

Savjeti za pružatelje rezidencijalne skrbi za starije osobe

Savjeti o koronavirusu (COVID-19) i podršci za osobe s demencijom, za pružatelje usluga rezidencijalne skrbi za starije osobe.

Uz mjere suzbijanja infekcije koje pružatelji skrbi za starije osobe provode kao odgovor na koronavirus (COVID-19), idući tekst razmatra neka od pitanja koja je potrebno uzeti u obzir kada se radi o osobama s demencijom. Ako ste zabrinuti za zdravlje neke osobe koja ima demenciju, kontaktirajte direktno njenog liječnika opće prakse.

Neki od prvobitnih prijedloga glede pružanja podrške osobama pogođenima demencijom opisani su niže, a detaljnije informacije su dostupne kroz **Nacionalnu liniju za pomoć kod demencije** na **1800 100 500**.

Savjeti i strategije

Smanjite povišenu anksioznost izazvanu koronavirusom

- Osigurajte da sve informacije koje koristite dolaze od vjerodostojnog izvora (npr. Saveznog ministarstva za zdravstvo).
- Smanjite prtok medijskih informacija, tako što ćete isključiti televizijski program sa 24-satnim vijestima.
- Stanovnicima koji su svjesni što se dešava i koje to brine, pružite potrebne informacije i objasnite situaciju.
- Umirite ih tako što ćete im potvrditi djelotvornost maski i osobne zaštitne odjeće.
- Poslužite se memorijskim i vizualnim pomagalicama da biste im na jednostavan način objasnili trenutnu situaciju.

- Redovno posvećujte dovoljno vremena za razgovor sa stanovnicima doma i pitajte ih kako se osjećaju i imaju li pitanja.
- Saslušajte njihove probleme i sve što ih zabrinjava.
- Potvrdite im da razumijete kako se osjećaju.
- Ohrabrite ih.
- Svedite na minimum razgovore, špekulacije ili mišljenja zaposlenika o utjecaju COVID-19 pred stanovnicima doma.
- Izbjegavajte korištenje negativnih riječi poput 'izolacija', 'pandemija' ili 'kriza'.

Omogućite stalnu komunikaciju s obiteljima i skrbnicima

- Komunicirajte s obiteljima putem različitih komunikacijskih kanala o mjerama suzbijanja koronavirusne (COVID-19) infekcije i gdje potražiti dodatne informacije.
- Obeshrabrite posjete ako se posjetitelj osjeća bolesno.
- Potaknite posjetitelje da se pridržavaju pravila fizičke udaljenosti od 1,5 metara od drugih osoba uvijek kada je to moguće i unaprijed porazgovarajte s posjetiteljima o tome kako se posjete trebaju odvijati.
- Potaknite posjetitelje da se pridržavaju striktnih higijenskih mjera.
- Umjesto u zajedničkim prostorijama, posjete organizirajte u privatnim sobama stanovnika doma, na vanjskom prostoru ili u za to predviđenom prostoru, kako biste smanjili rizik od prijenosa zaraze.
- Održavajte otvorenu komunikaciju sa stanovnicima i njihovim obiteljima, a obitelji redovito informirajte o zdravstvenom stanju njihovih najmilijih.
- Ublažite strahovanja tako što ćete obitelji informirati o svim mjerama kontrole infekcije koje provodite.
- Ako je moguće, pokušajte organizirati druge načine komunikacije, npr. korištenjem iPad-a, video-aplikacija, telefonskih poziva ili poruka preko društvenih mreža. Dogovorite se s obiteljima u koje vrijeme mogu porazgovarati sa stanarima doma koristeći Skype ili FaceTime.

- Imajte razumijevanja za zabrinutost koju ispoljavaju obitelji i stanari doma.
- Pokušajte pravovremeno odgovoriti na pitanja ili ublažiti zabrinutost koju ispoljavaju stanovnici doma ili njihove obitelji.
- U slučajevima kada sami ne možete odgovoriti na neka pitanja ili ublažiti zabrinutost stanara ili obitelji, eskalirajte ih do nadzornika.
- Imajte razumijevanja da je ovo vrijeme koje je stresno za sve.

