

MAGYAR GERONTOLÓGIA

16. ÉVFOLYAM KONFERENCIA KÜLÖNSZÁM

2024. 16. évf. Konferencia Különszám

On-line verzió: ISSN 2062-3690

[www.https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia](https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia)

Pozitív idősödés és geriátriai readaptáció - A gerontológia és geriátria oktatás újdonságai a Debreceni Egyetem Egészségtudományi Karán

**Bene Ágnes¹, Blaskovich Erzsébet², Kovács Éva³, Majercsik Eszter⁴,
Mészáros Lászlóné⁵, Móré Marianna⁶, Takács Katalin⁷, Zöllei Magdolna⁸**

¹ egyetemi adjunktus, gerontológus, Debreceni Egyetem Egészségtudományi Kar, Gerontológia Tanszék, a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság tagja

² ny. osztályvezető főorvos, belgyógyász, kardiológus, geriáter szakorvos, a Szakmai Kollégium Geriátria és Krónikus ellátás Tagozat valamint a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság tagja

³ habilitált főiskolai tanár, Semmelweis Egyetem, Egészségtudományi Kar, Morfológiai és Fiziológiai Tanszék, általános orvos, gyógytornász (geriátriai profil), a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság tagja

⁴ PhD. osztályvezető főorvos, belgyógyász, geriáter szakorvos, a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság tagja

⁵ gyógytornász, a Semmelweis Egyetem Egészségtudományi külső óraadó oktatója, a Magyar Gyógytornász-Fizioterapeuták Társasága Geriátria Munkacsoport vezető, a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság tagja

⁶ habilitált tudományos tanácsadó, dékán, Debreceni Egyetem Egészségtudományi Kar, tanszékvezető, Debreceni Egyetem Egészségtudományi Kar Gerontológia Tanszék

⁷ osztályvezető főorvos, Dombóvári Szent Lukács Kórház, Krónikus Belgyógyászati Osztály, palliatív orvos, Pécsi Tudományegyetem Általános Orvostudományi Kar, Hospice-Palliatív Tanszék, a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság tagja

⁸ c.e. docens, osztályvezető főorvos, az Egészségügyi Szakmai Kollégium Geriátria és Krónikus ellátás Tagozat elnöke, a Magyar Gerontológiai és Geriátriai Társaság tagja

Kulcsszavak: pozitív idősödés, geriátriai readaptáció, szakmai utánpótlásnevelés

Az egészségügyi szakdolgozók egyetemi képzésében a szaktudás átadása mellett fontos szerepet jut a szemléletformálásnak, ami a kimeneti követelmények kompetenciákban történő megjelenítésében is tetten érhető. Ezen kimeneti követelmények között olyan állításokat olvashatunk, amelyek úgy kezdődnek, hogy a diplomás szakember: Képes...; Alkalmas...; Betartja...; Olyan kompetenciákat vár el tőlük a szakma, és a „vevők”, amelyek elsajátításában nagy segítségükre lehetnek az olyan kiadványok, amelyek a tudományos és szakmai szempontok mellett a kompetenciák elsajátításához is mintákat, segítséget adnak. Közel azonos időben látott napvilágot két, a fenti kritériumoknak megfelelő kiadvány, a Pozitív idősödés 1.; és a Geriátriai readaptáció, amelyeket először a 2023/2024-es tanévben használtunk az egyetemi oktatásban a Debreceni Egyetem Egészségtudományi Karán. A Karon működő Gerontológiai Tanszék kínál gerontológiai és geriátriai kurzusokat (összevontan) a kötelező kurrikulumban, az egészségtudományi képzésekben és a szociális területet magában foglaló társadalomtudományi területeken.

A Pozitív idősödés 1.

A Tanulmánykötetben a pozitív pszichológiát művelő szerzők együttműködve és tanulva egymástól fogtak össze és kínálnak elméleti és gyakorlati (esettanulmányok, tesztek, feladatok) tudást a pozitív idősödés széleskörű hazai megalapozásával. A nézőpontok sokszínűségében a közös pontokat a pozitív, erőforrás és fejlődés központú szemlélet, az időskorban hozzáférhető erőforrások, az időskorban rejlő lehetőségeket feltáró igyekezet jelentik.

A kötet tanulmányai: Jól tudni idősödni; A pozitív pszichológia kialakulása, elterjedése; A karaktererősségek fogalma, jellemzői és fejlesztési lehetőségei időskorban; Boldogabbak-e az idősök; Az optimizmus, remény és élettél való elégedettség összehasonlítása felnőtt- és időskorúak között; A tanulás pozitívumai időskorban; A meggyőzés pozitív útjai időskorban; Az időskori jóllét támogatásának lehetőségei és összefüggése a társas jólléttel; Generációk közötti együttműködés; Gerontológia a hazai tudományos folyóiratokban.

