

Hoitsun Duunit

งานดูแลในบ้านพักคนชรา



Hoiva-avustaja
Lähihoitaja

"Tärkeää on hoitajan ja potilaan välinen vuorovaikutus ruokailuhetkissä."



การสื่อสารระหว่างผู้ดูแลและผู้ป่วยในขณะที่รับ ประทานอาหารเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง

Tekijänoikeudet:

© [2024] [Netrada Lahtela]

Kaikki oikeudet pidätetään. Tämä teos on suojattu tekijänoikeuslailla. Mitään osaa tästä julkaisusta ei saa kopioida, tallentaa tiedonhakujärjestelmään tai lähettää missään muodossa tai millään keinolla, mukaan lukien sähköinen, mekaaninen, valokopiointi, tallennus tai muu ilman tekijän kirjallista lupaa, paitsi lain sallimissa rajoissa.

Kustantaja: BoD · Books on Demand, Mannerheimintie 12 B, 00100 Helsinki, bod@bod.fi

Kirjapaino: Libri Plureos GmbH, Friedensallee 273, 22763 Hampuri, Saksa

ISBN: 978-952-80-9712-9

Sisällysluettelo

• Aamiainen.....	4
• Päiväkahvi.....	7
• Aamupuuro.....	14
• Liikkuminen.....	24
• Peseytyminen.....	28
• Iho kunto.....	33
• Rasvaus.....	38
• Pukeutuminen.....	45
• Suun hoito.....	61
• Hammashoito.....	66
• Lukeminen.....	69
• Lounas.....	88
• Lepohetki.....	101
• Päivällinen.....	104
• Iltatoimet vuoteessa.....	125
• Iltatoimet.....	129
• Iltapalan kertomus.....	132
• Haavan hoito.....	137
• Kipulääkkeet.....	140
• WC-iltatoimet.....	149
• Haastava tilanne.....	157
• Mieliala.....	167
• Sekavuus.....	173
• Kaatuminen.....	178
• Saattohoito.....	187
• Haavan hoito.....	190
• Yhteenvedoa.....	203

Jatkuu ep2, ep3

Esipuhe

Tämä kirja on laadittu tarjoamaan monikielisen sanaston ja fraasikokoelman, joka tukee hoitotyötä erityisesti tilanteissa, joissa potilaan hoito, hygienia, pukeutuminen, ravitsemus ja päivittäiset toiminnot ovat keskiössä. Kirjan tavoitteena on auttaa hoitajia kommunikoimaan tehokkaasti potilaiden kanssa suomeksi, thaiksi ja englanniksi, ja varmistaa siten, että potilaat saavat parasta mahdollista hoitoa heidän yksilölliset tarpeensa huomioiden.

Hoitotyössä kommunikaatio on kaiken perusta. Tämä on erityisen totta monikielisessä ympäristössä, jossa hoitajien ja potilaiden väliset kielimuurit voivat aiheuttaa haasteita ja väärinkäsityksiä. Tämän kirjan avulla pyrimme tarjoamaan käytännönläheisen ja selkeän työkalun, joka auttaa hoitajia selättämään näitä haasteita. Kirja sisältää kattavan kokoelman sanoja ja fraaseja, joita voidaan käyttää monenlaisissa hoitotyön tilanteissa, auttaen hoitajia ilmaisemaan itseään ja ymmärtämään potilaiden tarpeita paremmin.

On tärkeää ymmärtää, että mikään sanasto ei voi kattaa kaikkia mahdollisia tilanteita, joita hoitotyössä saattaa tulla vastaan. Tästä syystä tämä kirja on suunniteltu toimimaan perustana, jolta hoitajat voivat ammentaa, ja jota he voivat soveltaa käytännön tilanteissa joustavasti ja luovasti. Sanasto ei ole tyhjentävä, mutta se tarjoaa vankan pohjan, joka auttaa hoitajia toimimaan tehokkaasti ja itsevarmasti erilaisissa hoitotyön tilanteissa.

