

šolanju in pri prebolevanju smrti staršev. Sočasno se borijo za podporo skupnosti in za svoje pravice. V času bolezni covid-19 se babice v Afriki soočajo s socialno izolacijo. Večji problem je dobava zdravil za HIV in pomanjkanje osnovnih zdravstvenih storitev, kot je cepivo za otroke in zdravljenje kroničnih bolezni. Babice, ki so prodajale izdelke, so izgubile svoj prihodek, zmanjkuje jim denarja za hrano, zato se spet vrača grožnja podhranjenosti in stradanja. Prisotno je nasilje, povezano s policijskim nadzorom in nasilje v družini. Stare starše skrbi, če bodo vnukinje lahko nadaljevale šolanje in povečanje števila otroških porok. Prav tako razmišljajo, kdo bo poskrbel za vnuke ob njihovi smrti, npr. ob okužbi s covidom-19.

Ob pandemiji so se pojavile tudi številne priložnosti za gradnjo dobrih odnosov, socialne pravičnosti, zdravja in medgeneracijske solidarnosti.

Prva pozitivna stvar v času covida-19 je izboljšana uporaba digitalne komunikacije – računalniške in mobilne, ki je omogočala stik med starimi starši in vnuki v času karantene. Ob tem se zmanjšuje digitalni razkorak med starimi in mladimi in se izboljšajo možnosti za digitalno pismenost med starejšimi.

Druga pozitivna stvar je, da se lahko ob bolezni covid-19 zamislimo o javnem zdravstvu in zdravstvenih strategijah, da sprejemamo politične usmeritve, zakonodajo in programe, ki zagotavljajo osnovni prihodek, zmanjšujejo neenakost in razkorak med revnimi in bogatimi ter pojave, kakršen je staromrzništvo. Covid-19 je odprl možnosti za podpiranje pravic starih staršev in starejših sploh, za vzpostavljanje zdravih in smiselnih družinskih odnosov,

za vseživljenjsko učenje, finančno in socialno varnost, politično udejstvovanje, socialno podporo in svobodo pred nasiljem. Osvetlil je svetovno potrebo po sprejemu konvencije o pravicah starejših ljudi, s katero bi starejše zagotovili več moči in pravic.

Omenili smo regionalne strategije v času pandemije covid-19, ki so kulturno primerne in izvedljive. Čas je, da bogate države finančno podprejo države z nizkimi in srednjimi prihodki za večji mednarodni razvoj in boj proti bolezni covid-19; zlasti s tem, da si gospodarsko opomorejo, z opremo, zdravili, cepivom in hrano. Potrebno bo zagovorništvo na vseh ravneh, podpora mednarodnih organizacij, zavzemanje za pravice starih ljudi in politično udejstvovanje. Covid-19 je pokazal potrebo po prepoznavanju vrednosti starih staršev in ostalih neplačanih neformalnih oskrbovalcev in po zagotavljanju njihove primerne finančne in praktične podpore; pokazal je možnosti za okrepitev medgeneracijske solidarnosti.

Tjaša Grebenšek

Regenstrief Institute. (31.3. 2020). Caring for seniors during COVID-19 pandemic. V: <https://www.sciencedaily.com/releases/2020/03/200331130117.htm> (sprejem: 20.8.2020).

SKRB ZA STAREJŠE V ČASU PANDEMIJE COVID-19

Znanstveniki postavljajo smernice oskrbe starejših, namenjene zdravstvenim delavcem in družinskim oskrbovalcem v času pandemije covid-19.

Starejši so ob okužbi z virusom covid-19 ranljiva skupina. Imajo večje tveganje, da pride do zapletov zdravljenja in višjo stopnjo umrljivosti v primerjavi z mlajšimi

bolniki. Prav zato znanstveniki poudarjajo potrebo po prednostnem testiranju starejših pri sumu na okužbo. Prav tako je pomembna dostopnost testiranja – če je možno na njihovih domovih.

Obstaja več vidikov, kako novi koronavirus vpliva na oskrbo starejših. Starejši bolniki potrebujejo večjo mero oskrbe in zaščite, covid-19 pa lahko te njihove potrebe še bolj ogrozi in jih zanemari. Ob tem imajo družinski oskrbovalci, ki skrbijo zanje, posebno vlogo. Zavedati se morajo nevarnosti, ki jih prinaša covid-19 za bližnje in ravnati v skladu z navodili, da to nevarnost zmanjšajo. Starejši v svojem življenju že doživljajo socialno izolacijo, zato lahko distanca, ki je potrebna zaradi bolezni covid-19, poveča njihovo osamljenost. Manj preživetega časa z družinskimi oskrbovalci pomeni tudi več tveganja za poslabšanje splošnega in kognitivnega zdravja in neprepoznanih padcev starejših. Če obstaja potreba, da družinski oskrbovalci nosijo zaščitno opremo, kot je npr. zaščitna maska, lahko ta sprememba videza povzroči zmedo pri starejših s kognitivnim upadom. Bolniki z demenco težko razumejo nošenje zaščitne opreme pri svojih najbližjih. Pri vsem tem je potrebna dodatna podpora za družinske oskrbovalce.

Prav tako moramo biti pozorni na pojav bolezni. Ključni simptomi, ki jih povezuje s covidom-19, so povišana telesna temperatura in težave z dihalci. Pri starejših se pogosto kažejo drugačni znaki. Npr. povišana temperatura je rahlo prikrita ali se ne pojavi v času infekcije. Težave z dihalci so lahko zakrite ali poslabšajo sočasne bolezni, kar lahko poslabša celoten izid.

V času, ko znanstveniki izboljšujejo svoje znanje o virusu, je potrebno izvajati

dobro oskrbo starejših – klinično in bivalno. S tem zagotavljamo zaščito najbolj ranljivih skupin.

Tjaša Grebenšek

<https://www.apa.org/topics/covid-19/grief-distance#>

ŽALOVANJE IN COVID-19 – POSLAVLJANJE V ČASU OMEJEVANJA TELESNIH STIKOV

Prispevek razpravlja o spremenjenih oblikah žalovanja v času covida-19 in je povzet s spletne strani Ameriškega združenja psihologov (APA). Covid-19 je nedvomno spremenil naš način življenja in za mnoge ljudi spreminja tudi način kako umiramo. Vsaka kultura ima svoje navade in rituale ob žalovanju, a večino družin skupen element: socialna povezanost. Covid-19 je te poslednje trenutke zelo spremenil.

Ob strogih izolacijskih ukrepih so v večini bolnišnic prijatelji in svojci odsotni pri poslednjem poslavljanju. In sicer, če ljudje umirajo zaradi covida-19, pa tudi zaradi drugih vzrokov, npr. srčne bolezni ali raka. Ti ukrepi so ključni za upočasnitev širjenja epidemije, žalujočim pa onemogočajo, da se zberejo in žalujejo skupaj. Tako so primorani žalovati sami, izolirani in brez fizične tolažbe, ki jo ljudje potrebujemo od družine in prijateljev.

Poslavljanje od bližnjih se pogosto začne že veliko pred pogrebom ali pokopom. Robert Neimeyer, direktor Portlandskega Inštituta, ki spremlja izgube in tranzicije ob smrti bližnjega, poudarja, da so za svoje zadnji dnevi ali ure življenja njihovih ljubljenih še posebej intenzivni. Pogosti so pomenljivi pogovori, ob držanju za roke se odpustijo zamere in utrjujejo vezi.