

수급자 안전관리

욕창예방, 낙상예방, 탈수예방, 배변도움,
관절구축예방, 치매예방, 노인학대예방

욕창 예방

수급자(보호자) 교육

○ 욕창이 무엇인가 ?

피부 한곳이 오래 눌리면 혈관이 압박을 받아 이곳에 피가 통하지 않게 됩니다.

피가 통하지 않으면 산소나 영양공급이 안되서, 빨갛게 되거나 심하게는 상처가 생기게 되는 것을 욕창이라고 합니다.

뼈의 돌출부 부분에 많이 발생하는데, 척추, 어깨, 꼬리뼈, 무릎, 복숭아뼈 등에 잘 발생합니다.

이는 노인 환자분들, 특히 움직임이 불편하신 분들, 위중한 환자분들에게서 주로 나타나는 질환 입니다.



○ 욕창 발생원인

① 부동/와상 : 마비 대상자나 극심하게 허약 상태 및 부동, 와상 등으로 운동성이 감소된 대상자는 스스로 압력을 제거하는 능력이 없으므로 지속적인 압력을 받게 된다.

② 부적절한 영양 : 체중감소, 근육 위축 및 피하지방 감소 등의 현상이 나타나 피부와 뼈 사이의 완충지대가 감소하게 되어 욕창 발생 가능성이 커진다.

③ 요/변 실금 : 습기로 인한 피부 연화는 표피의 손상을 일으키고 미생물을 번식시켜서 피부 통합성을 파괴하고 감염을 일으킨다.

○ 욕창 예방 활동

- ▶ 하루 한번 이상 피부 점검하기 : 뼈 돌출부분
- ▶ 피부 청결히 하기 : 따뜻한 물로 잘 씻고 잘 말려 줍니다
- 비활동: 활동을 증가시키기 위한 보조 장비를 제공한다.
- 실금: 배변, 배뇨 후 피부를 깨끗이 씻고 말린다.
- 영양불량: 적절한 영양과 수분을 제공한다.
- 감각 감소와 정신상태 저하: 욕창 예방을 위해 수급자를 돌보고 있는 가족의 능력을 사정한다.
- 손상된 피부통합성: 압력을 피하고 피부를 윤활시킨다. 발적부위는 마사지하지 않으며 열 램프를 사용하지 않는다

욕창 초기 증상 대처법

- . 약간 미지근한 물수건으로 찜질하고 마른 수건으로 물기를 닦아낸다.
- . 주의를 나선형으로 그리듯 마사지 하고 가볍게 두드린다.
- . 미지근한 바람으로 건조시킨다.
- . 촉지 않을 때에는 **30**분정도 햇볕을 쬐인다.

낙상예방

수급자(보호자) 교육

○ 낙상 무엇인가 ?

낙상이란 외적인 충격 없이 일상생활을 수행하는 동안 균형이나 안정성을 잃으면서 신체의 일부분이 바닥에 닿은 것, 즉 단순히 넘어지는 것을 의미한다.

○ 낙상 발생원인

인지 심리적 요인	낙상의 심리적 요인을 매우 다양한데 대표적으로 치매, 우울증 그리고 불안이나 공포장애가 있다. 치매는 보행의 변화와 인지 기능 장애를 발생시켜 주위의 자극에 적절하게 대처하지 못하게 한다. 주변 환경에 대한 무관심, 집중력 저하, 위험한 환경에 대한 인지 둔감 등의 증상을 보이는 우울증 또한 낙상을 일으킬 수 있는 심리적요인으로 작용할 수 있다.
신체적 요인	여러 신경학적 질환들로서 치매, 말초신경장애, 현훈, 어지러움, 뇌종양, 파킨슨병, 시력 저하 등이 고려된다. 이러한 신경학적 질환들 외에 심혈관계질환, 저혈압, 대사성 질환, 만성질환, 근골격계 질환도 낙상을 유발하는 신체적 요인이다.
환경적 요인	미끄러운 바닥, 평평하지 못하거나 장애물이 있는곳, 잘 안 보이는 곳이나 손잡이가 없는 계단, 화장실, 욕조 등을 생각해 볼 수 있다. 낙상을 이미 경험한 사람이 위험 요인으로 나타났으며 입소시설에서 생활하는 경우에는 급성 또는 만성 질환을 앓고 있는 사람, 75세 이상의 여성, 많은 약물을 복용하는 사람이 위험 요인으로 나타났다.

○ 낙상예방 환경정비

- 바닥재는 덜 미끄럽고, 탄성이 있어 넘어졌을 때의 충격을 흡수할 수 있는 재질을 사용한다.
- 위험과 연결되는 장애물, 턱 등에 대하여 단차를 적게 한다.
- 누워있거나, 잠든 동안에는 항상 침대난간을 올려 고정해둔다.

- 환경점검

계단- 손잡이 장치 / 미끄럼방지 설치

욕실- 손잡이 설치 / 미끄럼방지 매트사용

거실, 복도-문턱을 없애거나 경사로 설치

바닥에 물기제거 / 미끄럼방지 매트사용

침대- 침대 사이드바 사용/바퀴 잠금 장치/ 침대 높이조절

화장실-손잡이설치/바닥에 물기제거

○ 낙상 예방

① 눈부신 조명은 대상자에게 낙상 원인을 제공할 수 있으므로 눈부시지 않는 조명

② 복도, 계단 등에 적치한 불필요한 물건을 제거한다.