Tämä kirja on arvokas työkalu niin uusille kuin kokeneillekin hoitajille, jotka toimivat monikielisissä työympäristöissä. Sen avulla on mahdollista parantaa kommunikaatiota ja varmistaa, että potilaiden tarpeet tulevat kuulluiksi ja ymmärretyiksi, riippumatta heidän kielitaustastaan. Lopulta tämä kirja auttaa rakentamaan ymmärrystä ja siltoja kielellisten esteiden yli, mikä on keskeistä laadukkaan hoidon tarjoamisessa.

Toivomme, että tämä kirja toimii hyödyllisenä oppaana ja tukena hoitotyön arjessa, ja että se auttaa hoitajia tarjoamaan parasta mahdollista hoitoa kaikille potilaille, kielestä ja kulttuuritaustasta riippumatta.

[Kirjan tekijä.
Netrada Lahtela



Hoitaja:

"Hyvää huomenta, rouva Virtanen! Miten voitte tänään?"

- "สวัสดีตอนเช้าค่ะ คุณเวอร์ติเนน! วันนี้คุณเป็นอย่างไรบ้างคะ?"
- "Good morning, Mrs. Virtanen! How are you today?"

Potilas:

"Hyvää huomenta! Olen vähän väsynyt, mutta muuten ihan hyvin. Kiitos, kun autat minut ulos."

- "สวัสดีตอนเช้าค่ะ! ฉันรู้สึกเหนื่อยนิดหน่อย แต่โดยรวมก็สบายดี ขอบคุณที่ช่วยฉันออกมาข้างนอกนะคะ"
- "Good morning! I'm a bit tired, but otherwise okay. Thank you for helping me outside."

Hoitaja:

"Täällä parvekkeella onkin ihana ilma tänään. Aurinko paistaa ja ilma on raikas. Haluaisitteko vähän lämmintä teetä tai jotain muuta?"

- "วันนี้บนระเบียงอากาศดีจริงๆ แดดออกและอากาศสดชื่น คุณต้องการชาอุ่นหรืออย่างอื่นไหมคะ?"
- "The weather is lovely on the balcony today. The sun is shining and the air is fresh. Would you like some warm tea or something else?"

Potilas:

"Kuulostaa hyvältä, kiitos. Tee olisi mukavaa."

- "ฟังดูดีค่ะ ขอบคุณ ชาจะดีมากเลย"
- "That sounds good, thank you. Tea would be nice."

Hoitaja:

"Selvä, minä haen teetä. Sillä välin, onko jotain erityistä, mistä haluaisitte keskustella tänään?"

- "ได้ค่ะ ฉันจะไปเอามาให้ ในระหว่างนี้มีเรื่องอะไรเป็นพิเศษที่คุณอยากพูดคุยไหมคะ?"
- "Okay, I'll get the tea. In the meantime, is there anything special you'd like to talk about today?"

Potilas:

"Ei mitään erityistä, mutta olisi mukava puhua vähän vanhoista ajoista. Ne hetket tuovat aina hyvää mieltä."

- "ไม่มีอะไรเป็นพิเศษค่ะ แต่จะดีมากถ้าได้คุยเกี่ยวกับเรื่องในอดีต มันทำให้ฉันรู้สึกดีเสมอ"
- "Nothing specific, but it would be nice to talk a bit about old times. Those moments always bring good feelings."

Hoitaja:

"Totta kai. Voimme muistella yhdessä. Muistan, että mainitsitte joskus, kuinka paljon piditte kesäisistä puutarhajuhlita."

- "แน่นอนค่ะ เราารำลึกถึงอดีตกัน ฉันจำได้ว่าคุณเคยบอกว่าชอบงานเลี้ยงสวนช่วงฤดูร้อนมาก"
- "Of course. We can reminisce together. I remember you once mentioned how much you enjoyed summer garden parties."

Potilas:

"Kyllä, ne olivat ihania aikoja. Meillä oli aina paljon kukkia ja hyvää ruokaa."

- "ใช่ค่ะ มันเป็นเวลาที่ดีเสมอ เรามีดอกไม้สวยๆ และอาหารอร่อยๆ เสมอ"
- "Yes, those were wonderful times. We always had lots of flowers and good food."

Hoitaja:

"Se kuulostaa todella mukavalta. Minäkin pidän puutarhajuhlista. Ne ovat hyvä tapa viettää aikaa ystävien ja perheen kanssa."

