



با رعایت این نکات همه به کارشان می‌رسند

مراقبت از سالمند و افراد بالای ۶۰ سال بخصوص کسانی که بیماری‌های زمینه‌ای مانند قلبی، ریوی، دیابت و یا سرطان دارند نسبت به سایرین اهمیت بیشتری دارد. کرونا بیماری سخت و خطرناکی است، اما با رعایت چند نکته مهم هم می‌توان از پدر و مادر سالمند به خوبی پرستاری کرد و هم می‌توان جلوی بیکاری پرستاران سالمندان را گرفت؛ نکاتی ساده اما مهم که وقتی رعایت شوند هم خیال خانواده فرد سالمند راحت می‌شود، هم پرستاری که قرار است از او نگهداری کند.

افراد با دانش را استخدام کنید

بهباران و کسانی که از تزریق آمپول و سرم سر درمی‌آورند و داروها را می‌شناسند، افراد مطمئن‌تری برای نگهداری سالمند هستند. بیشتر سالمندان بالای ۷۰ سال با بیماری‌های زمینه‌ای دست‌وپنجه نرم می‌کنند و به مراقبت بیشتر نیازی دارند. به همین دلیل افراد باتجربه که در بیمارستان یا در مانگاه کار کرده‌اند، انتخاب بهتری هستند.

به سن و سال پرستار دقت کنید

پرستاری از سالمند تجربه و صبر می‌خواهد. افراد جوان به دلیل بی‌تجربه بودن خیلی نمی‌توانند در این کار موفق باشند. بهتر است پرستار سالمند را از میان افراد بالای ۳۵ سال انتخاب کنید.

افراد شناخته شده را انتخاب کنید

منظور از افراد شناخته شده، افراد مشهور نیست. بهتر است بعد از پرس‌وجو در میان دوست و فامیل، پرستاری انتخاب کنید که امتحان‌اش را پس داده باشد. در این بین، افراد مسئول و وظیفه‌شناس در رتبه نخست قرار می‌گیرند. چون نگهداری از سالمند مسئولیت سخت و بزرگی است.

با پرستار صادق باشید

اگر فرد سالمند شما بیماری خاصی دارد حتماً باید آن موضوع را به پرستار بگویید. اگر کسی در خانه بیماری کرونا دارد، یا سالمند شما مبتلا به کروناست، این حق پرستار است که بداند از چه بیماری پرستاری می‌کند.

محیط را آماده کنید

در روزهای کرونایی بهتر است اتاق سالمند پر نور و حتماً پنجره داشته باشد. تخت سالمند را کنار پنجره و صندلی پرستار را با فاصله دو متری از تخت بگذارید. بهتر است صندلی پرستار کنار در ورودی اتاق باشد.

حواستان به علائم باشد

از استخدام افرادی که علائمی مانند سرفه، تب، عطسه یا تنگی نفس دارند بهتر است خودداری کنید. کارشناسان توصیه می‌کنند از پرستاران تست کرونا بخواهید، اما فقط یک بار و فرای شروع کار. چون پرستاران به دلیل مسئولیت سنگینی که دارند بیش از بقیه افراد نکات بهداشتی را رعایت می‌کنند.

مدام پرستار را کنترل چک نکنید

اگر پرستار شایسته‌ای انتخاب کرده‌اید، دیگر لازم نیست مدام او را کنترل کنید. خود پرستار می‌داند در مواجهه با سالمند باید ماسک بزند. پرستار هم مانند دختر یا پسر و فرد نزدیک به سالمند نکات بهداشتی را رعایت می‌کند. ماسک می‌زند، از دستکش استفاده می‌کند و... پرستاری که به صورت شبانه‌روزی از سالمند مراقبت می‌کند و رفت‌وآمد ندارد، از خطر ابتلا به کرونا در امان است؛ به همین دلیل لازم نیست هر هفته تست کرونا بدهد.