③ 침대를 낮게 하고 침대 바퀴는 고정한다.

④ 침대, 욕실 등에서 호출 벨을 사용하는 방법을 대상자에게 설명하고 시범을 보인다.

⑤ 대상자에게 낙상방지에 중요한 안전 수칙을 설명한다.

(일어서기전 몇 분 동안 발을 늘어뜨리기, 느리게 걷기, 어지럽거나 힘이 없으면 도움 요청하기)

⑥ 보조기구를 사용할 경우, 대상자의 힘이 약한 쪽에 요양보호사가 서고 보조기구를 사용하지 않으면 대상자의 힘이 강한 쪽에 요양보호사가 선다.

⑦ 대상자 이동시 모든 침대, 휠체어, 이동침대를 고정시킨다.

○ 낙상발생시 응급대처

① 낙상을 했을 경우 당황하지 말고 대상자를 안정시킨다.

② 낙상한 상황을 눈으로 확인하지 못했다면 의사를 표현할 수 있는 경우 상황을 묻고, 무리하지 않고 가장 편안한 상태로 있게 한다.

③ 응급을 요하는 낙상의 경우, 간호(조무)사 부재 시 사실을 주변인에게 알려 신속하게 119응급센터에 구호를 요청하도록 한다.

④ 최초 낙상 발견자는 대상자 상태를 파악하여 위급한 요소를 제거하고 나서 간호(조무)사나 담당관리자, 시설장에게 보고한다.

⑤ 통증이 심한 경우 억지로 구부리거나 펴려고 하지 않는다.

⑥ 가장 가까운 가족 및 보호자에게 사고 사실을 반드시 알린다.

⑦ 간호(조무)사는 출혈이 있으면 지혈하고, 환부를 부목 등으로 고정하고, 되도록 신속히 의료기관으로 옮긴다.

탈수 예방

수급자(보호자) 교육

○ 탈수 무엇인가 ?

탈수는 수분을 섭취하는 양보다 더 많이 사용하거나, 더 많이 몸 밖으로 수분이 빠져나가서 수분이 손실되는 것을 말해요. 우리 몸의 **60%** 이상을 차지하는 것이 수분이고, 이 수분이 부족하면 누구나 탈수를 경험할 수 있어요.

나이가 많은 어르신 탈수가 일어나면 쉽게 위험한 상황이 생길 수 있어서 주의가 필요해요.

○ 탈수의 원인과 위험

- ① 나이가 들면서 세포내 액이 감소하여 결국 전체 체액의 감소를 일으킨다.
- ② 갈증 감각 저하와 여러 가지 건강문제들이 탈수를 일으키기 쉬운 상태로 만든다.
- ③ 건강한 사람에게는 문제가 되지 않으나 수급자에게는 생명을 위협할 정도로 치명적일 수 있다.

○ 탈수의 증상

우리 몸에서 수분이 부족해지면 갈증이 생겨요. 소변량이 줄어들고, 나오는 소변도 색이 진해져요. 이때 수분을 적절하게 보충해주지 않으면 근육이 쉽게 피곤해지고, 피부의 탄력도 떨어져요. 탈수가 진행될수록 기운이 없어지고, 심하면 혈압이 떨어지고 실신하거나 사망에 이르기도 해요.

- ① 탈수의 증상으로는 혼돈, 건조한 혀와 점막, 맥박증가, 소변농축 등이다.
- ② 수분의 부족은 감염, 변비, 방광팽창의 감소, 수분전해질 불균형을 초래한다.

○ 탈수의 예방

탈수를 예방하기 위해서는 갈증을 느낄 때만 물을 마시는 것이 아니라, 따로 충분히 수분을 섭취하는 것이 좋아요. 더운 날 외부에서 활동해야 한다면 주기적으로 휴식과 함께 충분히 수분을 섭취하세요

- ① 갈증이 나지 않아도 하루**6~8컵(1500~2000cc)**의 수분을 섭취하도록 한다.
- ② 치매나 우울증이 있는 수급자의 경우, 돌보는 사람이 충분한 수분섭취를 시킨다.
- ③ 요실금이 있는 수급자에게 수분제한을 하지 않도록 한다. 고농축된 소변은 방광을 수축시켜 요실금을 유발할 수 있다.

배변도움

수급자(보호자) 교육

○ 배변도움 ?

노인들은 평상시 수분섭취 부족과 소량식사 및 운동제한 등으로 발생할 수 있는 변비 등을 사전에 예방 하여야 한다.

적절한 배설을 유지하도록 화장실까지의 이동을 돕는다.

스스로 배설을 조절하도록 도움으로써, 삶의 질 향상과 건강 유지 및 관리를 돕는다.

○ 배변 장애의 원인

1) 활동량 및 체력저하

나이가 들면 활동량이 줄고 전반적인 신체 및 장기 기능저하로 체력이 전체적으로 떨어지고 장의 활동도 약해집니다. 그렇기 때문에 직장까지 변이 내려와도 배변시 힘을 충분히 줄 수 없어서 변이 출구에서 막혀 배출 되기 어려운 현상이 나타날 수 있습니다. 특히 병으로 침대에 장기간 누워 있다든지, 신체활동의 저하로 먹는 것도 줄고, 식이섬유와 수분의 섭취가 부족한 노인들에게 일어나기 쉽습니다.

