



Informasjonsperm

Rokilde sykehjem 4.etg.



Permen er utarbeidet i samarbeid med Høgskolen i Molde som et ledd i undervisningssykehjemprosjektet. Prosjektgruppen har bestått av følgende personer:

Høgskolelærer Anne Wirum, hjelpepleier Kjellaug Roksvåg, sykepleier Siw Ekholm og sykepleier Karina Molvik.

INNHold

Velkommen

Generelt om Rokilde

Organisering av 4.etasje

Telefon og post

Besøks tid

Måltider

Trivselkasse

Høytid og fest

Trivselstiltak og aktiviteter – livskvalitet i sykehjem

Tilbud for pasientene ved avdelingen

- *Lege og tannlege*
- *Prestetjeneste*
- *Frisør*
- *Fotpleie*
- *Andre tjenester*

Pasientens personlige eiendeler

Pårørendesamtaler

Til deg som pårørende

Å leve er ikke nok,



H.C. Andersen

Sommerfuglen

*...Seent var det paa Efteraaret, med Regn og Rusk; Vinden blæste koldt ned ad Ryggen paa de gamle Piletræer, saa at det knagede i dem. Det var ikke godt at flyve ude ... men Sommerfuglen fløi heller ikke ude, han var tilfældigviis kommen inden Døre, hvor der var ild i kakkelovnen, ja rigtigt sommervarmt; han kunde leve; men, «**leve er ikke nok!**» sagde han, «**Solskin, Frihed og en lille Blomst maa man have!**»*



Velkommen til Rokilde Sykehjem!

Denne informasjonspermen er for deg som har kortere eller lengre opphold i avdelingen og til dere som er pårørende.

Vi ønsker på denne måten å presentere avdelingen ved å gi både praktisk informasjon og å formidle vår ideologi.

Vi vil at du skal ha det godt



Det å skifte adresse til en sykehjemsavdeling medfører et bofellesskap med andre. I tillegg må du i større eller mindre grad overlate gjøremål til personalet som du tidligere har mestret selv.

Mange har opplevd en plutselig endring i helsetilstand og dramatisk endring i livssituasjonen. Andre har hatt en gradvis svekkelse over tid, og kanskje hatt flere opphold i sykehjem og sykehus før innleggelse hos oss.

Vi ønsker at du på tross av disse endringene skal få bestemme over dagen din og hvordan du vil leve. Dine behov skal være retningsgivende for hvordan vi utfører vårt arbeid og hvordan vi organiserer oss.

Sykehjemmets motto er "Trygghet, Trivsel og Tillit", og vi har ved avdelingen brukt mye tid på å finne ut hva som skal til for at dette skal oppnås. Vår erfaring er at den viktigste forutsetningen er tilgjengelighet og tilstedeværelse.

For å skape tillit, oppnå trygghet og å oppleve trivsel må vi være tilgjengelige, åpne og imøtekommende for deg som bor her, for dere som pårørende og besøkende, og for hverandre som kollegaer.

Dersom du har noen forslag til videreutvikling av permen, er vi glade for innspill fra både pasient og pårørende.

Med hilsen personalet



Generelt om Rokilde sykehjem

Rokilde sykehjem har 70 døgnplasser fordelt på 4 avdelinger. Den enkelte avdeling har 16-19 plasser. Med to unntak har Rokilde bare enerom. Alle har eget bad med dusj og toalett.

Rokilde har siden 1998 gjennomgått en utvikling fra aldershjem til behandlingssykehjem. Pasientene i sykehjem i dag kjennetegnes av komplekse sykdomsbilder som krever aktiv behandling. Dette gir nye utfordringer i forhold til organisering og kompetansebehov. Rokilde sykehjem ønsker å utvikle seg i takt med pasientenes endrede behov for behandling, pleie og omsorg. Vi ønsker å gi et tilbud av høy kvalitet tilpasset den enkelte pasients sykdom og livssituasjon. Med utgangspunkt i dette er vi nå i ferd med å etablere oss som undervisningssykehjem.

