

نیازهای دوران سالخوردگی

افراد سالخورده یکسری کمک‌های خاص نیاز دارند که در این مقاله به نیازهای احتمالی مختلف آنها و طریقه برآوردن آن اشاره می‌کنیم.



سلامت نیوز : افراد سالخورده یکسری کمک‌های خاص نیاز دارند که در این مقاله به نیازهای احتمالی مختلف آنها و طریقه برآوردن آن اشاره می‌کنیم.

برای مراقبت از سالمندان جوانب مختلفی را باید در نظر داشت. داشتن آگاهی کافی درمورد نیازهای احتمالی مختلف این افراد برای آنها که مسئولیت مراقبت از سالمندان فامیل، والدین و اقوام را بر عهده دارند، اهمیت بسیار زیادی دارد.

نیازهای مالی

به گزارش سلامت نیوز به نقل از مردمان ؛ سالمندانی که به تنهایی زندگی می‌کنند، بدون پشتیبانی دیگران، طبیعی است که یکسری نیازهای مالی داشته باشند. آنها برای تامین همه چیز مثل موادغذایی، پوشاک، دارو و از این قبیل به پول نیاز دارند. آنهایی که بیمه هستند این شانس را دارند که ماهیانه مقداری حقوق دریافت می‌کنند که تا حدی نیاز مالی آنها را برطرف می‌کند. اما آنهایی که هیچ تسهیلات بیمه‌ای یا منبع درآمد دیگری ندارند، مجبورند با تکیه به پس انداز یا حقوق دولتی که دولت به سالمندان نیازمند می‌دهد، زندگی کنند.

نیازهای مراقبتی برای سلامتی

سلامتی سالمندان مهمترین نیاز آنهاست. با بالا رفتن سن، بدن بسیار گند شده و کارایی کمتری دارد. افراد سالخورده در معرض مسائل و مشکلات جسمی مختلفی قرار دارند. این یک جنبه طبیعی از زندگی آنهاست و هیچ کاری برای آن نمی‌توان کرد. اما، با مراقبت درست و تسهیلات پرستاری، بسیاری از این مشکلات جسمی را می‌توان تحت کنترل قرار داد و از بروز مشکلات جدی و حاد جلوگیری کرد. آنها نیاز به چکاپ‌های منظم دگر دارند. این چکاپ‌ها می‌تواند مشکلات احتمالی که ممکن است در آینده برایشان اتفاق بیفتد را پیشگویی کند. درعین‌حال، می‌تواند مشکلات جسمی حاد را در مرحله مقدماتی آن که درمان قابل انجام است تشخیص دهد.

نیازهای غذایی

با بالا رفتن سن، دستگاه گوارش کم‌کم ضعیف می‌شود. افراد سالمند معمولاً با این مشکل روبه‌رو هستند که برخی موادغذایی برای آنها قابل هضم نبوده یا هضم آنها با مشکل روبه‌روست. چیزی که باید تشخیص دهید این است که رژیم‌غذایی افراد سالمند نباید مثل بیست سال پیش آنها باشد. رژیم‌غذای آنها باید طوری اصلاح شود که در آن از موادغذایی مغذی و متعادل استفاده شود که برای بدن آنها قابل پذیرش است و هیچ مشکل و ناراحتی برایشان ایجاد نمی‌کند. معمولاً رژیم‌غذایی افراد سالمند باید برطبق نسخه‌های دارویی آنها تغییر کند.

نیازهای مراقبتی و پرستاری

اگر یکی از اعضای خانواده شما سالمند است و حرکت کردن او بخاطر بالا بودن سن محدود شده است، او به یکسری کمک‌های خاص در برنامه روزانه خود نیاز خواهد داشت. اگر برای کسی در خانواده مقدور نباشد که تمام طول روز را کنار فرد سالمند باشد، باید یک پرستار تمام‌وقت برای او در نظر بگیرید تا به فرد سالمند در کارهای روزانه خود کمک کند. این کار مخصوصاً اگر فرد سالمند در فعالیت‌های ابتدایی خود مثل راه رفتن، غذا خوردن، دستشویی رفتن و از این قبیل نیاز به کمک داشته باشد، بسیار مفید خواهد بود.

نیازهای اجتماعی و سایر نیازها

یک چیزی که باید به خاطر داشته باشید این است که همه عشق و محبت خود را نثار فرد سالمندی که در خانواده‌تان است کنید. فقط به این دلیل که آنها پیر و گند شده‌اند به این معنی نیست که باید نادیده‌شان بگیرید و تنهایشان بگذارید. یادتان باشد، چند سال بعد برای خودتان هم اتفاق خواهد افتاد. با آنها وقت بگذرانید، حرف بزنید، و باعث شود احساس کنند که دوستشان دارید و مراقبشان هستید. به اتاقشان هم باید خوب توجه داشته باشید. می‌توانید در اتاقشان زنگ‌های هشدار برای صدا کردن شما یا سایر تجهیزاتی که می‌تواند موردنیازشان باشد نصب کنید. اینها چند مورد از ابتدایی‌ترین نیازهای افراد سالمند بود که باید همیشه به خاطر داشته باشید. برای برآوردن همه آنها همه تلاشتان را به کار بگیرید تا بتوانند سالها یطلابی عمرشان را در کنار شما با شادی و راحتی بگذرانند.