- "ฟังดูน่ารักมาก ฉันก็ชอบงานเลี้ยงสวนเหมือนกัน มันเป็นวิธีที่ดีในการใช้เวลากับเพื่อนและครอบครัว"
- "That sounds really nice. I enjoy garden parties too. They're a great way to spend time with friends and family."

Potilas:

"Aivan niin. Kiitos, kun juttelet kanssani. Se tekee tästä aamusta erityisen."

- "ใช่ค่ะ ขอขอบคุณที่คุยกับฉัน มันทำให้เช้านี้พิเศษขึ้นมา"
- "Exactly. Thank you for chatting with me. It makes this morning special."

Hoitaja:

"Minulle on ilo. Haluan, että teillä on hyvä olo ja mukava aamu. Juonitellaan tämä tee hetki vielä ihanammaksi."

- "ยินดีเสมอค่ะ ฉันต้องการให้คุณรู้สึกดีและมีเช้าที่น่ารื่นรมย์ มาดื่มชากันเพื่อทำให้ช่วงเวลานี้ยิ่งพิเศษขึ้น"
- "It's my pleasure. I want you to feel good and have a pleasant morning. Let's enjoy this tea to make this moment even more special."



Hoitaja:

- "Onpa mukava nähdä sinut tänään, miltä sinusta tuntuu?"
- "ดีใจที่ได้พบคุณในวันนี้ คุณรู้สึกอย่างไรบ้าง?"
- "It's nice to see you today, how are you feeling?"

Potilas:

- "Kiitos, voin paremmin. Tämä ilma tekee hyvää."
- "ขอบคุณ ฉันรู้สึกดีขึ้น อากาศที่นี่สดชื่นมาก"
- "Thank you, I'm feeling better. This air is refreshing."

Hoitaja:

- "Haluaisitko teetä tai kahvia?"
- "คุณต้องการชา หรือกาแฟไหม?"
- "Would you like some tea or coffee?"

Potilas:

- "Teetä, kiitos. Se olisi mukavaa."
- "ชา ขอขอบคุณ มันจะดีมาก"
- "Tea, please. That would be nice."

Hoitaja:

"Tuon myös vähän keksejä, ne ovat suosikkejasi."

"ฉันจะนำคุกกี้มาด้วย มันเป็นของโปรดของคุณ"

"I'll bring some cookies too, they're your favorite."

Potilas:

"Kiitos, se kuulostaa herkulliselta."

"ขอบคุณ ฟังดูน่าอร่อย"

"Thank you, that sounds delicious."

Hoitaja:

"Voinko tehdä jotain muuta, että olosi olisi mukava?"

"มีอะไรอีกไหมที่ฉันสามารถทำเพื่อให้คุณรู้สึกสบายขึ้น?"

"Is there anything else I can do to make you comfortable?"

Potilas:

"Ei, tämä on aivan täydellistä. Kiitos kaikesta."

"ไม่เลย นี่มันสมบูรณ์แบบ ขอบขอบคุณสำหรับทุกอย่าง"

"No, this is just perfect. Thank you for everything."

Hoitaja:

"On ilo auttaa. Nautitaan tästä hetkestä yhdessä."

"ฉันยินดีที่ได้ช่วย มาสนุกกับช่วงเวลานี้ด้วยกันเถอะ"

"It's my pleasure to help. Let's enjoy this moment together."



Hoitaja:

"Onko sinulla tänään ollut jotain erityistä mielessä?"

"วันนี้คุณมีอะไรพิเศษอยู่ในใจไหม?"

"Is there something special on your mind today?"

Potilas:

"Olen ajatellut vanhoja aikoja, miten elämä on muuttunut."

"ฉันคิดถึงช่วงเวลาสมัยก่อน ชีวิตเปลี่ยนแปลงไปมาก"

"I've been thinking about the old times, how life has changed."

Hoitaja:

"Muistot ovat arvokkaita. Haluatko kertoa jonkin erityisen muiston?"

"ความทรงจำเป็นสิ่งมีค่า คุณอยากแบ่งปันความทรงจำพิเศษบ้างไหม?"