Dine rettigheter og våre plikter er ivaretatt blant annet ved disse 2 lovene;

- **Pasientrettighetsloven** sier at formålet med loven er å sikre deg helsehjelp av *god kvalitet*, og at du skal ha *rettigheter* overfor helsetjenesten. Videre skal loven bidra til å fremme tillitsforholdet mellom pasient og helsetjeneste og ivareta respekten for den enkelte pasients liv, integritet og menneskeverd.
- **Helsepersonelloven** sier at den som skal hjelpe deg skal gi **faglig forsvarlig og omsorgsfull helsehjelp.**

Organisering av 4.etasje

Avdelingen har 13 langtidsplasser, 4 plasser for funksjonskartlegging og 2 plasser for akutt opphold.

Med *langtids plass* menes at pasienten får en fast plass ved avdelingen.

De 4 plassene for funksjonskartlegging er *korttids plasser*, som har som mål å kartlegge pasientens hjelpebehov. For å få til dette, er det viktig med møter og samtaler med pårørende og hjemmesykepleie kort tid etter innleggelsen. Samtidig blir det utført medisinske tester og undersøkelser i samarbeid med tilsynslege.

Akutt plassene ved avdelingen disponeres av hjemmesykepleien i Kristiansund i samarbeid med lege. Dette er en midlertidig løsning over få dager. Pasientene som kommer inn her har et akutt omsorgsbehov. For å få et reelt bilde av situasjonen, skal samtale med pårørende skje innen 24 timer etter innleggelsen. I samarbeid med pasient, pårørende, hjemmesykepleie og lege, er målet å komme frem til en løsning som er til det beste for pasienten.

Bemanning og kompetanse

Alle ansatte har fagutdanning, og hos oss finner du sykepleiere, hjelpepleiere og renholder. I tillegg er det fast ansatte sykepleierstudenter og hjelpepleierelever i rekrutteringsstillinger.



Det er sykepleier på vakt hele døgnet, enten i avdelingen eller ved en eller flere av de øvrige avdelingene på sykehjemmet.

Avdelingen har faste nattevakter.

På dagtid på helg er det lavere bemanning og færre faste aktiviteter enn ellers i uka. Mange får mer besøk fra venner og familie i helgene, og det gjør at helgene bli ekstra trivelige.

En del av personalet som arbeider i helgene er under utdanning, og er vikarer eller ansatt i såkalte rekrutteringsstillinger. Det medfører at de ikke har like inngående kunnskap om hver enkelt pasient og om hva som skjer i avdelingen. Vi foreslår at du ber om å få snakke med ansvarlig sykepleier eller kanskje gjøre en avtale over helga dersom du ikke får svar på det du ønsker.

Primærsykepleie og team

Med *primærsykepleie* menes at en til to faste pleiere er tillagt det helhetlige ansvaret for

- Planlegging utøvelse og evaluering av den daglige sykepleie til en eller flere pasienter

Denne organisering av pleietjenesten er valgt fordi vi på denne måten mener vi kan ivareta pasient og pårørende på en mer helhetlig måte.

Hver pasient har en primærpleier. Å ha en fast person å forholde seg til i det daglige gir oss en bedre kjennskap til pasienten. Det vil kunne øke trygghet, trivsel og ikke minst tillit i relasjonene.

Ansvaret omfatter også å ha fortløpende kontakt med pårørende.

Avdelingen er oppdelt i to team

- A-siden med rom 401-407
- B-siden med rom 408-418

Hvert team har en sykepleier som er teamleder.

Teamsykepleieren har sammen med primærpleier ansvar for oppfølging av pasientene med tanke på

- planlegging og dokumentasjon av arbeidet
- oppfølging av kontroller og undersøkelser
- vurdere ernæringsstatus og om nødvendig ta stilling til ulike tiltak
- oppfølgingssamtaler med pårørende
- å finne praktiske løsninger for sitt team

Teamleder har også ansvar for fagutvikling sammen med Sykepleier 1.

