosan tájékoztatást nyújt az ellátott, valamint a törvényes képviselője részére a meghatalmazás alapján megtett intézkedésekről, eljárási cselekményekről, a kivizsgálás aktuális helyzetéről, a lehetséges jogorvoslati, illetve egyéb panasztételi lehetőségekről.

Az IJSZ 2022-es Éves Szakmai Beszámolója szerint az utolsó három évben közel azonos számú megkeresés érkezett az ellátottjogi képviselőkhöz. Átlagosan 9568 megkeresés évente. A megkeresések legnagyobb százalékát (49%) maga az ellátott kezdeményezte, az intézmények vezetői 14%, az intézményekben dolgozók 13%, a hozzátartozók 9%, a gondnokok 1-1,5%, míg a jogvédelmi képviselők által az esetek 11%-ban tetek észrevétel. A beszámoló tartalmazza, hogy a legtöbb esetben a személyes megkeresést választották. A megkeresések közel 92%-a szakosított intézményekből került ki.

Az érintett ellátotti jogok és arányuk az alábbi táblázatban látható:

Tájékoztatáshoz való jog	Korlátozó intézkedéssel kapcsolatos jog	Teljeskörű ellátáshoz való jog	Testi-lelki egészséghez való jog	Önrendelkezéshez való jog	Gondnokság alatt állók speciális jogai	Emberi méltósághoz való jog	Családi kapcsolatok fenntartásához való jog	Panasz kivizsgálásához való jog	Szociális biztonságához való jog	Egészségügyi ellátáshoz való jog	Testi épséghez való jog
16%	15%	12%	7%	6%	6%	4%	4%	4%	4%	4%	3%

2% alatti arányszámban érintett jogok: intézmény működésével kapcsolatos adatok megismerése, információkhoz, adatokhoz való hozzáférés joga, intézményen belüli-kívüli szabad mozgáshoz való jog.

Jól láthatók az IJSZ által készített statisztikából, hogy mely területeket érinti leggyakrabban és azt milyen nagy számban az elégedetlenség. Ezekből a megkeresésekből nem lett ugyan minden esetben panaszügy, de az ellátottjogi képviselők 2022-ben a 9694 megkeresésnek 12%-ban, tehát 1163 esetben nyújtottak segítséget pa-

naszok, kérelmek, beadványok megfogalmazásában.

Napjainkban az ellátottak és a hozzátartozók jogtudatosabb magatartást tanúsítanak, ez fel kell, hogy ébressze bennünk is a minőségi szolgáltatás nyújtásának igényét, a precizitás, pontosság, a felnőtt kompetenciák tisztelben tartása figyelembevételével. Érdemes körülnézni mindenkinek a maga háza táján, hogy mivel, milyen módon tudja megelőzni a panaszok keletkezését és ezáltal megőrizni, de még inkább növelni a jó hírnevét.



*„A művészet a legbensőbb
érzéseink kifejező eszköze.*

/Frida Kahlo/



Minden ember által létrehozott alkotás a bennünk található világ kifejezése.

Gyerekkorunktól kezdve rajzolunk és festünk, és a művek igencsak sok dolgot elárulnak rólunk, illetve a bennünk lejátszódó folyamatokról. Rendkívül fontos szerepe van a személyiségünk kialakulásában annak, hogy mit és hogyan alkotunk. Nem ritka, hogy gyermekkori traumák, rémálmok, félelmek a felnőtt életünk során csak képi formában kerülnek felszínre.

Rengeteg dologra rájöhetünk alkotás közben, és ezek a felismerések segíthetnek megérteni az élet dolgait.

A képzőművészeti terápia tökéletes kiegészítője a pszichoterápiának, de fontos leszögezni, hogy önmagában a művészeti tevékenység, amennyiben nem párosul szakszerű értelmezéssel, kevésbé hatásos, mint irányított formában.

