

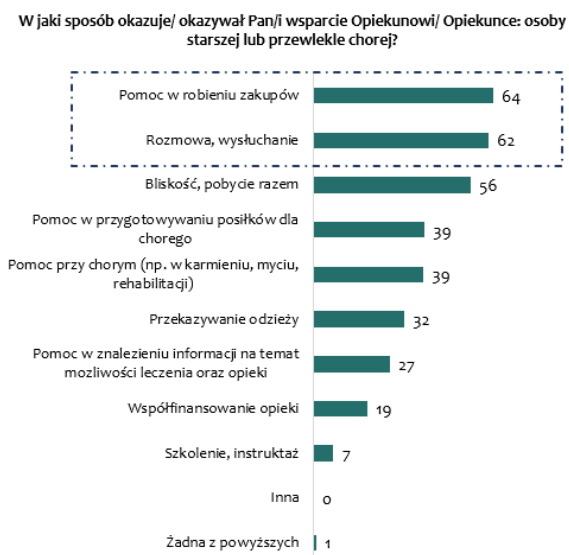
Ogólnopolski Dzień Opiekuna – troszczymy się o opiekunów nie tylko od święta. Oni troszczą się o swoich bliskich na co dzień.

Aż 61% Polaków zna osobiście bądź poznało opiekuna osoby starszej lub przewlekle chorej, natomiast blisko 28% Polaków opiekowało się nieodpłatnie osobą przewlekle chorą – wynika z badania SW Research przeprowadzonego w ramach kampanii edukacyjnej „Żywienie medyczne – Twoje posiłki z walce z chorobą” Fundacji Nutricia¹. Bycie opiekunem to rola, w którą często przychodzi wcielić się nagle i bez przygotowania. Aby zwrócić uwagę na problemy i potrzeby opiekunów, a także docenić i podkreślić ich ogromne znaczenie dla społeczeństwa, powołany został Ogólnopolski Dzień Opiekuna (12 lutego), który obchodzimy już po raz piąty.

2/3 Polaków wspierało opiekuna

Opiekun często podejmuje się wielu obowiązków. Wpierając pacjenta w codziennych czynnościach nierzadko wciela się w rolę pielęgniarki, fizjoterapeuty czy częściowo psychologa, podnosząc morale chorego i motywując go do walki z chorobą. Sprawowanie opieki nad bliskim chorym jest powszechnym zjawiskiem społecznym, choć w przestrzeni publicznej słabo widocznym. Jak wynika z badania przeprowadzonego na przełomie stycznia i lutego br. roku na zlecenie Fundacji Nutricia, ponad połowa badanych Polaków – 61% – zna, bądź poznała osobiście osobę, która zajmuje się lub zajmowała bliskim – seniorem lub przewlekle chorym. Co jest krzepiące, większość respondentów (68%) przyznaje, że wspierało opiekuna w codziennych obowiązkach lub w inny sposób.

Polacy najczęściej pomagają opiekunom w robieniu zakupów (64%). Innymi z form wsparcia są rozmowa, wysłuchanie (62%) oraz bliskość, spędzenie wspólnie czasu (56%).



Dane w %, N=251

*Pytanie wielokrotnego wyboru zadawane osobom, które nie są opiekunami osób starszych lub przewlekle chorych, ale okazywały wsparcie Opiekunowi.

¹ Banie opinii przeprowadzone w dn. 20.01 - 03.02.2023 roku przez SW RESEARCH metodą wywiadów on-line (CAWI) na grupie 1200 Polaków, w tym około 50% Opiekunów/byłych Opiekunów osób starszych i chorych

Rola opiekuna w procesie powrotu do zdrowia osoby chorej jest nieoceniona. Opiekunowie potrzebują wsparcia bliskich i rzeczywiście badania pokazują, że Polacy na różne sposoby ich wspomagają – czy to emocjonalnie, poprzez rozmowę, czy w codziennych obowiązkach, jak np. przygotowywanie posiłków. Przez wiele lat w kalendarzu brakowało dnia, który pozwoliłby na docenienie poświęcenia opiekunów oraz wyrażenie im wdzięczności. Dlatego z inicjatywy ośmiu organizacji pacjentów został powołany Ogólnopolski Dzień Opiekuna. Data ustanowienia tego święta została wybrana nieprzypadkowo. 12 lutego przypada dzień po obchodach Światowego Dnia Chorego. Ustanowienie Ogólnopolskiego Dnia Opiekuna ma na celu podkreślenie wyjątkowej relacji łączącej chorego z jego opiekunem, podkreślenie ogromnej roli opiekuna w chorobie podopiecznego i procesie jego powrotu do zdrowia, ale również zwrócenie uwagi na problemy i potrzeby samych opiekunów. To także apel o zwiększenie działań edukacyjnych oraz realnej pomocy, która może poprawić jakość życia i ułatwić sprawowanie opieki nad bliskimi chorymi – mówi Igor Grzesiak, wiceprezes Zarządu Instytutu Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej.