مشکلات مراقبان سالمندان در دوران همه‌گیری

کرونا، سالمندان را بی‌پرستار کرد

پرستار خصوصی سالمندان، شغل بی‌مجویی است که نه بیمه دارد و نه بیمه بیکاری. برای همین هم هست که به قول خودشان دست‌شان به جایی بند نیست و از این خانه به آن خانه می‌روند تا بتوانند از پس هزینه‌های زندگی برآیند. ضرر و زیان همه‌گیری کرونا و تأثیری که این ویروس بر اقتصاد و کسب‌وکار مردم گذاشت، یکی دو تا نیست. از کارگرانی که تعدیل شده‌اند و کسب‌وکارهای تعطیل شده گرفته تا زنان و مردان دستفروشی که دیگر نمی‌توانند در خیابان بساط کنند و زنان و مردان پرستار سالمندان که اکنون شغل‌شان را از دست داده‌اند. پرستارانی که در واقع هیچ مدرکی ندارند، اما برای نگهداری از سالمند و انجام کارهای او استخدام می‌شوند؛ پرستارانی که بسیاری از آنها به دلیل ویروس کرونا و خطر انتقال این بیماری به سالمندان نمی‌توانند به کارشان ادامه دهند. حالا هم کسانی که سالمند دارند و برای نگهداری از او به پرستار نیاز دارند، مشکل پیدا کرده‌اند و هم پرستاران خصوصی که مجبور هستند هر هفته تست کرونا بدهند و با برکه سلامت کارشان را آغاز کنند.

گزارش

می‌ترسم پدرم کرونا بگیرد

شیرین ۴۸ ساله و کارمند بانک است. پدرش آلزایمر دارد و در خانه او زندگی می‌کند: «تا قبل از کرونا اصلاً مشکلی نداشتیم، اما از وقتی اعلام شد سالمندان در گروه پرخطر قرار دارند و رفت‌وآمدها باید محدود شود، مجبور شدیم عذر پرستارش را بخواهیم. پرستار از ساعت هشت صبح تا ساعت چهار بعدازظهر از پدرم نگهداری می‌کرد. خیلی هم خانم مهربان، مسئول بالاد و پاکدستی بود. خیال‌ام راحت بود که پدرم سر وقت غذا و داروهایش را می‌خورد و استراحت می‌کند، اما بعد از اینکه گفته‌اند مراقب سالمندان باشید به پرستارش گفتم دیگر نیاید و خودمان از پدر مراقبت می‌کنیم.»

حالا خواهرها و برادرها به نوبت از پدر ۸۵ ساله‌شان مراقبت می‌کنند که این هم مشکلات خاص خودش را دارد. «یکی از برادرهایم خارج از ایران زندگی می‌کند و فقط من و خواهر و یک برادر دیگر می‌توانیم از پدرم مراقبت کنیم. برای من مرخصی گرفتن خیلی سخت است. خواهرم باید از هشتگرد کرج بیاید و خانه برادرم



اکرم احمدی

روزنامه نگار

تست کرونا که

ارزان نیست.

هر بار که به

خانه مادرم

می‌رفتم

می‌گفتمند

تست سلامت

هم بیاور.

مسئول

آزمایشگاهی

که از من تست

می‌گرفت

تعجب کرده

بود و می‌گفت

چرا اینقدر

وسواسی

هستی. برای

همین دیگر

خسته شدم

و گفتم دیگر

نمی‌آیم

تست کرونا به تاریخ روز

مرجان ۳۵ ساله است و لیسانس روانشناسی دارد. او سه سال در یک شرکت کار کرد، اما مهرماه سال گذشته و به دلیل مشکلات مالی شرکت تعدیل شد و بعد از چند ماه بیکاری تصمیم گرفته به مؤسسه‌های خصوصی خدماتی مراجعه کند: «بالاخره بعد از چند ماه یک کار پیدا کردم. باید از یک خانم مسن ۹۰ ساله نگهداری می‌کردم. خانواده این خانم خیلی سختگیر بودند. بسا اینکه در یک واحد آپارتمان بزرگ تنها زندگی می‌کرد، اما هر روز دختر و پسرها و نوه‌های‌اش به ما سر می‌زدند. مدام کارهای مرا چک می‌کردند. چند روز اول کارم هر وقت می‌خواستم از خانه بیرون بروم کیف مرا می‌گشتند. من از این کارها ناراحت می‌شدم، اما مجبور بودم تحمل کنم. خودشان خیلی معذرت‌خواهی می‌کردند و می‌گفتند پرستار قبلی طلاهای مادرشان را سرقت کرده و حتی از فریزر گوشت و مرغ برداشته است. تازه داشتند به من اعتماد می‌کردند

