

Grundlæggende pleje – kort fortalt

Grundlæggende pleje er alt det, vi gør, for at understøtte menneskers helt almindelige behov. Plejen omfatter både:

- **Praktiske handlinger**, fx hjælp med toiletbesøg, personlig hygiejne, ernæring, hvile og mobilisering.
- **Psykosocial støtte**, der hjælper borgeren til at mestre sin egen situation og opleve livskvalitet – trods fx funktionsnedsættelser og sygdom.



Se to minutters video om de vigtigste begreber i grundlæggende pleje

Derfor er grundlæggende pleje vigtig

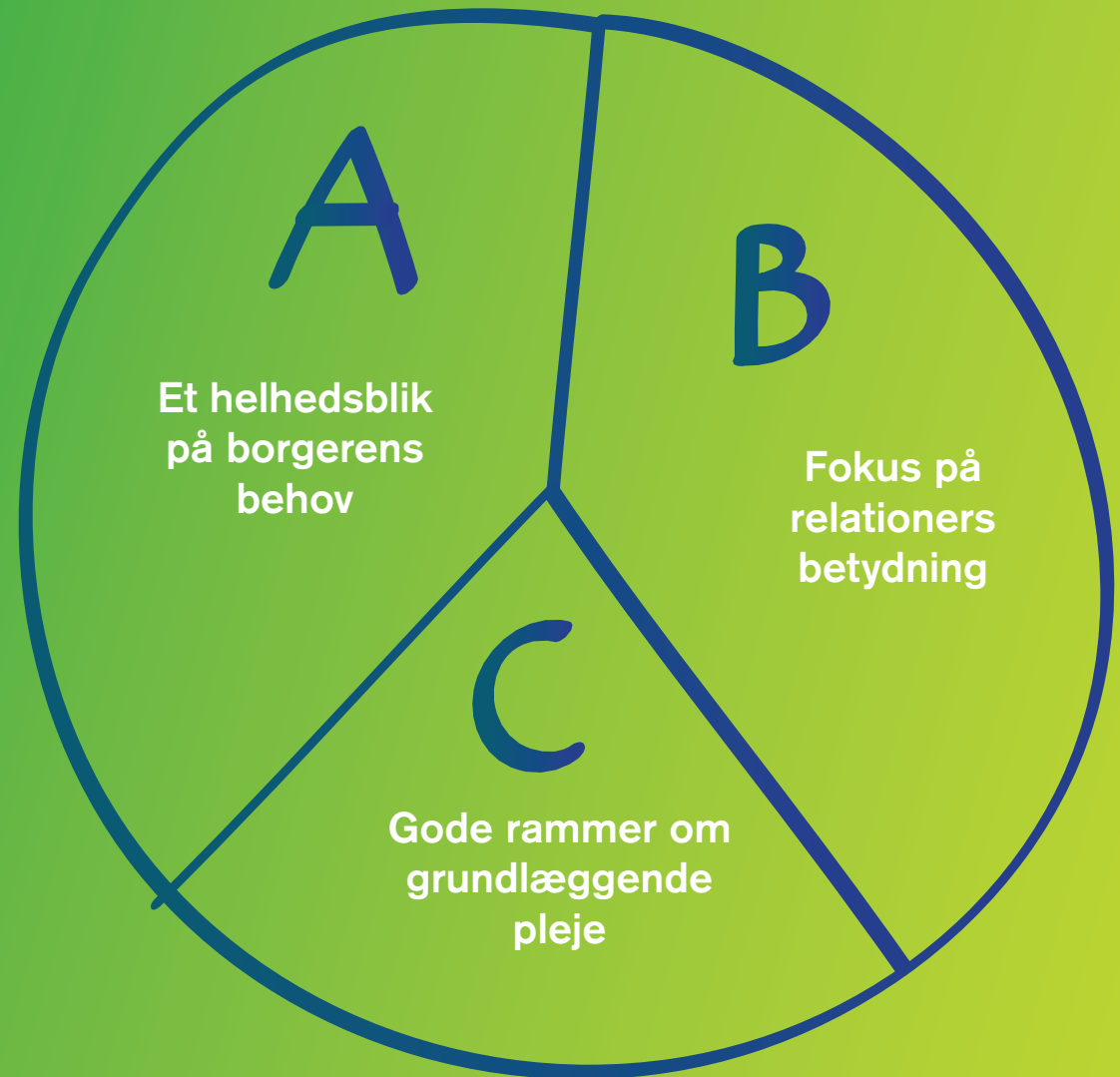
Grundlæggende pleje:

- Er ofte afgørende for den enkelte borgers livskvalitet og værdighed.
- Er en del af fundamentet for den mere specialiserede pleje og behandling.
- Kan bidrage til, at borgeres sundhedstilstand ikke forværres, så de skal (gen)indlægges.
- Er derfor en central del af vores fælles kerneopgave.