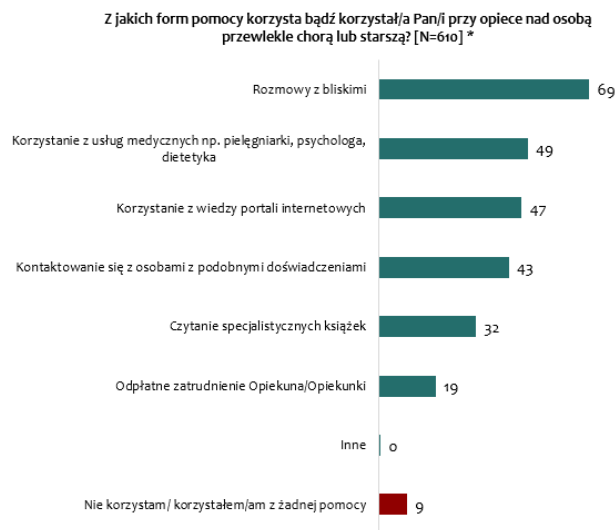
Praca zespołowa kluczem do sukcesu

Żeby móc wspierać chorego, opiekun sam również potrzebuje wsparcia, a także siły oraz wiedzy niezbędnych do pełnienia tej roli. Skąd je czerpie? Dla prawie **7 na 10 opiekunów (69%) jedną z form pomocy w opiece nad osobą przewlekle chorą lub starszą jest rozmowa z bliskimi**. Zdarza się również, że kontaktują się z osobami z **podobnymi doświadczeniami (43%)**. Ponadto, niemal połowa opiekunów (**47%**) **korzysta z wiedzy zdobytej z portali internetowych, a 32% z nich zagląda do specjalistycznej literatury** – wynika z najnowszych badań, przeprowadzonych w ramach kampanii „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą” Fundacji Nutricia.

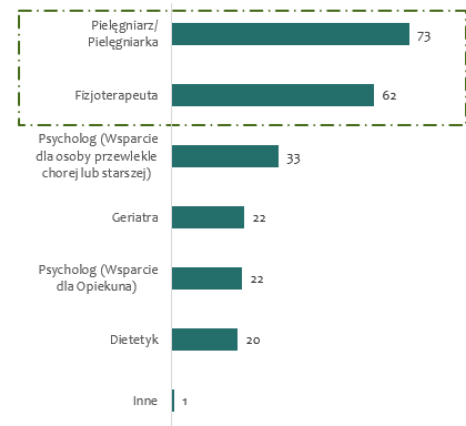
Pomimo tego, iż opiekunowie starają się sami dokształcać w wielu dziedzinach, to potrzebują również często wsparcia profesjonalistów w opiece nad bliskim. **49% opiekunów w Polsce korzystała bądź korzysta z pomocy ekspertów** – w tym z pomocy pielęgniarki (72%), fizjoterapeuty (62%), psychologa (22%) bądź dietetyka (20%).

Kiedy zaczęłam samodzielnie zajmować się mamą, obawiałam się, że sobie nie poradzę. Lekarz, a także pielęgniarka pokazali mi, jak obsługiwać PEG-a (specjalistyczny dostęp do przewodu pokarmowego, który umożliwia podanie pokarmu bezpośrednio do żołądka) i respirator. Wszystkiego można się nauczyć, jeśli ma się dobrego nauczyciela. Cenne rady otrzymałam od innych opiekunów, a także lekarza i pielęgniarki z poradni żywieniowej. Mama jest pod stałą opieką grona specjalistów – logopedy, pulmonologa, neurologa oraz pana Jurka, naszego rehabilitanta. Sama również korzystam ze wsparcia psychologicznego, co pozwala mi zachować równowagę, łączyć wiele obowiązków i spełniać się w roli opiekuna, a także we wszystkich pozostałych rolach – mamy, żony i siostry. Z okazji Ogólnopolskiego Dnia Opiekuna każdemu opiekunowi życzę, aby znalazł swoją bratnią duszę, drugiego opiekuna, osobę, z którą będzie mógł wymienić się doświadczeniami, wiedzą, poradami. Bardzo ważne jest także wsparcie specjalistów, zwłaszcza psychologa, ponieważ jeśli opiekun zadba o siebie, to będzie mu łatwiej zadbać również o drugą osobę – mówi Agnieszka Stemler, opiekująca się mamą, która przeszła udar.