Sykepleier 1 har det overordnede ansvaret for avdelingens fagutvikling, organisering og personalledelse.

I omslaget til denne permen finner du en nærmere presentasjon av hvem som er din primærpleier og hvem som er teamsykepleier.



Danske hjelpepleierelever forteller om eldreomsorg i sitt hjemland.

Rapporter og møter

Personalet har daglige rapporter ved vaktskiftene.

Veiledende tider for dette er kl 07.00- 07.15, 14.45-15.00 og kl 21.45- 22.00.

I tillegg er det avdelingsmøte hver onsdag.

Det er alltid personell til stede hos pasientene når personalet er opptatt i møter eller i rapporter.

Dokumentasjonsplikt. Loven pålegger helsepersonell å registrere og nedtegne opplysninger om den enkelte pasient.

Telefon og post



Du har mulighet til å legge inn fasttelefon på rommet hvis du ønsker det. Installering må du betale selv. Mange foretrekker å bruke egen mobiltelefon.

Avdelingen har en bærbar pasienttelefon. Se kontaktliste

Posten din leveres i egen posthylle som du har på forgangen til værelset ditt. Du kan også sende post fra avdelingen.

Postadressen til avdelingen er

Rokilde sykehjem 4.etg.

Politimester Bendixens gate 54

6508 Kristiansund

Kontaktliste - *ligger også i omslaget til permen for at du som pårørende kan ta den med hjem*

Sykepleier 1 Karina Molvik	71574670	karina.molvik@kristiansund.kommune.no
Til avdelingen	71574655	postmottak.rokilde4@kristiansund.kommune.no

Besøks tid

Her på Rokilde har vi ingen fast visittid. Hoveddøren låses kl 16.00 på hverdager og er låst hele døgnet i helgene. Da må ringeklokka ved inngangsdøren brukes. Dette er et "calling system", si gjerne fra om hvem du er og hvem du skal besøke slik at vi vet hvem vi åpner for. Pårørende som er ofte på besøk kan få tilbud om eget adgangskort.

Måltider



Alle mennesker må spise og drikke for å leve. Alle mennesker har derfor et forhold til mat. Å ha et godt forhold til mat innebærer blant annet at pasientene våre gleder seg til måltidene og at de nyter den maten de spiser.

Vi har hver dag en person som har ansvar for å tilrettelegge måltidene, og som skal være tilgjengelig for de pasientene som spiser på stua.

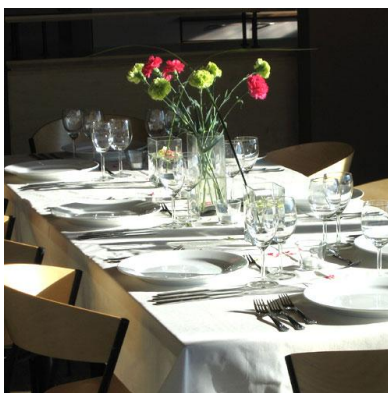
Veiledende tidspunkt for måltid er:

- Frokost fra kl 08.00
- Formiddagskaffe fra kl 11.00
- Middag fra kl 13.00
- Ettermiddagskaffe fra kl 15.00
- Kveldsmat fra kl 18.00

Middagen kommer fra hovedkjøkkenet, og blir tilberedt på avdelingens kjøkken.

Det er selvfølgelig muligheter for å spise til andre tidspunkt, og vi er behjelpelig med å imøtekomme pasientenes behov og ønsker.

På torsdager har vi en hyggelig felleslunsj, og middagen om kvelden serveres på pyntet langbord med god drikke til.



Vi vet at ernæring kan være et problem hos noen som bor i sykehjem, og har derfor utarbeidet et oppfølgingsskjema som kan fange opp om du er i faresonen for feilernæring eller underernæring. Hvis det forekommer avvik mellom behov og inntak, tilbys nødvendige tiltak i hvert enkelt tilfelle.