"Memories are precious. Would you like to share a special memory?"

Potilas:

"Muistan, kun matkustin ensimmäistä kertaa ulkomaille. Se oli upea kokemus."

"ฉันจำได้ตอนที่ไปต่างประเทศครั้งแรก มันเป็นประสบการณ์ที่ยอดเยียม"

"I remember my first time traveling abroad. It was a wonderful experience."

Hoitaja:

"Se kuulostaa todella jännittävältä. Minne matkustit?"

"ฟังดูน่าตื่นเต้นมาก คุณไปที่ไหน?"

"That sounds really exciting. Where did you go?"

Hoitaja:

"Oletko miettinyt, mitä voisimme tehdä seuraavalla kerralla, kun tapaamme?"

"คุณคิดบ้างไหมว่าเราจะทำอะไรในการพบกันครั้งหน้า?"

"Have you thought about what we could do next time we meet?"

Potilas:

"Olisi mukavaa mennä puistoon kävelylle, jos sää sallii."

"คงจะดีถ้าได้ไปเดินเล่นในสวน ถ้าสภาพอากาศเป็นใจ"

"It would be nice to go for a walk in the park, if the weather permits."

Hoitaja:

"Se kuulostaa hyvältä suunnitelmalta. Voisimme ottaa piknik-eväät mukaan."

"ฟังดูเป็นแผนที่ดี เราสามารถเตรียมของว่างไปด้วยได้"

"That sounds like a great plan. We could bring a picnic."

Potilas:

"Pidän siitä ideasta. Voimme ottaa mukaan niitä herkullisia voileipiä."

"ฉันชอบไอเดียนั้น เราสามารถนำแซนด์วิชอร่อยๆ ไปด้วย"

"I like that idea. We can bring those delicious sandwiches."

Hoitaja:

"Totta kai! Muistan, kuinka paljon pidät niistä. Onko jotain muuta, mitä haluaisit?"

"แน่นอน! ฉันจำได้ว่าคุณชอบมันมาก มีอย่างอื่นที่คุณต้องการไหม?"

"Of course! I remember how much you like them. Is there anything else you'd like?"

Potilas:

"Ehkä vähän hedelmiä ja suklaata jälkiruoaksi."

"บางทีผลไม้กับช็อกโกแลตเป็นของหวาน"

"Maybe some fruit and chocolate for dessert."

Hoitaja:

"Kuulostaa täydelliseltä. Varmistan, että kaikki on valmista seuraavaa kertaa varten."

"ฟังดูสมบูรณ์แบบ ฉันจะเตรียมทุกอย่างให้พร้อมสำหรับครั้งหน้า"

"Sounds perfect. I'll make sure everything is ready for next time."

Potilas:

"Kiitos, odotan sitä innolla. Sinun kanssasi on aina niin mukavaa."

"ขอบคุณ ฉันตั้งตารอมันเสมอ การอยู่กับคุณมันดีมาก"

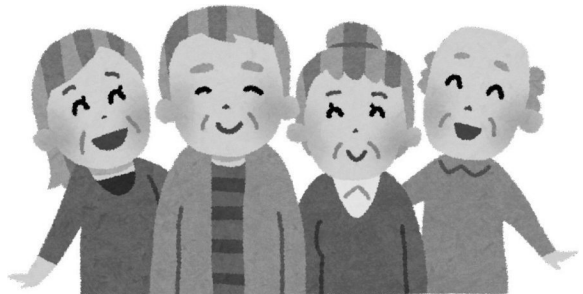
"Thank you, I'm always looking forward to it. It's always so nice with you."

Hoitaja:

"Minäkin nautin meidän hetkistämme. Tärkeintä on, että sinä viihdyt ja olet onnellinen."

"ฉันก็ชอบช่วงเวลาของเราด้วย สิ่งสำคัญที่สุดคือคุณมีความสุข"

"I enjoy our moments too. The most important thing is that you're happy."



Hoitaja:

"Oletko kokeillut uutta harrastusta tai kiinnostavaa tekemistä viime aikoina?"

"คุณได้ลองทำกิจกรรมใหม่ๆ หรือสิ่งที่น่าสนใจเมื่อเร็วๆ นี้บ้างไหม?"