2) 식욕부진과 만성적인 질환 노인은 원래 식욕부진에 빠지는 경향이 있으므로 음식물 특히 식이섬유의 섭취 감소로 한층 더 배변장애가 심해질 수 있습니다. 또한 대장질환, 악화된 치핵 등 항문질환, 신경정신질환, 약물섭취 등의 원인이 겹쳐서 배변 장애를 겪는 경우가 많다는 것입니다.

3) 이완성 변비로 인한 분변매복

배변장애는 만성질환이나 대장질환에 의한 것이 아니면 대장무력증 때문 일수 있습니다. 노인의 경우 동통이 거의 없기 때문에 며칠간 변을 보지 못하고 방치하게 되는데, 이럴 경우 딱딱한 분변이 직장에 정체되거나 축적되어 분변매복을 일으켜 직장팽만감, 직장내 이물감, 배변긴급, 직장과 복막의 막연한 동통을 일으키고 치료하지 않으면 장폐쇄를 일으킵니다.

이밖에 변실금, 비뇨기계 압박으로 오는 요로감염, 대장괴사, 요저류, 출혈과 천공을 야기할 수 있는 분괴성 직장궤양을 일으키기도 합니다.

노인의 경우 자신에게 필요한 수분량보다 적게 섭취하는 경우가 많으므로 특별히 수분섭취 제한이 필요한 질환이 없는 한 물섭취를 늘리는 것이 좋습니다. 밤에 소변을 자주 보이게 되는 문제가 발생하므로 저녁전에 충분한 양을 드시는 것이 좋습니다.

○ 배변훈련

- ① 3~5일간 배뇨일지를 작성하여 배뇨패턴을 점검한다.
- ② 1주 단위로 적응할 수 있는 스케줄을 만든다.
- ③ 대상자 본인과 담당요양보호사에게 배뇨훈련의 목적과 방법을 설명한다.
- ④ 변기나 화장실을 이용하여 규칙적으로 배뇨하도록 계획을 세운다.
- ⑤ 긴박감을 조절할 수 있는 전략(이완요법, 케겔운동 등)을 가르친다.
- ⑥ 대상자가 정해진 간격으로 배뇨하도록 돕고, 배뇨조절이 가능해지면 배뇨 시간 간격을 늘릴 수 있다.
- ⑦ 대상자의 담당요양보호사에게 섭취한 수분의 양과 시간, 배설량과 시간을 계속 기록하도록 한다.
- ⑧ 대상자에게 가능하면 지정된 시간까지 참도록 격려하고, 목표 달성 시 긍정적인 강화를 한다.

○ 배변운동 도움방법



노인인권 보호지침

노인인권

노인학대 유형, 예방, 대응방법

노인인권

● 노인인권보호

노인복지시설(이하 시설) 생활노인은 다음과 같은 기본적 권리를 가지며 어떠한 이유로도 권리의 침해를 받아서는 안 되며, 국가와 시설은 생활노인의 인권을 보호하고 삶의 질을 향상시키기 위하여 최선의 노력을 기울여야 한다.

- 노후에도 인간답게 생활할 수 있는 권리
- 노인이라는 이유로 인간의 존엄성을 차별받지 않을 권리

(1) 존엄한 존재로 대우 받을 권리

① 어르신의 의사에 반하는 어떠한 노동행위도 시켜서는 안 된다.

② 어르신이 시설의 모든 서비스에 자유롭게 접근 또는 이용할 수 있는 기회를 부여해야 한다.

③ 어르신이 노인으로서 갖는 권리를 완전히 행사할 수 있도록, 어떠한 차별, 감금, 방해, 강압 또는 보복 행위를 해서는 안 된다.

④ 어떠한 이유로도 신체적 학대, 정서적 학대, 성적 학대, 경제적 착취 또는

가혹행위, 유기 및 방임 등의 학대행위를 해서는 안 되며, 학대행위가 발생했을 경우 관련 법률과 지침에 따라 학대피해노인에 대한 보호조치를 신속하게 취해야 한다.

⑤ 가족은 면회나 전화 접촉 등을 통하여 어르신과의 유대관계를 지속적으로 유지하고 존경하며, 시설의 서비스나 운영에 관하여 적극 협조하여야 한다.

⑥ 시설은 직원에게 어르신의 권리에 대한 홍보와 교육을 반기별로 실시해야 한다.

⑦ 직원은 수발 및 서비스 과정에서 어르신의 권익신장을 위한 상담과 조치를 적극 적으로 취하여야 하며, 어르신의 권리가 침해될 우려가 있거나, 침해 받은 경우 이의 회복과 구제를 위한 적극적 조치를 강구하여야 한다

(2) 질 높은 서비스를 받을 권리

- ① 어르신의 삶의 질을 증진시키고, 잔존능력을 유지하고 자립능력을 고양시키기 위한 질 높은 전문적 수발과 서비스를 제공하여야 한다.
- ② 정기적인 상담을 통해 어르신의 개별적 욕구와 선호, 기능 상태를 고려하여 개별화된 서비스와 급여계획을 수립하고, 이를 적극적으로 이행해야 한다.
- ③ 개인적 선호와 건강 및 기능 상태에 따라 다양한 영양급식을 제공해야 한다.
- ④ 건강에 해롭다는 의학적 판정 없이 어르신이 개인적으로 복용하는 약물을 금지시켜서는 안 된다.
- ⑤ 시설은 직원의 능력 개발을 위한 직무훈련과 교육기회를 충분히 부여하여, 이들의 수발 및 서비스 능력을 제고하여야 한다.
- ⑥ 월별 이용료 미납 등의 경제적 이유만으로 시설에서 제공하는 서비스 이용을 제한해서는 안 되며, 어르신의 이용료 문제 해결을 위한 지지망을 개발하고, 어르신의 전원 또는 퇴소 시까지 최선의 서비스를 제공해야 한다.
- ⑦ 직원은 직무수행상의 사고로 인하여 어르신에게 위험을 초래하지 않기 위해서 직무 안전에 최선을 다해야 한다.