Den grundlæggende plejes ABC

- A. Grundlæggende pleje handler ikke bare om at støvsuge eller skifte en ble, men om at se og hjælpe "det hele menneske".
- B. En god og tillidsfuld relation gør det trygt og værdigt for borgeren at modtage den nødvendige hjælp – og muligt for os at hjælpe rigtigt.
- C. Hverdagen skal indrettes sådan, at det er så let som muligt for os at udøve og samarbejde om god grundlæggende pleje.



A. Et helhedsblik på borgerens behov

De borgere, vi skal hjælpe, er hele mennesker med sammensatte behov.

- Vi har som fagpersoner ofte fokus på de **fysiske behov**. Det vil sige borgerens behov for at være ren, varm, smertefri, ernæret, hydreret, mobil, udhvilet, påklædt og sikker.
- Men alle mennesker har også **psykosociale behov**. Borgeren har fx brug for føle at sig tryk, involveret, informeret, kompetent, værdig og rolig.

Et helhedsblik betyder, at vi altid er opmærksomme på begge typer af behov – uanset hvad vi i situationen skal hjælpe borgeren med.



B. Fokus på relationers betydning

En god relation til borgeren har værdi i sig selv, men kan også være afgørende for, at borgeren oplever det trygt og værdigt at modtage hjælp.

I nogle tilfælde er en god relation ligefrem en forudsætning for, at borgeren vil lade os komme tæt på og hjælpe med de basale behov.

Der er ingen fast opskrift på, hvordan man opbygger en god relation. Men det kræver, at vi er bevidste om og bruger vores sociale kompetencer, fx evnen til at lytte og sætte os i borgerens sted.

Også gode relationer til pårørende kan være vigtige for at kunne udøve god pleje.





C. Gode rammer om grundlæggende pleje

Nogle af rammerne om den grundlæggende pleje kan vi selv beslutte eller være med til at præge.

Det gælder fx:

- **Samarbejdet i vores daglige arbejdsfællesskab**, fx rutiner for, hvordan vi deler viden indbyrdes, og hvordan vi prioriterer at give hinanden sparring om den grundlæggende pleje.
- **Vores egne strukturer og systemer**, fx planlægning af vagter og ruter, praksis for dokumentation, samarbejdsformer, kompetenceudvikling mv.

Andre rammer kan vi ikke *umiddelbart* ændre på, fx lovgivning, politiske beslutninger eller de økonomiske rammer for driften.



Fire vigtige spørgsmål om vores grundlæggende pleje



1. Hvordan bruger vi vores kliniske blik?

- Et klinisk blik betyder, at vi altid har øjnene med os ude hos borgeren – uanset hvad vi kommer for at udføre.
- Små tegn og ændringer kan fortælle meget om borgerens generelle tilstand. Levnet mad. Hudens kulør. En tristhed i stemmen – og meget andet.
- Det kan være vigtigt for at opdage forværringer i tide – og derigennem forebygge sygdom og måske indlæggelse.
- Brug fx de 12 sygeplejefaglige problemområder til at skærpe og træne dit kliniske blik.



2. Hvordan respekterer vi borgerens selvbestemmelse?

- Som udgangspunkt har enhver borger ret til at bestemme over sig selv og sit eget liv.
- Det betyder, at borgere i nogle situationer kan træffe beslutninger, der er uhensigtsmæssige ud fra et plejefagligt perspektiv.
- Som kommune har vi omsorgspligt og skal hjælpe borgere, der ikke kan tage vare på deres egne interesser, så der ikke opstår omsorgssvigt.
- Men der er mange gråzoner, og vi vil som medarbejdere ofte stå i et dilemma mellem at følge borgerens ønsker og vælge den fagligt set bedste løsning.



3. Hvorfor er sociale kompetencer vigtige?

- I al pleje er sociale kompetencer afgørende for, at vi kan samarbejde godt med og om borgerne.
- Vi skal blandt andet være gode til at aflæse mennesker og situationer. Vi skal kunne lytte, kommunikere, samarbejde, sætte grænser og løse konflikter på en ordentlig måde.
- Derfor skal vi forstå de sociale kompetencer som en del af vores grundlæggende faglighed – og tale med hinanden om, hvordan vi styrker dem.



4. Hvad betyder kontinuitet i plejen?

- Kontinuitet i den grundlæggende pleje handler om, at borgeren så vidt muligt møder den samme lille gruppe af medarbejdere. Desværre er det ikke altid praktisk muligt.
- Derfor handler kontinuitet også om at skabe faglig sammenhæng i plejen. Om at have den nødvendige viden om borgerens situation og behov. Om at møde borgeren på samme måde.
- For at sikre det skal vi være gode til at dokumentere, dele og bruge relevant information – og til at koordinere vores indsats indbyrdes.

