

Þjónustuna heim

Þegar heilsan bilar og færnin til að sjá um sig minnkar, er hægt að sækja um margvíslega aðstoð til að geta haldið áfram að búa heima hjá sér. Bæði er hægt að fá þjónustu heim og fara í þjálfun og virkni á daginn utan heimilis. Þátttaka í starfsemi og þjónustu getur haft fyrirbyggjandi áhrif til að viðhalda góðri andlegri og líkamlegri líðan og færni.

Hér má helst nefna heimaþjónustu og heimahjúkrun, félagsstarf, dagdvöl, hjálpartæki, sjúkraþjálfun, hvíldarinnlögn, akstursþjónusta og heimsóknarþjónusta.

Algengt er að eldra fólk búi lengi heima og fái aðstoð nokkrum sinnum á sólarhring frá heimaþjónustu, heimahjúkrun og aðstandendum. Þegar slík þjónusta dugar ekki til er sótt um hjúkrunarheimili.

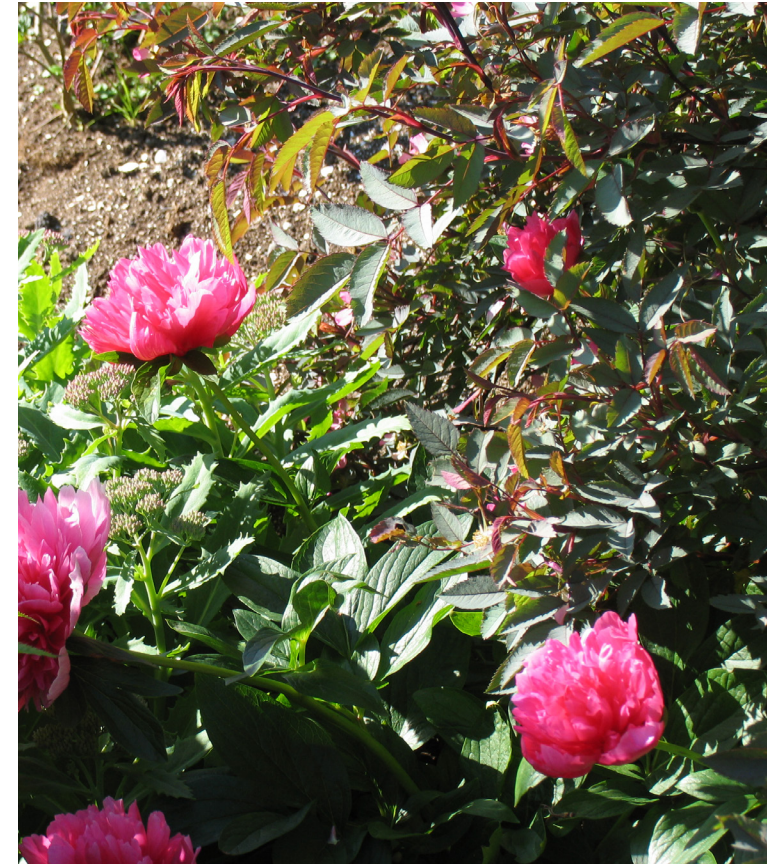
Dæmi um þjónustu

- Heimaþjónusta
- Heimahjúkrun
- Lyfjaskömmun
- Akstursþjónusta
- Félagsstarf eldri borgara
- Dagdvöl – almenn
- Dagdvöl – sérhæfð vegna heilabilunar
- Sjúkraþjálfun heim eða heiman
- Heimilisathugun iðjubálfa/sjúkraþjálfara
- Öryggishnappur og hjálpartæki
- Heimsóknarþjónusta
- Hvíldarinnlagnir
- Endurhæfing á dagdeild eða í innlögn

Sjá nánari upplýsingar á heimasíðum sveitarfélaga.



Þjónustuna heim



ÚTGEFANDI:
LANDSPÍTALI, FLÆÐISSVIÐ, FÉLAGSRÁÐGJÖF
ÖLDRUNARÞJÓNUSTA, JANÚAR 2017

SAMANTEKT:
FÉLAGSRÁÐGJAFAR Á LANDAKOTI

ÁBYRGÐ:
STEINUNN K. JÓNSDÓTTIR FÉLAGSRÁÐGJAFI

UMBROT:
SAMSKIPTAÐEILD LSH

Upplýsingar fyrir eldri borgara og aðstandendur þeirra

Þjónusta í heimahúsi

Félagsleg heimþjónusta

Aðstoð við heimilishald og félagslega aðhlyningu.

Dæmi: þrif á gólfum, skipta á rúmi, hvatning til að matast, lyfjagjöf, fylgd í gönguferðir og samvera. Greitt skv. gjaldi pr. klst., niðurgreitt af sveitarfélagi. Þeir sem hafa einungis bætur TR geta sótt um lækun eða niðurfellingu.

Sótt er um til velferðarþjónustu sveitarfélaga. Í Reykjavík er sótt um til þjónustumiðstöðvar í hverfi, eða í þjónustugátt s. 4119600. Í Kópavogi sér heimahjúkrun um aðstoð utan dagvinnutíma, skv. samningi við Kópavogsbæ.

Heimahjúkrun

Aðstoð við persónulega umsjá og eftirlit með heilsufari.