(3) 가정과 같은 환경에서 생활할 권리

- ① 시설은 안전하고 깨끗하며 가정과 같은 환경을 제공하여야 한다.
- ② 공간이 허용하는 한 개별적인 수납공간을 제공하여야 한다.
- ③ 목욕, 의복 및 침구의 세탁 등 어르신의 위생관리에 만전을 기해야 한다.
- ④ 적절하고 편안한 조명과 음향을 제공하여야 한다.
- ⑤ 편안하고 안전한 실내온도를 유지하여야 한다.

(4) 신체적 구속을 받지 않을 권리

- ① 어르신 또는 직원 등의 생명이나 신체에 위험을 초래할 가능성이 현저히 높거나, 대체할만한 간호나 수발방법이 없거나, 증상의 완화를 목적으로 불가피하게 일시적으로 신체적 제한을 하는 경우 등의 긴급하거나 어쩔 수 없는 경우를 제외 하고는 어르신의 의사에 반하는 신체적 제한이나 구속을 해서는 안 된다.

② 긴급하거나 어쩔 수 없는 경우로 인해 일시적으로 신체를 제한하거나 구속할 경우에도 어르신의 심신의 상황, 신체 제한을 가한 시간, 신체적 구속을 할 수밖에 없었던 사유에 대하여 자세히 기록하고, 어르신 본인이나 가족에게 그 사실을 통지하여야 한다.

③ 시설규정에 위반되거나 또는 의료적 목적을 달성하기 위한 경우를 제외하고는 신체적인 제한이나 심리적인 영향을 미치는 약물을 처방해서는 안 된다.

(5) 사생활 및 비밀 보장에 대한 권리

① 어르신의 사생활을 보장하고, 직무수행과정에서 얻은 비밀을 철저히 지켜야 하며, 질병과 치료, 통신, 가족 등과 같은 어르신의 사생활에 관한 정보나 기록을 사전 동의 없이 공개해서는 안 된다. 다만, 인지능력이 제한된 어르신의 경우에는 가족 등 관계자의 동의를 받은 후 어르신의 서비스 증진을 위한 전문적 목적에 한하여 정보를 공개할 수 있다.

(6) 통신의 자유에 대한 권리

① 어르신은 자유롭게 전화를 이용하고, 우편물을 발송할 수 있어야 하며, 어르신의 우편물을 개봉하지 않는 등 개인적 통신의 권리를 최대한 보장하여야 한다.

(7) 정치, 문화, 종교적 신념의 자유에 대한 권리

① 어르신의 정치적 이념을 존중하고, 투표 등의 정치적 권리행사에 부당한 영향력을 행사해서는 안 된다.

② 어르신의 종교적 신념을 인정하고, 특정 종교행사 참여의 강요 등 종교적 신념의 변화를 목적으로 부적절한 영향력을 행사해서는 안 된다.

③ 어르신의 문화적 다양성을 인정하고, 이에 따른 생활양식의 차이를 최대한 존중하여야 한다.

(8) 소유 재산의 자율적 관리에 대한 권리

① 어르신 개인 소유의 재산과 소유물은 갖거나 이용할 권리를 최대한 보장하고, 이를 스스로 관리할 수 있는 권리를 보장하여야 한다.

② 다만, 어르신이 스스로 재산을 관리할 수 있는 능력이 없어 어르신이나 가족 또는 기타 후견인의 특별한 요청이 있을 경우에는 시설에서 사용 또는 처분할 수 있으며, 이 경우 분기별 또는 수시로 재정 사용에 대한 결과를 알려주어야 한다.

(9) 불평의 표현과 해결을 요구할 권리

- ① 어르신의 의견이나 불평을 수렴하기 위한 공식적 절차(예:건의함, 운영위원회 등)를 마련하여 시행하여야 한다.
- ② 어르신이나 가족에 의해 제기된 불평을 즉각적으로 해결하기 위한 조치를 취해야 한다.
- ③ 어르신이나 가족이 불평을 제기했다는 이유로 어르신에게 차별적 처우나 불이익을 주어서는 안된다.

(10) 시설 내·외부 활동 참여의 자유에 대한 권리

- ① 시설 내의 자발적 모임이나 다른 어르신과 사귀고 의사소통할 수 있는 권리를 보장하여야 한다.
- ② 다른 어르신의 권리를 침해하지 않는 범위 내에서 자신의 의사에 따라 시설 내부의 다양한 서비스, 여가, 문화 활동에 참여할 수 있는 기회를 부여해야 한다.
- ③ 시설 외부의 건강, 사회, 법률, 또는 다른 서비스 기관의 이용을 적극적으로 조장하고, 필요 시 지역사회 서비스를 연계하여야 한다.
- ④ 어르신이 원하지 않는 경우를 제외하고는 면회나 방문객을 거부해서는 안된다.
- ⑤ 어르신의 자유로운 외출, 외박 기회를 최대한 보장하여야 한다.
- ⑥ 지역사회 주민들은 어르신의 지역사회 활동 참여를 적극적으로 조장하고 지원하며, 지역사회와의 유대관계 증진을 위하여 노력하여야 한다.

