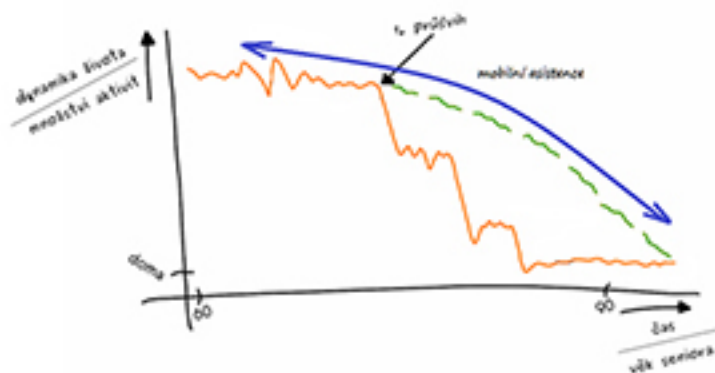

Společný projekt UK a ČVUT pomáhá seniorům užívat si aktivní stáří

Projekt „Zůstaň fit“ pomáhá seniorům užívat si aktivní stáří

Projekt „Zůstaň fit“ pomáhá seniorům užívat si aktivní stáří – to je cíl mobilní asistenční služby, která vznikla díky spolupráci výzkumných týmů 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Fakulty biomedicínského inženýrství Českého vysokého učení technického v Praze. Za pomoci moderních technologií se senioři nemusejí vzdávat svých aktivit a omezovat svůj pohyb. Díky službě „Zůstaň fit“ budou mít stále jistotu, že jim v případě nesnázi někdo pomůže. Prostřednictvím chytré krabičky si starší lidé jednoduše zavolají pomoc, ať jsou kdekoliv.



...tohle umí dobrá mobilní asistence

Délka lidského života se prodlužuje, avšak adekvátně tomu se nezvyšuje věková hranice, dokdy jsou lidé plně aktivní. Udržování běžných činností přitom vede k výraznému zpomalení stárnutí. U starších lidí, především těch, kteří žijí sami, ovšem s přibývajícím věkem roste strach tyto aktivity provozovat. Přestávají chodit na procházky, na nákupy či starat se o vlastní zahrádku. Tím se bohužel stávají čím dál tím pasivnějšími. „Naším cílem bylo vyvinout inteligentní, ale přitom jednoduše použitelný systém, který umožní seniorům prožít stáří aktivně a bez obav. A to jak bez obav samotných seniorů, kteří si budou moci v případě krize přivolat pomoc, tak bez obav jejich potomků, kteří mohou v případě nutnosti zasáhnout a seniorovi pomoci,“ přibližuje Karel Hána, vedoucí univerzitního výzkumného týmu.

Důležitá je mobilita

Služba pojmenovaná „Zůstaň fit“ je oproti doposud používaným asistenčním službám tísňové péče lidem k dispozici i mimo jejich domov. Chytrá krabička, kterou senior nosí stále u sebe, dokáže na jedno stisknutí červeného tlačítka zavolat do asistenčního centra. S uživatelem se ihned spojí operátor, jenž může pomoci vyřešit obtížnou situaci, zavolat někomu z rodiny či přivolat záchranku.

Přístroj sám hlásí, když tuší krizovou situaci

Přístroj také monitoruje pohyb, polohu a další údaje. V případě vzniku krizové situace pak systém umí automaticky rozpoznat problém a zajistit pomoc i v situaci, kdy uživatel nemá krabičku u sebe nebo ji nedokáže použít. Tato funkce pomáhá například ve chvíli, kdy senior upadne a přístroj leží na stole nebo v jiné místnosti. Po nějaké době se asistenční centrum samo ozve – krabička začne hlasitě přenášet hlas operátora – a senior si může doslova přivolat pomoc. Díky tomu není třeba obávat se rizik a omezovat aktivity – v případě nesnázi je pomoc vždy na dosah.

„Služba, kterou jsme vyvinuli, pomáhá lidem nezestárnout. Odbourává pocit strachu a je pro ně pojistkou v případě, že by se něco stalo. Díky tomu mohou být senioři stále aktivní a dělat to, co je baví,“ uvádí k projektu Radek Fiala ze společnosti CleverTech, která je spin-off firmou univerzitního výzkumného týmu.

Na projektu oceňuji přiblížení moderní mobilní technologie seniorské veřejnosti a zároveň to, že umí zajistit skutečně kvalitní a funkční oporu </p></cite> rektor UK </cite> </blockquote> Novinka: zákazníci mohou hlídat své rodiče i prostřednictvím vlastního mobilního telefonu

Služba již funguje v několika stovkách rodin. Nově existuje také možnost nainstalovat si aplikaci „Zůstaň fit – Senior“ do chytrého telefonu s operačním systémem Android. Místo hlavního menu se seniorovi vždy objeví tlačítko aplikace „Zůstaň fit“. Přivolat si pomoc je tedy velice jednoduché a rychlé.