"Have you tried any new hobbies or interesting activities lately?"

Potilas:

"Olen kokeillut maalaamista. Se on ollut rentouttavaa ja luovaa."

"ฉันลองวาดภาพ มันเป็นกิจกรรมที่ผ่อนคลายและสร้างสรรค์"

"I've been trying painting. It's been relaxing and creative."

Hoitaja:

"Se kuulostaa ihanalta! Mitä olet maalannut?"

"ฟังดูน่าทึ่ง คุณวาดอะไรไปบ้าง?"

"That sounds wonderful! What have you painted?"

Potilas:

"Olen maalannut maisemia ja kukkia. Se on tuonut paljon iloa."

"ฉันวาดภาพภูมิทัศน์และดอกไม้ มันนำความสุขมาให้มาก"

"I've painted landscapes and flowers. It's brought me a lot of joy."

Hoitaja:

"Olisi hienoa nähdä joitakin teoksiasi. Voisimme järjestää pienen näyttelyn täällä."

"คงจะดีถ้าได้เห็นผลงานของคุณ เราสามารถจัดนิทรรศการเล็กๆ ที่นี้ได้"

"It would be great to see some of your work. We could organize a little exhibition here."

Potilas:

"Se olisi hauskaa! En ole ajatellut näyttelyä, mutta se voisi olla mukavaa."

"คงจะสนุกมาก! ฉันไม่เคยคิดถึงการจัดแสดง แต่มันคงจะดี"

"That would be fun! I haven't thought about an exhibition, but it could be nice."

Hoitaja:

"Voimme kutsua ystäviä ja perhettä katsomaan töitäsi. Se olisi hieno tilaisuus."

"เราสามารถเชิญเพื่อนและครอบครัวมาดูผลงานของคุณ มันจะเป็นโอกาสที่ดี"

"We could invite friends and family to see your work. It would be a great opportunity."

Potilas:

"Kuulostaa upealta! Rakastan ajatusta jakaa taidettani muiden kanssa."

"ฟังดูยอดเยี่ยม! ฉันชอบไอเดียที่จะแบ่งปันศิลปะของฉันกับคนอื่น"

"Sounds wonderful! I love the idea of sharing my art with others."

Hoitaja:

"Toteutetaan se! Ja ehkä voisimme järjestää sen yhteydessä pienen kahvitarjoilun."

"เรามาจัดการเรื่องนี้กัน! และบางที่เราอาจจัดงานเลี้ยงกาแฟเล็กๆ ด้วย"

"Let's make it happen! And maybe we could have a little coffee gathering along with it."

Potilas:

"Se olisi täydellinen päivä. Kiitos, kun autat järjestämään kaiken."

"มันจะเป็นวันที่สมบูรณ์แบบ ขอขอบคุณที่ช่วยจัดการทุกอย่าง"

"It would be a perfect day. Thank you for helping organize everything."



Hoitaja:

"Huomenta! Toivottavasti nukuit hyvin."

"สวัสดีตอนเช้า! หวังว่าคุณจะนอนหลับสบาย"

"Good morning! I hope you slept well."

Potilas:

"Huomenta! Kyllä, nukahdin helposti. Kiitos, että toit aamiaisen."

"สวัสดีตอนเช้า! ใช่ ฉันหลับง่ายมาก ขอบขอบคุณที่นำอาหารเช้ามาให้"

"Good morning! Yes, I fell asleep easily. Thank you for bringing breakfast."

Hoitaja:

"Oletko maistanut jo puuroa? Lisäsin vähän kanelia mausteeksi."

"คุณได้ลองชิมข้าวต้มยัง? ฉันใส่ผงอบเชยลงไปด้วย"

"Have you tried the porridge yet? I added a little cinnamon for flavor."

Potilas:

"Kyllä, se maistuu ihanasti. Kaneli on hyvä lisä."

"ใช่ มันอร่อยมาก ผงอบเชยเป็นส่วนเสริมที่ดี"

"Yes, it tastes wonderful. The cinnamon is a nice touch."

Hoitaja:

"On kiva kuulla. Onko jotain erityistä, mitä haluaisit tänään tehdä?"