(11) 정보 접근과 자기결정권 행사의 권리

- ① 어르신의 의사에 반하는 전원 또는 퇴소를 하여서는 안되며, 불가피한 경우 전원 또는 퇴소 시 그 사유를 통보하고 의사결정 과정에 어르신 또는 가족을 참여 시켜야 한다.
- ② 어르신이 요구할 경우 건강상태와 치료·수발, 제반 서비스에 관한 정보와 기록에 대한 접근을 허용하여야 한다.
- ③ 어르신이 의식주, 보건의료서비스, 여가활용 등 개인의 삶에 영향을 미치는 모든 부분에서 자기결정권을 행사할 수 있도록 해야 한다.
- ④ 어르신의 권리 변화, 건강과 일상생활의 변화, 수발 및 의료적 처치의 변화 등과

관련하여서는 충분한 시간을 갖고 사전에 어르신과 가족에게 통보하고, 의사결정 과정에 어르신 또는 가족을 참여시키고 이들의 결정을 존중하여야 한다.

⑤ 어르신의 권리, 입·퇴소 및 운영과 관련된 시설의 규칙과 규정을 구두 또는 문서로 생활노인과 가족에게 충분히 설명 또는 공지하여야 한다.

● 노인학대

○ 노인학대의 정의 (노인복지법 제1조의2제4호)

노인학대라 함은 노인에게 대하여 신체적·정신적·정서적·성적 폭력 및 경제적 착취 또는 가혹행위를 하거나 유기 또는 방임을 하는 것을 말함

○ 노인복지시설의 역할과 의무

시설내 노인학대 의심사례 및 학대사례 발견시 노인보호전문기관 또는 수사기관에 신고, 시설이용자 중 학대피해노인 및 학대행위자에 대한 노인보호전문기관으로부터의 상담 및개입협조, 노인보호전문기관으로부터의 보호가 필요한 학대피해노인에 대한 입소의뢰시 신속한 보호조치, 시설 내 종사자 및 이용자 대상 노인학대예방교육 실시, 시설 내 학대발생 현황 및 조치결과 보고 등노인학대라 함은 노인에게 대하여 신체적·정신적·정서적·성적 폭력 및 경제적 착취 또는 가혹행위를 하거나 유기 또는 방임을 하는 것을 말함

○ 노인학대의 예측 징후

- 치료받지 못한 상처 및 부상이 발견된다.

- 다툼, 욕설 등의 큰소리가 자주 들린다.
- 노인에게 성적 수치심을 주는 행동을 한다.
- 노인의 물건 및 금품을 허락 없이 사용한다.
- 식사를 거르는 등 영양실조나 탈수상태이다.
- 노인에게 필요한 의료적 처치를 받지 않는다.
- 노인을 시설에 입소시킨 후 연락을 두절한다.

● 노인학대유형

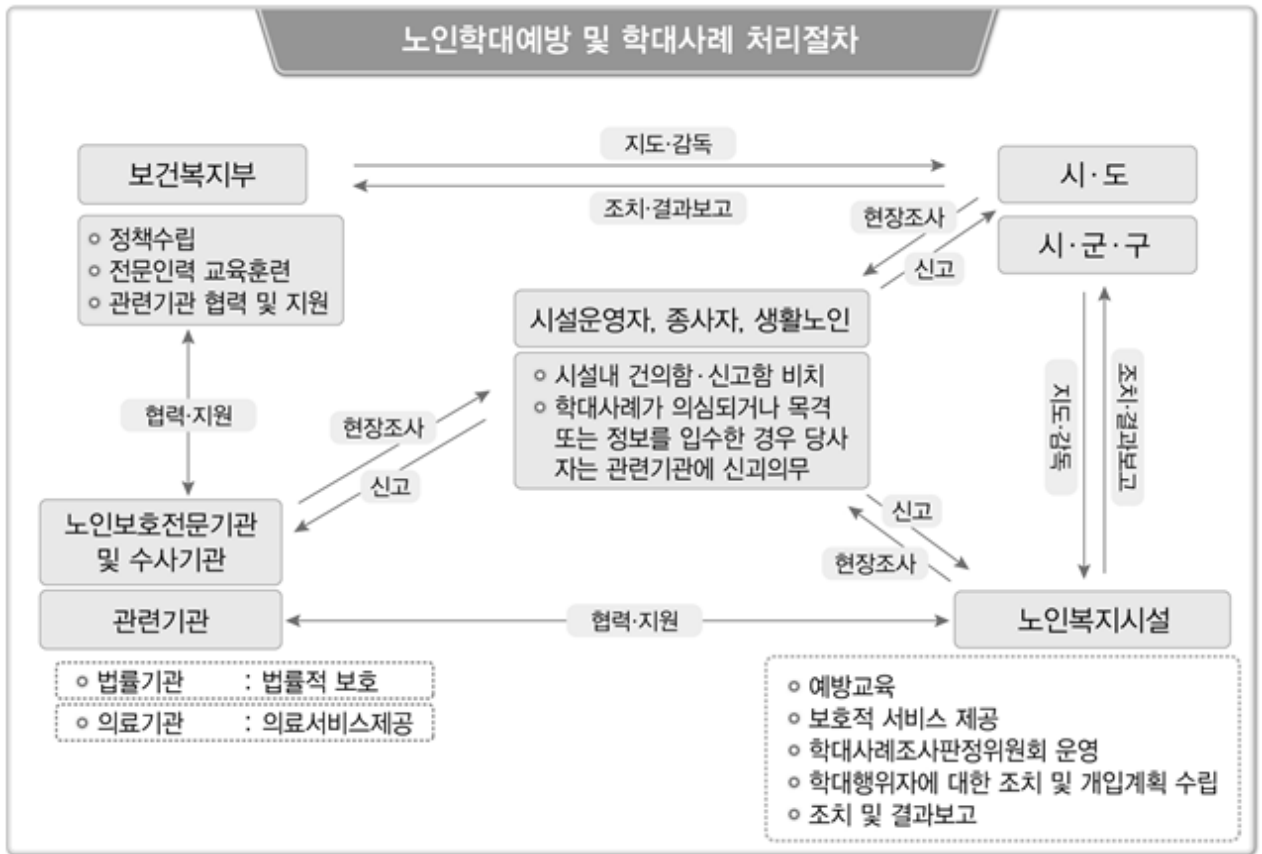
노인학대의 유형(노인복지법 제1조의2와 제39조의9에 규정한 노인학대의 정의와 노인에 대한 금지행위)