Společnost CleverTech vyvinula zároveň novou aplikaci „Zůstaň fit – Family“ pro rodinné příslušníky seniorů. Díky ní mohou své rodiče či prarodiče pravidelně kontrolovat a řešit s nimi nenadálé situace i bez využití call centra. Alarm a volání se jim jednoduše objeví na displeji a zvukem je upozorní, že se něco děje.

Službu „Zůstaň fit“ uvedl v život transdisciplinární tým vědců z Univerzity Karlovy a z Českého vysokého učení technického v Praze. „Na projektu oceňuji přiblížení moderní mobilní technologie seniorské veřejnosti a zároveň to, že umí zajistit skutečně kvalitní a funkční oporu,“ říká k projektu rektor UK prof. Tomáš Zima.



Služba našla využití i u řady partnerských organizací (například Život 90 či Bezpečný život) a v Nadaci Vodafone: „Technologie přinášejí největší užitek tam, kde pomáhají propojovat lidi. Sedmdesát procent seniorů uvádí, že při provozování svých aktivit využívají pomoc rodiny. Služba, kterou jsme podpořili, pomáhá seniorům mít člena rodiny nebo asistenta vždy po ruce a zůstat aktivní do vysokého věku,“ říká Ondřej Zapletal, ředitel Nadace Vodafone, která v rámci svého grantového programu Technologie pro společnost v uplynulých šesti letech projekt významně podpořila.

Česká služba „Zůstaň fit“ sklízí velký úspěch ve Švédsku – podporuje ji tamní vláda

Mimo Českou republiku se služba rozvíjí i v dalších státech Evropské unie, například ve Švédsku či na Slovensku. Právě v severských zemích získal projekt „Zůstaň fit“ podporu vlády a obcí. Asistenční služby jsou zde velmi rozšířené a současný vládní kabinet podporuje projekty, ve kterých si uživatelé místo stacionárních asistenčních služeb – tedy těch, které jim poskytují podporu jen z domova – mohou zvolit mobilní asistenci, a dopřát si tak aktivní stáří.

Jak přístroj funguje v běžném životě?

Příklad 1

Senior jde sám se svým psem na procházku do lesa. Při cestě se mu udělá nevolno a posadí se. Zmáčkne na své krabičce červené tlačítko, které ho ihned spojí s asistenční službou. Operátor vidí jeho polohu na mapě, zeptá se, co ho trápí, a následně zavolá záchranou službu, případně zkontaktuje rodinu. Do příjezdu pomoci je se seniorem stále v kontaktu.

Příklad 2

Senior doma v kuchyni upadne a poraní si nohu. Není schopen vstát a chytrou krabičku má na stole (nedosáhne na ni). Jelikož asistenční služba automaticky hlídá i pravidelný pohyb krabičky, systém po nastaveném intervalu rozpozná, že se s ní dlouho nic neděje. Operátor se pak sám seniorovi ozve – začne na něj z krabičky mluvit.

Příklad 3

Syn bydlí v Praze a často si není jistý, zda je jeho maminka na Vysočině v pořádku. Nechce ji omezovat, ale chtěl by vědět, kdyby se s ní něco dělo. Pořídí proto chytrý telefon s aplikací „Zůstaň fit – Senior“ a sám si nainstaloval aplikaci „Zůstaň fit – Family“. V aplikaci kdykoliv vidí, že je maminka v pořádku a momentálně například na procházce v lese. Ona může v případě potřeby jednoduše stisknout jedno tlačítko a na synově mobilu se objeví alarm. V případě krizové události ji systém automaticky rozpozná a sám syna upozorní. Funkci sledování polohy je samozřejmě možné vypnout ve chvíli, kdy senior požaduje soukromí.

Radek Fiala říká: „Chceme, aby byla naše služba pro uživatele co největší oporou. V kartě každého zákazníka jsou vedle kontaktů na blízké osoby zapsány například i léky, které užívá, a další informace, jež jsou v případě nesnázi potřeba. Vedle toho je možné nastavit u každého z nich individuální pokyny pro operátora. Například koho z rodiny kontaktovat v konkrétní časy či dle lokality, kde se senior nachází. Systém tak vyhoví většině rodin i uživatelům.“

Kontakty:

Ing. Karel Hána, Ph.D. – 1. lékařská fakulta UK (karel.hana@lf1.cuni.cz)

Ing. Radek Fiala – CleverTech (radek.fiala@cleverttech.cz)