Gdyby była taka możliwość, **45% opiekunów chciałoby, aby ich podopieczni mogli skorzystać z pomocy psychologicznej**. Wielu z nich zależy również na możliwości wsparcia ze strony pielęgniarza lub pielęgniarki (58%), a także fizjoterapeuty (58%). Niestety nie zawsze jest to możliwe ze względu na różnego rodzaju ograniczenia.



Proszę wskazać, z pomocy których usług medycznych Pan/i korzysta bądź korzystał/a przy opiece nad osobą przewlekle chorą lub starszą? [N=299]**



Dane w %,

*Pytanie wielokrotnego wyboru zadawane Opiekunom.

**Pytanie wielokrotnego wyboru zadawane tylko Opiekunom, którzy korzystają/korzystali z usług medycznych.

Kampania „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w chorobie” wspiera opiekunów na co dzień

W VIII już edycji kampanii „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w chorobie” postanowiliśmy zwrócić uwagę społeczeństwa na fakt, że przejście przez chorobę osoby bliskiej jest procesem wymagającym działania zespołowego, swego rodzaju sztafeta, gdzie opiekun na różnych etapach może posiłkować się pomocą nie tylko najbliższej rodziny, ale również odpowiedniego eksperta, by móc otoczyć chorego kompleksową, specjalistyczną opieką.

Zdajemy sobie jednak sprawę z tego, że nie zawsze jest to możliwe, dlatego w ramach tegorocznej edycji kampanii, na profilu @JestemOpiekunem na Instagramie będziemy przekazywać symboliczną „pałeczkę” ekspertom z interdyscyplinarnego zespołu terapeutycznego – lekarzowi, dietetykowi, fizjoterapeucie oraz dietetykowi, którzy podzielą się swoją wiedzą i doświadczeniem zawodowym. W dalszym ciągu będziemy też przedstawiać historie opiekunów, relacjonując ich codzienność. W ten sposób każdy z nas będzie mógł zobaczyć, jak wygląda życie opiekuna „zza kulis”. **Celem naszych działań będzie budowanie świadomości oraz zaangażowania społeczeństwa w pomoc opiekunom i ich wsparcie.**

Ogólnopolski Dzień Opiekuna został powołany w 2018 roku dzięki zaangażowaniu ośmiu organizacji pacjentów zainspirowanych akcją społeczną „List do Opiekuna”, prowadzoną w ramach kolejnej edycji kampanii „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”. Wśród organizacji znalazły się: Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej, Fundacja Polska Koalicja Pacjentów Onkologicznych, Mazowieckie Stowarzyszenie Osób z Chorobą Parkinsona, Fundacja „OnkoCafe – Razem Lepiej”, Fundacja EuropaColon Polska, Federacja Stowarzyszeń Amazonki, Fundacja Onkologiczna Alivia oraz Stowarzyszenie „Apetyt na Życie”.

O kampanii „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”

Kampania edukacyjna „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą” ma na celu budowanie świadomości na temat żywienia medycznego jako integralnego elementu opieki zdrowotnej oraz wsparcie pacjentów i ich

opiekunów w procesie leczenia. Od pierwszej edycji zrealizowanej w 2016 działania obejmowały edukację na temat wsparcia żywieniowego w chorobie nowotworowej. W kolejnych latach kampania została poszerzona o aktywności dedykowane neurologii, a także dotyczące żywienia dojelitowego przez specjalny dostęp do przewodu pokarmowego (bezpośrednio do żołądka lub jelita) z uwzględnieniem różnych jednostek chorobowych, w których jest ono stosowane.

Inicjatywa została powołana w 2016 roku przez firmę Nutricia. **Od V edycji realizowana jest przez Fundację Nutricia.**

Kampanię od początku powstania wspiera wiele towarzystw naukowych i organizacji pacjentów.

www.zywieniemedyczne.pl

O Fundacji Nutricia

Fundacja Nutricia została powołana w 1996 r. przez firmę Nutricia Polska Sp. z o.o. Od początku swojej działalności Fundacja podnosi świadomość na temat roli żywienia, początkowo angażując się m.in. w edukację żywieniową w okresie 1000 pierwszych dni życia dziecka. Od 2019 r. misją Fundacji Nutricia jest edukacja o roli żywienia na różnych etapach życia człowieka. Swoje działania Fundacja kieruje do dzieci i rodziców, pacjentów oraz ich bliskich, przedstawicieli środowiska medycznego, instytucji publicznych i organizacji pozarządowych. Fundacja prowadzi ogólnopolskie programy edukacyjne, takie jak: „1000 pierwszych dni dla zdrowia” czy kampania „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”. Realizuje także ogólnopolski konkurs grantowy, umożliwiając naukowcom prowadzenie badań naukowych z zakresu żywienia człowieka.

www.fundacjanutricia.pl