신체적 학대	정서적 학대	경제적 학대
		
폭행, 신체를 강제적으로 억압, 물리적인 힘에 의한 위협	욕설, 고의적인 따돌림, 무시	노인의 재산을 허락없이 사용하거나 갈취
성적 학대	방임 및 자기방임	유 기
		
성폭력, 성희롱	의식주, 경제적 및 의료적 보호를 제공하지 않고 방치	의존적인 노인을 유기

학대유형	내용
신체적 학대	물리적인 힘 또는 도구를 이용하여 노인에게 신체적 혹은 정신적 손상, 고통, 장애 등을 유발시키는 행위
정서적 학대	비난, 모욕, 위협 등의 언어 및 비언어적 행위를 통하여 노인에게 정서적으로 고통을 유발시키는 행위
성적 학대	성적수치심 유발행위 및 성폭력(성희롱, 성추행, 강간) 등의 노인의 의사에 반하여 강제적으로 행하는 모든 성적 행위
경제적 학대	노인의 의사에 반(反)하여 노인으로부터 재산 또는 권리를 빼앗는 경제적 착취, 노인 재산에 관한 법률 권리 위반 등 경제적 권리와 관련된 의사결정에서 통제하는 행위
방임	부양의무자로서의 책임이나 의무를 거부, 불이행 혹은 포기하여 노인의 의식주 및 의료를 적절하게 제공하지 않는 행위(필요한 생활비, 병원비 및 치료, 의식주를 제공하지 않는 행위)
유기	보호자 또는 부양의무자가 노인을 버리는 행위

● 노인학대예방

- ① 노인학대에 대한 명확한 기준을 설정하여 학대행위에 대한 예방과 해결을 위한 철저한 교육과 지도감독을 실시해 나가야 한다.
- ② 시설 내에 노인학대에 해당하는 구체적 행위를 공시하여 노인과 종사자 모두가 학대에 대해 정확한 이해를 갖출 수 있게 하여야 한다.
- ③ 학대예방을 위하여 종사자와 수급자에게 노인 인권 및 학대와 관련된 교육을 실시하여야 한다.
- ④ 종사자는 동료 종사자의 노인에 대한 학대행위를 목격하였을 경우, 해당 시설과 노인 보호전문기관 또는 수사기관에 신속히 신고하고, 법률 규정이나 윤리기준에 따라 조치를 취해야 한다.
- ⑤ 종사자는 노인들간의 집단 따돌림이나 학대행위를 예방하고 해결해야 한다.
- ⑥ 치료나 요양의 목적 이외에 노인의 뜻에 반하는 노동행위를 강요해서는 안 된다.
- ⑦ 종사자는 어떠한 이유로도 노인을 언어적으로 협박, 무시하거나 조롱 또는 욕설을 하여서는 안 되며, 항상 존대어를 사용하여야 한다.
- ⑧ 종사자는 노인이 수치심을 느끼거나 자존심을 상하게 하는 말을 해서는 안 된다.
- ⑨ 종사자는 목욕이나 기저귀 교체 시 노인이 성적 수치심을 느끼지 않도록 노력해야 한다.
- ⑩ 종사자는 노인의 잔존능력을 유지시키기 위한 최선의 서비스를 제공해야 한다



● 노인학대 대응방법

- 시설은 노인학대 방지를 위하여 노인학대 사례를 조기에 발견하기 위한 조치를 취해야 한다.
- 시설은 노인학대를 사전에 예방하기 위하여 노인들의 요구와 불만사항을 청취하고, 불만사항에 대해서는 신속하게 처리하여야 한다.
- 시설 종사자는 수급자 서비스를 제공하는 과정에서 노인의 신체, 심리적 건강 상태를 주의 깊게 살펴야 하며 노인학대의 증상이 있는지를 면밀히 관찰 하여야 한다.
- 모든 시설 종사자는 동료 종사자 또는 수급자에 의해 이루어지는 구체적 학대 행위를 목격하거나, 노인이 각각의 학대 유형과 관련된 증상을 보이는 사실을 목격 하였거나, 노인이 학대 받을 우려나 위험이 있다고 판단되는 경우 즉시 해당 시설과 노인보호 전문기관, 수사 기관, 노인학대 관련기관(보건복지상담센터: 전화 129), 시·군·구 노인복지 담당부서의 관계 공무원 또는 노인복지상담원 등에 신고하여야 한다.
- 학대 위험상황에 처하거나 학대를 당한 노인은 해당 시설과, 노인 보호전문 기관이나 수사기관에 학대 위험 또는 그 사실을 신고할 수 있다.
- 생활노인이 동료 생활노인의 학대 위험 또는 학대를 당하는 것을 목격한 경우 해당 시설과 노인보호전문기관 또는 수사기관에 신고하여야 한다.