A Geriátriai readaptáció

Az emberi szervezetben az életkor előrehaladtával párhuzamosan kialakuló degeneratív leépülési folyamatokhoz adaptálódó halmozott funkciócsökkenés megállítására, ill. visszafordítására irányuló sokirányú gyógykezelés a re-adaptáció, célja az önellátó képesség javítása. Nagyon fontos kiemelni, hogy mind szakorvosi mind szakdolgozói szinten geriátriai szemléletre van ahhoz szükség, hogy a szomatikus gyógykezelés mellett a mentális, az érzelmi, a szociális és a spirituális kérdések is megoldhatók legyenek

Az időskor minőségére irányítja a figyelmet az életkor folyamatos emelkedése: az idősök arányának növekedése. Stabil állapotúnak tekinthető idősök saját otthonukban, vagy idősellátó intézményekben élnek. A korral jelentkező önellátási zavarok readaptációs szemlélet nélkül „elfektetés”-hez vezetnek: immobilizációs szindróma alakul ki. Ez decubitálódást, tüdőgyulladást, szívelégtelenséget, trombózis veszélyt, emésztési zavarokat, bélrenyheséget, ízületi merevséget és izomsorvadást okozhat, amit kognitív zavar kísérhet dezorientációval, és ez nehezíti a további gyógykezelés hatásosságát. Ezzel kapcsolatos a 30%-ot meghaladó éves krónikus halálozási mutató, melyet tovább emel az aktív osztályra áthelyezett, kritikus állapot miatt ott exitált idősök száma. A Geriátriai Readaptáció azaz az **időskori újra-alkalmazkodás** kialakításának módszere multidiszciplináris: az orvosi tevékenység (diagnózis, terápia) mellett

a szakápolás, (a seb-prevenció, a sebellátás), a speciális geriátriai gyógytorna (elfektetés megelőzése, célzott mozgásterhelés), dietetikai ismeretek a táplálásban, pszichés vezetés (mentálhigiénia) és lelki ellátás (a vallási előírások szerint).

Az readaptációról szóló irányelv (1) és a szakkönyv (2) fejezetei minden területre külön hangsúlyt helyezve kiemelik a jellegzetes geriátriai kórképeket és teendőket. Bőséges szakirodalmi hivatkozás található minden fejezet végén, melynek alapján a további ismeretszerzés biztosított.

1) Eü. Szakmai Irányelv a Geriátriai readaptációról a multimorbid idős betegek önellátó képességének javítására Eü. Közlöny 2021/22.szám

2) Geriátriai Readaptáció idősgyógyászati és Ápolástudományi Szakkönyv KINCS kiadó Budapest, 2022.

Pozitív Idősödés 1.

Bene, Ágnes; Móré, M. (2022) Pozitív idősödés 1., DUPress

[https://dea.lib.unideb.hu/server/api/core/bitstreams/4aed7cc2-e290-44d9-94be-](https://dea.lib.unideb.hu/server/api/core/bitstreams/4aed7cc2-e290-44d9-94be-4bc2c84a314f/content)

[4bc2c84a314f/content](https://dea.lib.unideb.hu/server/api/core/bitstreams/4aed7cc2-e290-44d9-94be-4bc2c84a314f/content). A könyv a pdf ikonra kattintva ingyenesen letölthető a Debreceni Egyetem DUPress Kiadó honlapjáról.

Geriátriai readaptáció

Blaskovich, E., Kovács, É., Majercsik, E., Mészáros, L., Zöllei, M., (2022) Geriátriai Readaptáció – Multimorbid idős betegek önellátó képességének javítására- Idősgyógyászati és Ápolástudományi szakkönyv, KINCS

<https://konyvtar.koppmariaintezet.hu/language/hu/termek/geriatriai-readaptacio>

A könyv a KINCS Könyvtárba bejelentkezve ingyenesen lapozható.

A könyvekről szóló recenziók:

Tóth Dalma (2024). A pozitív idősödés magyar diskurzusairól. OXIPO – interdiszciplináris tudományos folyóirat, 2024/1. 127-131. DOI 10.35405/OXIPO.2024.1.127 elérhető: https://real.mtak.hu/192075/1/OXIPO_2024_1_127_Toth.pdf

Stumpf-Tamás Ivett (2024). Bene Ágnes és Móré Marianna Pozitív idősödés 1. címűkönyvéről, Acta Medicinae et Sociologica, 2024. (megjelenés alatt)

Majercsik Eszter (2022). A geriátriai readaptáció szerepe a nem rehabilitálható idősök állapotjavításában. Magyar Gerontológia, 14(41), 66-72.
<https://doi.org/10.47225/mg/14/41/12757> elérhető:
<https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia/article/view/12757/11199>

Blaskovich Erzsébet (2023). A geriátriai readaptáció bemutatása: új egészségtudományi módszer az idősellátásban. Magyar Bioetikai Szemle 2023/2-3szám 51-56. oldal
<http://www.bioetikai-tarsasag.hu>

Levelező szerzők elérhetősége:

dr. Bene Ágnes
bene.agnes@etk.unideb.hu; beneagnes6@gmail.com

dr. Blaskovich Erzsébet
dr.blaskovich@gmail.com