Az aktív képzőművészet terápia keretében a képzőművészet legkülönbözőbb technikai alkalmazhatók terápiás kifejezésként (rajzolás, festés, ragasztás, kalligráfia, montázs, kollázs, agyag- vagy gyurmaformázás, fagrahás, a természet tárgyaiból vagy bőr- és textilhulladékból készült alkotás), akár önkifejezés formájában, akár a terapeuta által adott felhívó jellegű témaválasztás (önarckép, betegségem, élet-út, amitől a legjobban félek stb.).

A képzőművészeti terápia célja minden esetben valamilyen konkrét, belső pszichés élmény egyedi megjelenítése – saját vagy kész alkotáshoz kapcsolódóan –, amelyben a páciens érzése, illetve gondolatai kifejezésre juthatnak, közvetlenül vagy áttételesen megnyilvánulnak.

Hogyan is segít a képzőművészeti terápia? A kérdés megválaszolásában Bulik Csilla segít: „A terápia olyan dimenziót nyit, amire a verbális eszköztár nehezen, vagy egyáltalán nem képes; ott kezdődik, ahol a szó elfogy, elakad, vagy el sem ér odáig. Mély rétegekbe hatol be, amire a páciens vagy nem emlékszik, vagy olyan erős elfojtás alatt van az emlék, hogy nem tudja szavakkal kifejezni, vagy annyira szorong, hogy a verbális közlésben akadályoztatva van. Ilyenkor nagyon nagy segítség a rajzolás és a festés: a képekkel, szimbólumokkal tud kezdeni kommunikálni. Egy foglalkozás egy aktív munkafázisból és egy megbeszélő körből áll, ami során a csoport is tud egy-egy képhez viszonyulni. Az összes kép közös lesz, mindenki befogadóvá is válik, aktív és passzív művészetterápia is történik egy időben. Közvetlenül gyakran nehéz, esetenként frusztráló is lehet megszólítani egymást, a csoporttárséról vagy a saját rajzáról/festményéről sokkal könnyebb beszélni. Az „Azt érzem, hogy...” vagy az „Azt látom a képen, hogy...” kezdetű mondatok hidat képezhetnek két ember közt, megsegítik a szorongó, interperszon-

ális zavarral küzdő páciens. Megtapasztalják, hogy oldottabb légkörben, a képek segítségével mégiscsak meg indul a beszélgetés; ezt viszik tovább a többi térbe, a verbális terápiába, spontán beszélgetésekbe."

Kétfajta megközelítést ismerünk:

- A művészet, mint kommunikáció: itt a reflexió sokkal központibb mozzanat
- A művészet, mint szublimáció: a művészet önmagában terápia. Ebben a megközelítésben kevésbé fontos, hogy beszéljünk is róla.

A terápia során az önismereti, lélektani munka beindítása, a kreativitás, a képekben való gondolkodás megismerése, aktivitása, fejlesztése a fontos. Nem biztos, hogy a terápia során megtörténik a „csoda”, de a kliens megtanulja, hogy foglalkoznia kell önmagával, akkor

is, ha fáj, mert hosszú távon ez fog eredményt hozni. Mindeközben rátalálhat az önismereti csatornáira, például a festésre. Sikerélményt is kaphat, amely segítheti az önértékelését. Néha nagy változások is végbe mehetnek: látványos például ahogy a depresszió enyhül, a kapcsolataik változnak, alakulnak, az öltözetük kiszínesedik. A sikeres terápia végére a kliens „újraalkotja” magát.

Farkas Vera Gyógyító alkotás – Képzőművészet-terápia című könyvét jó szívvel tudom ajánlani mindenkinek, aki még jobban el szeretne mélyülni a témában, hiszen a könyv szerzője terapeutaként a mindennapi munkájából kiindulva ismerteti meg az olvasóval a terápia hasznos hatásait és az ahhoz vezető utat.

A következő számunkban a táncterápia rejtelseibe pillanthatunk be.