Dæmi: aðstoð við böðun, morgunaðhlyning, lyfjagjöf, fylgjast með blóðþrýstingi og næringarástandi, sáramedferð. Sótt er um hjá heilsugæslu, þ.e. hjá heimilislækni eða hjúkrunarfræðingi. Ekki er greitt fyrir heimahjúkrun. Í Reykjavík veitir Heimþjónusta Reykjavíkur samþætta félagslega heimþjónustu og heimahjúkrun, þjónustugátt s. 411 9600.

Lyfjaskömmun frá lyfjaverslun

Lyf eru skömmtuð í lyfjarúllu og er einn poki merktur fyrir hvert mál. Oftast eru lyfin afgreidd fyrir einn mánuð í senn. Lyfjaverslanir bjóða þessa þjónustu gegn gjaldi og er sótt um til þeirra og lækni beðinn um að senda lyfseðla.

Akstursþjónusta eldri borgara

Fyrir þá sem ekki geta keyrt sjálfir né nýtt sér strætisvagna. Virka daga frá kl. 9-17. Hringja þarf daginn áður og panta ferð. Sótt er um til sveitarfélags sem niðurgreiðir þjónustuna. Sjá reglur Reykjavíkurborgar <http://reykjavik.is/thjonusta/akstursthjonusta-eldri-borgara>

Heimsendur hádegismatur

Í stærri þéttbýliskjörnum er venjulega hægt að kaupa heimsendar máltíðir alla daga vikunnar. Á höfuðborgarsvæðinu og víðar er hægt að kaupa hádegismat í félagsmiðstöðvum. Niðurgreitt af sveitarfélagi. Sótt er um til sveitarfélags. Innheimt einu sinni í mánuði.

Félagsstarf eldri borgara

Tómstundastarf, samverustundir, líkamsrækt, máltíðir o.fl. er víða í boði á vegum sveitarfélaga og félaga eldri borgara. Víðast hvar er greitt lágmarksgjald fyrir námskeið og máltíðir.

Dagdvöl – almenn

Fyrir eldra fólk sem ekki nýtist almennt félagstarf.

Tómstundastarf, samverustundir, líkamsrækt, máltíðir o.fl. Hvíldaraðstaða og baðþjónusta á staðnum og akstur til og frá heimili. Greitt gjald pr. dag, innifalið er akstur, fæði o.fl.

Dagdvöl á höfuðborgarsvæðinu, sótt er um á hverjum stað fyrir sig:

Reykjavík: Múlabær í Ármúla 34 og Þorrasel á Vesturgötu 7.

Seltjarnarnes: Dagdvöl Skólbraut. Mosfellsbær: Dagdvöl Hlaðhömrum.

Kópavogur: Dagdvöl í Sunnuhlíð og Boðapingi.

Garðabær: Dagdvöl í Ísafold og Hrafnistu Hafnarfirði.

Hafnarfjörður: Dagdvöl á Hrafnistu Hafnarfirði og Sólvangi.

Dagdvöl – sérhæfð

Fyrir fólk sem greinist með heilabilunarsjúkdóm. Þjónusta sbr. í almennri dagdvöl en auk þess sérhæfð nálgun og reglubundið eftirlit öldrunarlæknis. Forstöðumaður er hjúkrunarfræðingur. Sótt um skv. ráðleggingum öldrunarlæknis. Umsjón með

umsóknum er hjá Margréti Albertsdóttur félagsráðgjafa á Landakoti. Greitt gjald pr. dag, innifalinn er akstur, fæði o.fl.

Reykjavík: Vitatorg, v/Lindargötu; Hlíðabær, v/Flótagötu; Fríðuhús, Austurbrún 31; Maríuhús, Blesugróf; Borgarsel v/Fróðengi; Dagdvöl Eirar, Hlíðarhúsum 7.

Kóparvogur: Roðasali, v/Roðasali.

Hafnarfjörður: Drafnarhús, Strandgötu 75.

Hvíldarinnlögn

2ja-4 vikna dvöl á hjúkrunarheimili, til að létta álagi af aðstandendum sem veita aðstoð. Á höfuðborgarsvæðinu: á Hrafnistu í Reykjavík, Grund, Sunnuhlíð, Hrafnistu í Hafnarfirði og Sólvangi. Í Mörkinni og Roðasölum er hvíldarinnlögn ætluð fólki með heilabilunarsjúkdóma.

Heimsóknarþjónusta:

Þjóðkirkjan: hafa samband við safnaðarkirkju í hverfi. Gjaldfrjálst.

Heimsóknarvinir: S. 570 4000. Gjaldfrjálst. Sjá nánar www.redcross.is

Alzheimersamtökin – heimastuðningur: Félagið útvegar félagsmönnum sínum heimastuðning. Greiðsla skv. samkomulagi. [Sjá www.alzheimer.is](http://www.alzheimer.is).

Einkarekin þjónusta, ýmist niðurgreið eða skv. verðskrá, m.a.:

Sinum, s. 519 1400, www.sinnum.is

Vinun, s. 578 9800, 820 5768, www.vinun.is

Karitas, s. 551 5606, www.karitas.is

Securitas, s. 580 7000, www.securitas.is

Öryggismiðstöðin, s. 570 2400, www.oryggi.is

Nokkur fyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu taka að sér heimilisþrif.