

Lektionsplanering: Äldres hälsa och livskvalitet

Årskurs: Gymnasiet

Kurs: Gerontologi och geriatrik

Tema: Äldres hälsa och livskvalitet

Koppling till styrdokument

Centralt innehåll:

Undervisningen ska behandla åldrandeprocessen och hur den påverkar individens hälsa och livssituation. Eleverna ska få insikt i vanliga åldersrelaterade sjukdomstillstånd och hur dessa påverkar livskvalitet. Fokuset ligger också på omsorgs- och vårdinsatser samt sociala, kulturella och ekonomiska faktorer som påverkar äldre människors livsvillkor.

Kunskapskrav:

Eleven redogör översiktligt för åldrandets process och dess påverkan på hälsa och livskvalitet hos äldre. Eleven förstår och kan diskutera de sociala och kulturella aspekterna av åldrande samt relevanta omsorgsmodeller.

Lärarledda instruktioner

Introduktion till åldrande och hälsa (10 min)

- Definiera åldrande och dess olika aspekter inklusive biologiska, psykologiska och sociala faktorer.
- Diskutera hur ålder kan påverka fysiska och mentala hälsotillstånd.
- Presentera vanliga sjukdomar och tillstånd kopplade till åldrande, exempelvis demens, artros och hjärt-kärlsjukdomar.
- Fråga eleverna om deras syn på hur samhället bemöter äldre och hur detta kan påverka deras livssituation.
- Använd statistik för att belysa demografiska förändringar i befolkningen.

Livskvalitet hos äldre (15 min)

- Diskutera begreppet livskvalitet och vad det innebär för äldre.
- Identifiera faktorer som bidrar till god livskvalitet för äldre, exempelvis sociala relationer, hälsa och tillgänglighet.
- Gå igenom hur livskvalitet kan mätas och följas upp i olika vårdformer.
- Låt eleverna diskutera exempel på hur man kan förbättra livskvaliteten för äldre.
- Introducera begrepp som personcentrerad vård och dess betydelse för äldre.

Sociala och kulturella aspekter av åldrande (15 min)

- Diskutera hur kulturella normer och värderingar påverkar synen på åldrande och äldre.
- Presentera exempel på hur äldre behandlas i olika kulturer och samhällen.
- Låt eleverna arbeta i grupper för att diskutera och förbereda en kort presentation om hur sociala faktorer påverkar äldreomsorg.
- Ge exempel på framgångsrika modeller för äldreomsorg i olika länder.
- Diskutera hur samhällsstrukturer kan påverka äldre och deras resurser.

Avslutande reflektionsövning (10 min)

- Sammanfatta lektionen och låt eleverna reflektera över vad de lärt sig om hur åldrande påverkar hälsa och livskvalitet.
- Ställ frågor för att få eleven att tänka kritiskt: "Vad kan vi göra för att förbättra livskvaliteten för äldre?" och "Vilka utmaningar och möjligheter ser ni inom området geriatrik?"

Diskussionsfrågor

- A. Vilka åldersrelaterade sjukdomar tycker du är mest betydelsefulla att förstå, och varför?
- B. Hur kan social interaktion och samhällsdeltagande påverka livskvaliteten för äldre?
- C. Vad ser du som de största utmaningarna för äldre i dagens samhälle?

Aktivitet

... (Innehåll saknas)

M.v.h. Isak Skogstad

Tags: [Lektion](#)