"ดีใจที่ได้ยินอย่างนั้น มีอะไรพิเศษที่คุณอยากทำในวันนี้ไหม?"

"I'm glad to hear that. Is there anything special you'd like to do today?"

Potilas:

"Ehkä voisimme lukea kirjaa yhdessä tai kuunnella musiikkia."

"บางที่เราอาจจะอ่านหนังสือด้วยกัน หรือฟังเพลง"

"Maybe we could read a book together or listen to some music."

Hoitaja:

"Se kuulostaa mukavalta. Onko sinulla mielessä jokin tietty kirja tai musiikki?"

"ฟังดูดี มีหนังสือหรือเพลงที่คุณอยากฟังไหม?"

"That sounds nice. Do you have a specific book or music in mind?"

Potilas:

"Olisi kiva kuunnella klassista musiikkia. Se rauhoittaa minua."

"ฉันอยากฟังเพลงคลาสสิก มันทำให้ฉันรู้สึกสงบ"

"It would be nice to listen to classical music. It calms me."

Hoitaja:

"Todella hyvä valinta. Voin tuoda kaiuttimen ja asettaa musiikkia soimaan."

"เป็นตัวเลือกที่ดีมาก ฉันจะนำลำโพงมาและเปิดเพลงให้ฟัง"

"Great choice. I can bring the speaker and set up the music for you."

Potilas:

"Kiitos paljon. Tämä tekee aamusta niin mukavan."

"ขอบคุณมาก สิ่งนี้ทำให้เช้านี้น่ารื่นรมย์มาก"

"Thank you so much. This makes the morning so pleasant."

Hoitaja:

"Olisiko sinun mukavampi syödä pöydän ääressä vai haluatko pysyä tässä?"

"คุณจะรู้สึกสะดวกกว่าถ้านั่งทานอาหารที่โต๊ะหรืออยากนั่งตรงนี้?"

"Would you be more comfortable eating at the table, or would you like to stay here?"

Potilas:

"Tässä on hyvä, kiitos. Näkymä ulos on kaunis."

"ตรงนี้ดีแล้ว ขอบคุณ วิวข้างนอกสวยมาก"

"Here is fine, thank you. The view outside is beautiful."

Hoitaja:

"Ihana kuulla, että viihdyt. Voinko tuoda sinulle jotain muuta, kuten tuoremehua tai hedelmiä?"

"ดีใจที่ได้ยินว่าคุณสบายดี ต้องการให้ฉันนำอะไรมาเพิ่มไหม เช่น น้ำผลไม้หรือผลไม้?"

"I'm glad you're comfortable. Can I bring you anything else, like some juice or fruit?"

Potilas:

"Ehkä vähän tuoremehua olisi hyväksi. Se virkistää."

"บางที่น้ำผลไม้สดจะดี มันทำให้สดชื่น"

"Maybe some fresh juice would be nice. It's refreshing."

Hoitaja:

"Hetki vain, tuon sen heti."

"รอสักครู้ ฉันจะนำมาให้ทันที"

"Just a moment, I'll bring it right away."



Netrada Lahtela on hoitaja, joka on työskennellyt Suomessa vanhusten hoivakodeissa ja palvelutaloissa. Hänellä on kokemusta sekä lähihoitajan opinnoista että käytännön työstä eri yksiköissä, joissa hoidetaan muistisairaita, monisairaita ja apua tarvitsevia ikäihmisiä.

Hän on itse ulkomaalaistaustainen, joten hän ymmärtää hyvin, millaisia haasteita uusi kieli, kulttuuri ja työympäristö voivat tuoda mukanaan. Siksi hän halusi kirjoittaa tämän kirjan – tueksi ja oppaaksi muille hoitajille, jotka aloittavat työuransa suomalaisessa hoivakodissa.

Hänen tavoitteenaan on yhdistää käytännön hoitotyön tieto, arjen esimerkit ja monikielinen sanasto niin, että ulkomaalainen hoitaja voi tuntea itsensä varmemmaksi työssään, saada onnistumisen kokemuksia ja ennen kaikkea tarjota asukkaille hyvää ja turvallista hoitoa.