- 시설의 생활노인 학대와 관련된 정보를 접한 노인복지상담원, 사회복지 전담공무원 등의 관계자는 노인보호전문기관 또는 수사기관에 시설의 학대의심 사례를 신고하여야 한다.
- 신고를 받은 시설운영자는 지체 없이 노인보호전문기관과 공동으로 학대 의심사례에 대해 조사와 조치를 취해야 한다.
- 신고 받은 학대사례에 대한 응급조치와 안전조치가 요구되는 경우(학대 행위자로부터 신체적 학대가 지속적으로 이루어지고 있다고 의심되며 노인의 상처가 심각한 경우, 노인 유기 및 노인의 영양상태 불량 등으로 생명이 위급한 사례, 방임 사례일 경우 노인의 연령과 건강상태, 학대의 지속성 정도에 따라 위험하다고 판단되는 사례) 신속한 조치를 취해야 한다.

○ 노인에 대한 금지행위(노인복지법 제39조의 9)

- ① 노인의 신체에 폭행을 가하거나 상해를 입히는 행위
- ② 노인에게 성적 수치심을 주는 성폭력·성희롱 등의 행위
- ③ 자신의 보호·감독을 받는 노인을 유기하거나 의식주를 포함한 기본적 보호 및 치료를 소홀히 하는 방임 행위
- ④ 노인에게 구걸을 하게 하거나 노인을 이용하여 구걸을 하는 행위
- ⑤ 노인을 위하여 증여 또는 급여된 금품을 그 목적 외의 용도에 사용하는 행위

○ 노인학대 신고의무자

노인복지법 제39조의6에 따라 의료법에 따라 의료기관에서 의료업을 하는 의료인, 노인장기요양보험법에 따른 장기요양기관 및 재가장기요양기관의 장과 종사자는 **노인학대 신고의무자**이며, 노인복지법 제61조의 2에 따라 노인학대를 신고하지 아니한 자에게는 **500만원** 이하의 과태료가 부과된다.

관절구축(오그라들)예방

수급자(보호자) 교육

○ 관절구축(오그라듐) ?

수급자가 오랫동안 움직이지 않으면 골격근의 수축력 감소 등으로 관절구축의 증상이 생기는데 관절구축이란 정상적인 관절가동범위에 제한이 있는 것으로 대부분 오랜 움직이지 않음과 고정된 자세에서 생긴다.

○ 관절구축의 원인

- 1.관절 구축은 고정, 와상, 류마티스 관절염, 퇴행성 관절염등으로 관절운동이 제한되고 관절낭, 인대, 건등 관절 주위 조직이 유착, 반흔형성 등의 변화가 일어나 발생한다.
- 2.또한 근육의 단축, 다발성 근염, 마비등으로 근육의 섬유증이 발생하여 축이 일어나며 외상, 화상 같은 질환으로 피부 및 피하조직의 반흔 형성으로 인해 구축이 발생한다.

○ 관절구축 예방

관절운동(스트레칭포함)은 관절의 주변인대나 근육을 강하게 하므로 관절구축예방에 가장 효과적인 방법이다.

- ① 손가락운동: 양손으로 손가락을 끼고 반대의 손으로 손가락 관절을 늘린다.
- ② 손목운동 : 책상위에 손바닥을 두고, 손등을 눌러서 손목을 직각까지 늘린다.
- ③ 팔운동 : 손가락을 끼우고, 어깨위치 까지 팔꿈치를 펴고 손을 올려 손바닥을 번갈아 돌린다.
- ④ 어깨운동 : 손가락을 끼우고 머리위로 올린 후, 머리 뒤로 가지고 간다.
- ⑤ 척추운동 : 아픈 쪽의 팔꿈치를 감싸 어깨까지 팔을 올려 좌우로 돌린다.
- ⑥ 무릎운동 : 몸을 누워 위를 향하게 하고, 한쪽 무릎씩 가슴 앞으로 껴안는다. 반대측의 다리를 편자세를 취한다.
- ⑦ 발목운동 : 아픈 쪽의 발목을 반대쪽 무릎위에 얹고 건강한 손으로 돌린다.

