



## Parkinsoni tõvega inimeste toetamine:

### Mida peavad tugiisikud teadma

# Kes on tugiisik ja millega ta tegeleb?

*“Ma olen ikka kõigepealt tema abikaasa ja seejärel tema tugiisik. See ongi see, mida ma teen ja miks ma teen, ning see on tähtis.”*

▪ Mõistet ‘tugiisik’ kasutatakse selliste inimeste kohta, kes vaatavad kellegi järgi või hangivad tugiteenuseid kellelegi, kes on haige, eakas või puudega. Harilikult on selleks lähedane sugulane, sõber või naaber.

▪ Mõned inimesed eelistavad end näha üksnes partnerina, tütre või pojana või mõne teise sugulasena, ja neile ei meeldi nende nimetamine tugiisikuks. Siiski on see mõiste abiks paljudele ja seda kasutatakse spetsialistide hulgas laialdaselt. See aitab lahus hoida praktilist hooldamistööd sugulussuhetest.

▪ Kui kellelgi diagnoositakse Parkinsoni tõbi (PT), võib ta väga vajada emotsionaalset tuge ja julgustust oma lähedastelt. See ongi üks toetamise tahk. Haiguse arenedes vajatakse rohkem praktilisi nõuandeid.

▪ Inimesed hakkavad tugiisikuteks erinevatel põhjustel. Mõnedest inimestest saavad tugiisikud, ilma et nad mõistaksid, et nende sugulase haigus süveneb ja nad muutuvad järjest enam haigusest sõltuvaks. Kui siis lõpetada raskeks muutunud hooldamistegevused, tekib frustratsioon ja süütunne ning kasu polle sellest kellelegi.

This information was prepared by professional and lay members of the Infopark Project

Last updated : 07/02/04



This study is funded by the European Commission under the Fifth Framework Quality of Life Programme, Contract Number QLK6 2000-00303

▪ Väga oluline on, et tugiisikud teeksid kohe alguses selgeks, mida nad teha saavad ja mida mitte, nii et vajadusel oleks võimalik muid lahendusi otsida. Üksi kodus hooldamine ei pruugi olla parim variant ei hooldajale ega hooldatavale.

▪ Haige hooldamine võib mõne inimese jaoks olla rahuldustpakkuv. Siiski võib see olla ka füüsiliselt ja vaimselt kurnav ning mõjutab tööd, isiklikku elu, pereelu ja vaba aega. Et säilitada oma hea tervis, peavad tugiisikud otsima abi kõrvalt ning tugitööst aeg-ajalt puhkama.

▪ Tugiisikuks olemine ei tähenda kõige ärategemist. Tähtis on, et toetatavat julgustatakse ja lubatakse tal teha võimalikult palju. See aitab säilitada neil iseseisvust ja eneseväärikust.

## LISAINFORMATSIOON

Parkinsoni Haiguse Selts toetab ja informeerib tugiisikuid  
[info@parkinson.ee](mailto:info@parkinson.ee)  
[www.parkinson.ee](http://www.parkinson.ee)  
<http://www.parkinsons.org.uk>

### ***Kasulik kirjandus:***

Caring for the Parkinson's patient: a practical guide' by Thomas Hutton, Ray Lynne Dippel and Nathan Slewett (editors), published in Prometheus Books; 2nd edition 1999 ISBN: 1573926841

### ***Kasulikud viited:***

National Parkinson Foundation: Caregivers Forum  
<http://www.parkinsonscare.com>  
Caregiver survival resources  
<http://www.caregiver911.com>  
Care directions - UK internet guide to care and rights of elderly  
<http://www.caredirections.co.uk>