Trivselkasse



På avdelingen har vi en ordning der de som ønsker å bidra med penger til trivselstiltak betaler 200 kroner per måned. Dette gjelder pasienter som har fast plass. For pasienter på korttidsopphold er det anledning å bidra med 50 kr pr uke. Pengene går til torsdagslunsjen, underholdning og små turer på for eksempel kafé eller lignende.

Vi sørger også for å ha en likør eller kanskje en Cognac til kaffen til de som ønsker det.



Ut på tur

Høytid og fest



Fødselsdager

Ved feiring av fødselsdag kan pasientens private rom benyttes. Det er også anledning til å ha selskapet på dagligstuen når de øvrige pasientene inkluderes. En annen mulighet er å låne et større rom på sykehjemmet. Vi har duker, pent service og ordner gjerne med kaffe. Vi kan være behjelpelig med å bestille kake, snitter eller annet. Si i fra om du vil ha vår hjelp.

17.mai

17. mai dekker vi langbord og serverer festmat og kake. Vi har dessverre ikke kapasitet til å ta med alle pasientene ut, så pårørende er hjertelig velkommen til å delta.



17 mai ved 4.etg.

Julaften

Noen pasienter er hos sine pårørende, mens andre er i avdelingen. Vi ønsker å lage en trivelig ramme rundt julefeiringen og julemiddagen serveres ut på ettermiddagen. Vi pleier å lage et eget oppslag med program for julaften.



Farsdag og Morsdag

Vi kjøper inn kake og dekker på til et hyggelig kaffebord.

Andre fester og sammenkomster

Avdelingen arrangerer fest/sammenkomster for pasientene og pårørende to ganger i året, vår og høst. Det blir sendt ut invitasjon til alle med nærmere informasjon om dette.

Trivselstiltak og aktiviteter – livskvalitet i sykehjem

Avdelingen har en aktivitetsansvarlig på hvert team. På A-teamet er det Åse Løberg Ulvund og på B-teamet er det Ingrid Morkestrand. De har et spesielt ansvar for planlegging og tilrettelegging av ulike tiltak som er med på å lage trivsel og livsglede.



Nærhet

Det er satt opp en aktivitetsplan som skal gå fra uke til uke med forskjellige aktivitetstilbud. Planen er slått opp på informasjonstavlen i korridoren på avdelingen. Vi vektlegger først og fremst *nærhet*, det å være sammen med pasientene i ulike situasjoner. Vi ønsker å tilrettelegge for aktiviteter som de ulike pasienten mestrer og har interesse for.



Hver ettermiddag tilrettelegger vi for både sosialt samvær og litt fysisk aktivitet. På den måten vil vi prøve å imøtekomme pasientens behov og ønsker. Dere som er pårørende er en viktig ressurs, og er velkommen til å bidra med trivelige tiltak for pasientene.



Tilbud til pasientene ved avdelingen

Lege og tannlege



Tilsynslege Kenneth Swan

Det er legevisitt/tilsyn ved avdelingen hver tirsdag og fredag, og pasienten får tilsyn ved behov. Det blir tatt prøver og foretatt undersøkelser etter oppsatt skjema flere ganger per år, samt en utvidet legeundersøkelse årlig. Det er anledning for pårørende å få samtale med lege.

For pasienter som ønsker å benytte den offentlige tannhelsetjenesten er tilbudet gratis. De pasienter som ønsker å bruke privat tannlege får også hjelp med å bestille time ved behov.

Deltakelse ved undersøkelser:

Hvis du som pårørende har anledning, er det fint om du kan følge pasienten til undersøkelser o.l. dersom dette blir aktuelt.

Prestetjeneste

Ved ønske og behov kan vi bistå med å kontakte prest. Vi er også behjelpelig med å kontakte andre tjenester ut i fra pasientens livssyn.

Frisør

Vi har egen frisøravtale. Ingrid Ledal kommer til sykehjemmets salong hver tirsdag og fredag.