○ 관절운동범위 운동 지침

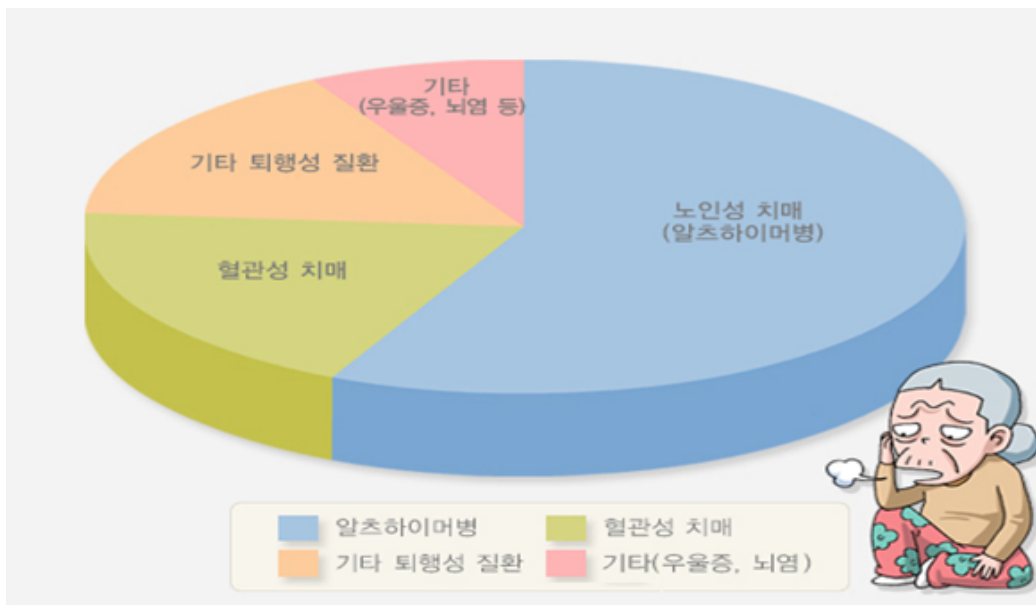
- 일상생활 활동을 수행하는데 필요한 관절의 적절한 가동범위를 권장한다.
- 운동은 점차적으로 시작하고 천천히 수행한다.
- 각 관절은 통증이 아닌 어떤 저항이 느껴질 때까지 움직인다.
- 관절은 중립자세를 유지한다.
- 피부의 손상을 최소화하기 위하여 사지를 움직일 때 마찰을 최소화 한다.

치매예방

수급자(보호자) 교육

○ 치매 ?

치매는 그 자체가 뇌손상에 의해 기억력을 위시한 여러 인지기능의 장애가 생겨 예전 수준의 일상생활을 유지할 수 없는 상태를 의미한다. 치매는 일단 정상적으로 성숙한 뇌가 후천적인 외상이나 질병 등 외부 원인에 의하여 손상 또는 파괴되어 전반적으로 지능, 학습, 언어 등의 인지기능과 고등 정신기능이 떨어지는 복합적인 증상을 말한다.



○ 치매의 증상

- ① 일상생활에 지장을 초래할 정도로 최근 일에 대한 기억력 상실이 있다.
- ② 언어사용이 어려워졌다.
- ③ 시간과 장소를 혼동한다.
- ④ 판단력이 저하되어 그릇된 판단을 자주한다.
- ⑤ 익숙한 일을 처리하는데 어려움이 있다.
- ⑥ 돈 계산에 문제가 생겼다.
- ⑦ 물건 간수를 잘못한다.
- ⑧ 기분이나 행동에 변화가 있다.
- ⑨ 성격에 변화가 있다.
- ⑩ 자발성이 감소되었다.

○ 치매의 종류

알츠하이머병	뇌에 베타아밀로이드 단백질이 침착하여 생긴 노인성 신경반과 타우 단백질이 과인산화 되면서 결합한 신경섬유다발로 불리는 비정상물질이 뇌에 축적하여 세포의 기능이 마비됨으로써 발생함.
혈관성 치매	뇌혈관이 터지거나 막혀 산소와 영양분의 공급이 차단되어 뇌세포가 손상되면서 생김.
알코올 치매	장기간 지속된 과음이 알코올 치매의 원인입니다. 알코올 자체의 독성에 의해 치매가 발생하는 경우도 있고, 알코올 섭취로 인한 비타민 B1 결핍이 원인인 경우도 있습니다
루이체 치매	여러 종류의 치매 중 루이체 치매와 파킨슨병 치매는 특징적으로 '파킨슨 증상'이라 불리는 움직임의 장애가 같이 나타납니다
전두측두엽 치매	두측두엽 치매는 전두엽이나 측두엽의 앞쪽에서부터 진행되는 치매입니다.이 부위에 문제가 발생할 경우 말을 이상하게 하거나, 참을성이 없어지거나, 판단력이 저하될 수 있습니다.
초로기 치매	원인 질환에 상관없이 치매가 65세 이전에 발병한 것을 '초로기 치매'라고 합니다. 65세 미만의 치매환자는 점차 늘어나고 있으며, 2015년 에는 전체 치매환자 중 초로기 치매가 15% 가량 차지

○ 치매예방

- ① 손을 자주 움직이게 한다.
- ② 수분을 충분히 섭취하게 한다.
- ③ 되도록 혼자 있게 하지 말고 타인과 가까이 지내게 한다.
- ④ 주기적으로 걸거나 운동을 하게한다.
- ⑤ 노화 방지를 위해 가급적 소식을 하게 한다.
- ⑥ 비만을 치료한다.
- ⑦ 당뇨병이 있는 경우 당뇨약이나 인슐린을 사용하면서 혈당을 조절한다.
- ⑧ 고지혈증 및 혈압을 조절한다.
- ⑨ 심장병이 있는 경우 혈관성치매를 유발할 수 있으므로 계속 치료한다.
- ⑩ 기억장애, 언어장애가 있는 경우 빨리 검사를 받게 한다