پرستاری که کرونا گرفت و اخراج شد

فهیمة ۴۰ ساله حدود ۱۰ سال است که از سالمندان نگهداری می‌کند. او مدرک بهیاری دارد و می‌تواند آمپول و سرم هم بزند: «تا قبل از کرونا شغل خوبی داشتم. کم‌کم مردم مرا به هم معرفی می‌کردند. در چند سال گذشته از هفت سالمند با بیماری‌های شدید و آلزایمر نگهداری کرده‌ام و همه خانواده‌ها از من راضی بوده‌اند، اما با آمدن کرونا همه چیز تغییر کرد. کار خیلی سخت‌تر شد. من یک دختر ۱۰ ساله دارم. خیلی نگران او بودم که مبادا از رفت‌وآمدهای من کرونا بگیرد. برای همین تصمیم گرفتم کار نکنم و در خانه بمانم.»

اما هزینه‌های سنگین زندگی و اجاره خانه نگذاشت فهیمة بیشتر از سه ماه در خانه بماند: «پس اندازم که تمام شد از طرف یک خانواده پیشنهاد خوبی دریافت کردم. سه روز در هفته باید از پدر پیری نگهداری می‌کردم که مشکل

پرستاری از سالمندی که کرونا داشت

مریم ۳۴ ساله است. مطلقه است و یک پسر سه ساله دارد. با پدر و مادرش زندگی می‌کند اما به قول خودش برای اینکه سرس‌بار خانواده‌اش نباشد، کار می‌کند تا خرج خودش و پسرش را در بیاورد: «پرستاری از سالمند کار سختی است اما پول خوبی دارد.

من برای هر شب که برای همراهی سالمند به بیمارستان می‌رفتم بین ۳۰۰ تا ۴۰۰ هزار تومان می‌گرفتم. برای پرستاری از سالمند در ماه با چهار روز مرخصی ۴ تا ۴ میلیون و ۵۰۰ هزار تومان حقوق می‌گرفتم. هم خرج زندگی‌ام درمی‌آمد و هم می‌توانستم برای یک زندگی مستقل پول‌ام را پس‌انداز کنم، اما این کرونای لعنتی همه چیز را خراب کرد.» مریم مثل همیشه از طرف مرکز مؤسسه خصوصی پرستاری به یک خانواده معرفی می‌شود. او باید از مردی ۷۸ ساله نگهداری می‌کرد که هم بیماری دیابت داشت و هم ناراحتی قلبی، اما او بیماری دیگری هم داشت که مریم نگفتند. پیرمرد به کرونا مبتلا شده بود: «وقتی وارد خانه شدم همه ماسک زده بودند. حقوق خوبی پیشنهاد کردند. گفتند برای هر هفته ۲ میلیون تومان می‌دهند و اینکه پدرشان زخم‌های دیابتی دارد و هر روز باید زخم‌ها را پانسمان کنم. قبول کردم

و آنها هم رفتند. اما وقتی حال پیرمرد را دیدم خیلی تعجب کردم. پیرمرد از تب می‌سوخت و حال‌اش اصلاً خوب نبود. به من گفتند به خاطر عفونت زخم‌های دیابتی، بدن‌اش عفونت کرده و برای همین تب دارد. اما یک شب حال پیرمرد خیلی بد شد. تب‌ولرز داشت و سرفه‌های عجیبی می‌کرد. وقتی به من گفتند که پیرمرد را از دست بدهم، من آن خانواده را هیچ‌وقت نمی‌بخشم. پدرشان بعد از چند روز در بیمارستان فوت کرد. آن بیچاره گناهی نداشت. شاید اگر او را زودتر به بیمارستان می‌بردند زنده می‌ماند و این همه داستان هم برای من پیش نمی‌آمد. تازه فکر می‌کردم چه کار خوبی پیدا کردم. اما بعد از ابتلا به کرونا کلی پول آزمایش و دارو دادم.»