



Konference pod záštitou Šárky Jelínkové: Jaké jsou dopady pandemie na seniory a pečující?

Lidovecká senátorka Šárka Jelínková zaštitila dnes v Senátu konferenci s názvem: Jaké jsou dopady pandemie na seniory a neformální pečující. Setkání pořádal Institut důstojného stárnutí a Diakonie Českobratrské církve evangelické v Senátu ČR a tématem byla nejen fyzická péče o seniory, ale také psychické zdraví.

„Téměř 30 let jsem pracovala se seniory a jsem ráda, že se dnes nebudeme bavit jen o nich, ale i o pečujících. Právě na pečující osoby mnohdy zapomínáme, je to skupina, která je stále opomíjená a my musíme nalézt způsob a cesty, jak je ocenit za jejich péči, kterou věnují svým blízkým,“ přivítala účastníky těmito slovy první místopředsedkyně KDU-ČSL a předsedkyně senátorského klubu KDU-ČSL a nezávislí Šárka Jelínková.

Koordinátorka pomoci pro seniory MěÚ Roudnice nad Labem Jana Marková sdělila, že ve městě tvoří 30 % obyvatel senioři. Účastníky také seznámila s tím, jak město seniorům během pandemie pomáhá. *„Pro místní jsme zřídili linku pro seniory a jejich rodinné příslušníky, kde naleznou informace o testování, aktuální protiepidemiologická opatření, co dělat v případě podezření na nemoc a mnoho dalších informací,“* popsala Marková. Město také zorganizovalo dobrovolnou akci, během které 18 dobrovolníků roznášelo roušky a letáky s informacemi do schránek seniorů. Veřejnost pak seniory podpořila šitím roušek a jejich distribucí do neziskového sektoru.

Město Roudnice nad Labem si těmito aktivitami jen potvrdilo, že klíčové jsou dostupné informace, důležitá je koordinace a týmová spolupráce, zaměření na osamělé seniory a v neposlední řadě neustálé mapování situace.

Aleš Gabrysz, ředitel Diakonie Krabčice - Domov pro naše rodiče, hovořil o seniorech a pečujících v domově a o zkušenostech, jaké v pandemii získali. *„Se svými klienty jsme se rozhodli jít do dobrovolné karantény v období 3. - 30. 4. 2020, ale nepovažuji to za řešení situace. Věděli jsme, že v nemocnicích nebyla místa a měli jsme strach o své klienty. Zaměstnanci se přestěhovali na 4 týdny do domova a trávili tam život. Udělali vše, co v tu chvíli považovali za důležité,“* uvedl Gabrysz. Zároveň dodal, že se všichni také pravidelně testovali a zachovali všechny služby. *„Zkrátka jsme si vyzkoušeli, jak se v místě, kterému říkáme Domov, jí, spí a tráví volný čas. Pak se ale i přesto nákaza začala šířit mezi klienty i zaměstnance a pečující nesli velmi těžce odchody seniorů,“* dodal ředitel domova s tím, že později využili také pomoci vojáků, která zaměstnancům pomáhala hlavně psychicky.

„S jinými domovy jsme se vzájemně podporovali, zasílali si vzkazy, obrázky a klienty to nesmírně posilovalo. Slogan „Společně to zvládneme“ nebyl jen klišé. Uvědomili jsme si, že zvládneme víc, než si myslíme, ale také to, že jsme jen lidé. Udělali jsem vše, co bylo v našich silách a co jsme v danou situaci považovali za důležité. I když šrámy na duši jsou,“ řekl ředitel Gabrysz.

Šárka Tesařová, která je výzkumnou pracovnící společnosti Saturnin hovořila o

dopadech pandemie na výskyt deprese u seniorů. Jednalo se o mezinárodní výzkum mezi 6 zeměmi. *„Cílem projektu, který probíhal v roce 2020 na jaře, bylo zmapování důsledků koronavirové pandemie na životní styl a analýza prediktorů depresivních symptomů v populaci. Tedy faktory jako jsou fyzická aktivita, kouření, alkohol, sociální kontakty, média,“* řekla paní Tesařová.

Seniorům se podle ní zvýšil výskyt symptomů deprese *„Senioři získávali informace především prostřednictvím televize, tisk využívali minimálně. Muži se více obávali ekonomických rizik, ženy zase těch zdravotních. Převažoval strach o zdraví blízkých. Zaznamenali jsme 11 340 případů s depresí, z toho je cca 10 % lidí ve věku 65+. V ČR bylo navíc nejvíce případů deprese konkrétně přes 50 %,“* doplnila.

Koordinátorka pohybu paní Adriana Tothová představila, jak zabavuje seniory prostřednictvím on-line projektu na Slovensku pod názvem Budme spolu on-line. Cvičí, zpívají, poznávají kulturní památky, tvoří dekorace. Cílem bylo zpříjemnění trávení času v izolaci a zároveň odlehčit pečujícím.

Michaela Lengálová z organizace Pečuj doma představila nové možnosti podpory. Na konci roku 2019 jí napadl projekt „Kafe s Míšou“ v on-line prostoru, který vznikl jako náhrada osobních konzultací. *„Lidé nepotřebují letáčky, ale průvodce, který jim prakticky poradí, jak postupovat v konkrétních situacích. Mohli si každé pondělí v 17 hodin zapnout počítač a vidět, že v tom nejsou sami“* uvedla paní Lengálová.

Olga Starostová, která je odborným garantem Institutu důstojného stárnutí představila, jak prožívali neformální pečující předešlé vlny pandemie v Evropě. Nejvíce podle ní pečují ženy v průměrném věku 60,5 let. Potřebují být fyzicky zdatné, jsou často ale izolované a osamělé. Péče má také vliv na jejich rodinné a sociální prostředí. *„Veřejná podpora pro ně není dostatečná. 58 % žadatelů ji dostatečně necítí,“* dodala.

A co by podle účastníků bylo dobré změnit? Podpůrné aktivity a systémovou podporu neformálních pečujících, která by byla dlouhodobá a směřovala k určitým cílům. Dále také národní legislativu uznávání neformálních pečujících. Důležitý je také dovoz nákupů a léků. *„Na pečující nezapomenu, musíme je ocenit za jejich nesmírně důležitou a potřebnou práci,“* zakončila Šárka Jelínková.