



HVERDAGSREHABILITERING

Social- og sundhedsassistentuddannelsen / Bedre til fagsprog



3

HVERDAGSREHABILITERING LYT

Rehabilitering handler om, at borgeren **opnår** et **uafhængigt** og **meningsfyldt** liv gennem aktiviteter i hverdagen. Et rehabiliteringsforløb starter med, at du **inddrager** borgerens personlige ønsker og mål og samtidig vurderer borgerens symptomer, **funktionsevne** og sociale problemer. Der **igangsættes** meningsfulde aktiviteter, der kan **forbedre** eller **vedligeholde** borgerens funktionsevne eller danne positive sociale relationer. Med tiden – og med støtte fra plejepersonale og pårørende – kan aktiviteterne blive til rutiner i hjemmet og **nærmiljøet**, som gør borgeren mere **selvhjulp** og giver **øget livskvalitet**. Det kan fx være at deltage i madlavning, vande blomster eller deltage i sociale **arrangementer**.

Rehabiliteringsprocessen er en **målrettet indsats**, som foregår i samarbejde mellem borgeren, de pårørende og sundhedsprofessionelle. Det vil sige, at det ikke kun **involverer** plejepersonale, men også andre samarbejdspartnere som fx sygeplejersker, fysioterapeuter eller egen læge. En **vellykket** rehabilitering **kræver** altså god **tværfaglig koordinering**. Som social- og sundhedsassistent er du med til at skabe sammenhæng og sørge for, at borgerens behov, ønsker og mål er i centrum.



SCAN KODEN
OG LYT

Sosufaglige og før-faglige udtryk LYT

- **Rehabilitering** er en proces, hvor sundhedspersonalet hjælper borgeren tilbage til en normal hverdag, fx gennem genoptræning eller ved hjælp af hjælpemidler
- **Funktionsevne** er borgerens evne til at klare daglige aktiviteter, fx at tage tøj på, og evnen til at deltage i sociale og kulturelle aktiviteter, fx at komme i aktivitetscenter
- **At opnå** betyder at nå et mål, som du har sat dig
- **Uafhængigt** betyder selvstændigt – altså, at du kan klare noget uden hjælp fra andre
- **Meningsfyldt** betyder, at noget giver mening og er vigtigt for borgeren
- **At inddrage** betyder at lytte til borgerens ønsker og handle på dem
- **At igangsætte** betyder at starte noget
- **At forbedre** betyder at gøre noget bedre
- **Vedligeholde** betyder det samme som bevare – nemlig at beholde noget i den nuværende tilstand
- **Nærmiljø** er de nærmeste omgivelser og sociale rammer for borgeren, fx naboerne, nærliggende butikker og parker
- **Selvhjulp** betyder, at borgeren kan klare sig selv
- **Øget** betyder større eller mere
- **Livskvalitet** er det, som giver borgeren glæde og mening i livet
- **Et arrangement** er en (social) aktivitet eller begivenhed, fx en koncert
- **Målrettet** betyder noget, som har et bestemt mål

- **Indsats** er noget, du gør for at nå et mål eller løse et bestemt problem
- **At involvere** betyder at inkludere nogen som deltagere i en aktivitet
- **Vellykket** betyder, at der sker det, du planlagde, og det giver et godt resultat
- **At kræve** betyder, at noget er nødvendigt for, at noget andet kan ske
- **Tværfaglig** betyder samarbejde mellem forskellige faggrupper
- **Koordinering** betyder den måde, du organiserer og fordeler arbejdsopgaver på.

Hverdagsrehabilitering - Hvad siger man? ◀) LYT

Opfølgning på et rehabiliteringsforløb:

- SOSU-assistent: *Jeg synes, det er godt, at du nu selv kan tage tøj på og gå ned at handle. Det var jo det, vi snakkede om, at du gerne ville.*
- Egon: *Tak. Jeg er faktisk lidt overrasket over, at det lykkedes. Og lidt stolt.*
- SOSU-assistent: *Det kan du også være! Hvad tror du, er grunden til, at du er kommet så langt?*
- Egon: *Hmm, det, der har gjort en forskel, er, at du og resten af personalet har været så tålmodige. Og I har også insisteret på, at jeg skulle blive ved med at prøve. Det skal I have tak for!*

Sætninger til hverdagsrehabilitering ◀) LYT

- Hvad kan du godt lide at lave i din hverdag?
- Hvad er vigtigt for dig at kunne i din hverdag?
- Hvad har du brug for hjælp til?
- Er der noget, du ikke længere kan klare, som du har været glad for at kunne tidligere?
- Hvad tror du, der skal til, for at du kan gøre det igen?
- Det kan være en god idé at inddrage de pårørende i rehabiliteringsplanen.
- Hvilke pårørende vil borgeren gerne have, vi inddrager?
- Hvilke pårørende har resurser til at blive inddraget i rehabiliteringsplanen?
- Vi kan fjerne de tunge tæpper, så du ikke går og falder over dem herhjemme.
- Jeg har opfordret borgeren til at begynde at strikke sammen med de andre i dagligstuen.