Mange foretrekker å ha fast avtale med frisøren, som for eksempel vask og legg hver 14 dag. Bestilling av frisørtimer skjer i samråd med deg som er pasient, eller dere som er pårørende.

Personalet bistår med å rulle hår til de som ønsker det i forbindelse med hårvask.



Frisør Ingrid Ledal

Fotpleie

Lilly Sivertsen er fotterapeut og kommer til avdelingen ved bestilling. Vi anbefaler at alle pasienter får jevnlig fotpleie, da det kreves både spesiell kunnskap og egnet utstyr for det gode vedlikehold. Behandlingen betales av pasienten.

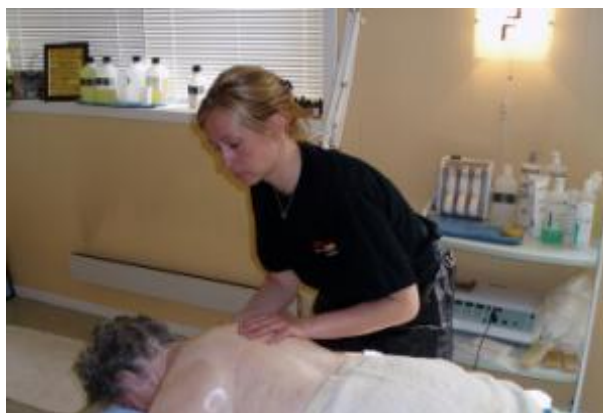


Fotterapeut Lilly Sivertsen

Andre tjenester

Hver onsdag ettermiddag får vi besøk fra Røde Kors besøktjeneste. De selger kioskvarer.

Vi er også behjelpelig med å bestille andre tjenester som for eksempel aromaterapi og lignende som også kan utføres på avdelingen.



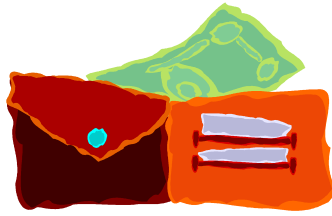
Aromaterapi

Pasientens personlige eiendeler

Klær

Klærne må merkes med navn for at de skal kunne sendes til vaskeriet. Vi setter stor pris på om pårørende hjelper oss med merkingen, men vi bistår der pårørende ikke har anledning. Vi anbefaler vevde navnebånd og disse kan vi bestille til pasienten her fra avdelingen hvis det er ønske om det.





Penger

Vi har mulighet til å oppbevare mindre pengebeløp for pasienten hvis ønskelig. Vi har egne rutiner for oppbevaring.

Møbler og andre eiendeler

For pasienter med fast plass er det av stor betydning at rommet innredes med kjente og personlige eiendeler. Egne møbler, bilder og gardiner er med på å prege rommet slik at det føles som et hjem.

Vi tørker støv og holder rent på rommet. Vi setter pris på om pårørende er med på å stille blomster og planter, rydde i skap og se over klær.



Hyggestund i trivelige omgivelser

Samtaler med deg som er pårørende

I tillegg til de uformelle møtene og samtalene mellom personalet og pårørende blir pårørende invitert til samtale minst en gang i året. Da setter vi av god tid, og hensikten er å opprettholde en god dialog. Det er også anledning til å be om samtaler ved behov utenom de faste møtene.



Vi tenker på pårørende som en ressurs både for pasient og ansatte i avdelingen, og vi ønsker et nært samarbeid med dere. Det betyr mye for oss at dere bryr dere og sier fra dersom det er noe dere vil ha endret. Vi er glade for at dere deltar med det som dere kan og ønsker i avdelingen. Vårt mål er å ha en positiv dialog med dere og at vi er tilgjengelig og synlig når dere trenger oss.

Å være pårørende til en sykehjemspasient kan for mange oppleves som en stor utfordring. Det å ta vare på seg selv og samtidig gi den gamle den hjelp og omsorg han trenger, kan ofte oppleves som et dilemma. Dersom du vil snakke med oss om din egen situasjon, er vi åpne for det.