Pazite na tjelesno zdravlje

- Osoblje doma će možda morati pružiti dodatnu podršku osobama s demencijom kako bi se osiguralo provođenje potrebnih mjera kontrole infekcije.
- Osobe s demencijom će možda trebati dodatnu pomoć kod održavanja redovne higijene ruku. Sljedeći savjeti odnose se specifično na to pitanje:
 - Postavite znakove s uputama u kupaonice i na druga mjesta, da biste osobe s demencijom podsjetili da peru ruke sa sapunom i vodom najmanje 20 sekundi.
 - Pokažite im kroz demonstraciju kako temeljito prati ruke. Možda biste mogli tom prilikom pjevati pjesmice, da biste ih ohrabрили da ruke peru barem 20 sekundi.
 - Za osobe s demencijom koje nisu u stanju doći do umivaonika da bi oprale ruke, možda bi brza alternativa mogla biti korištenje dezinfekcijskog sredstva za ruke ili alkoholnog rupčića. Dezinfekcijsko sredstvo je djelotvorno jedino ako ruke nisu vidljivo prljave.
 - Ohrabrite stanare doma da kašlju ili kišu u papirnati rupčić ili u lakat umjesto u dlan i potrudite se da se rupčić nakon toga baci u kantu za smeće.
 - Dodatni savjeti o tome kako pravilno prati ruke mogu se naći na:
www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands

Ohrabrite odgovarajuću društvenu povezanost i uključenost

- Pokušajte stvoriti prijateljski (tzv. “buddy”) sustav između stanovnika i osoblja doma, da biste osnažili mreže podrške.
- Gdje je to moguće (npr. prilikom sastajanja u većim prostorijama ili na vanjskom prostoru), pokušajte formirati manje grupe za društvenu podršku, uz sve potrebne mjere fizičkog distanciranja.
- Ohrabrite glazbu i pjesmu, kako bi se i druge osobe mogle pridružiti.
- Igrajte interaktivne igre (npr. bingo) koristeći zvučnike.
- Ohrabrite redovne dnevne šetnje i vježbe na vanjskom prostoru, pogotovo ako je to dio redovne rutine stanara doma.
- Ohrabrite obitelj i prijatelje da stanarima doma šalju poklon-pakete sa pismima od članova obitelji ili ohrabrite mjesnu školsku djecu da napišu pisma ili nacrtaju slike i pošalju ih stanovnicima doma.
- Ohrabrite stanare doma da provode lakše vježbe, bilo u svojoj stolici ili u sobi.
- Priključite se na muzičke internet-programe za starije osobe.
- Koristite tehnologiju, poput iPad-a za pristup igrama i drugim društvenim aktivnostima preko interneta. Mogućnosti uključuju ‘A better visit’ aplikaciju (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), virtualni zoološki vrt (zoo.org.au/animal-house) ili virtualni muzej (artsandculture.google.com/)
- Osigurajte stanovnicima dodatne aktivnosti poput bojanja, čitanja časopisa, slaganja odjeće, sparivanje čarapa, gledanja filmova, i slušanja audio-knjiga.

Prepoznajte i odgovorite na novonastala ponašanja

- Povećajte broj osoblja da biste mogli provesti više vremena posvećujući se stanovnicima doma. Ohrabrite ih da sudjeluju u svakodnevnim aktivnostima kroz individualnu njegu.
- Održavajte ustaljenu rutinu što je više moguće.
- Potrudite se da su stanovnici aktivni, da biste izbjegli dosadu i drijemanje tijekom dana.
- Maksimalno im povećajte pristup dnevnom svjetlu.

- Za stanovnike kojima je neovisna šetnja dnevna rutina, osigurajte redovitu šetnju i pristup vanjskom prostoru.
- Pokušajte odgovoriti na promijenjeno ponašanje čim se ono pojavi.
- Koristite ne-farmakološki pristup da biste odgovorili na promijenjeno ili agrivirano ponašanje.
- Koristite vizualna pomagala da biste stanovnike podsjetili na smanjenu slobodu kretanja.
- Izbjegavajte korištenje restriktivnih metoda.
- Primijenite redosljedni pristup rješavanju problema vezanih za promijenjen ponašanje (npr. CAUSEd – za više o ovom pristupu, pogledajte stranicu **dementialearning.org.au** i odaberite mogućnost ‘behaviours’)
- Ili kontaktirajte Shemu savjetodavnih usluga za pitanja demencije (DBMAS) na **1800 699 799**.

Za dodatne informacije kontaktirajte našu **Nacionalnu liniju za pomoć kod demencije** na broj **1800 100 500**.

Obrazovni centar sa pitanja demencije (Centre for Dementia Learning) ima sveobuhvatan spektar obrazovnih programa koji mogu pomoći pružateljima skrbi za starije osobe adresirati niz prethodno spomenutih pitanja. Za dodatne informacije kontaktirajte **1300 DEMENTIA**. Veći broj resursa možete također naći i u knjižnici organizacije ‘Dementia Australia’ na: **dementia.org.au/library**

Gorenavedene informacije temelje se na podacima koje je pružila organizacija Alzheimer’s Disease Chinese (ADC) koje dijeli i organizacija Alzheimer’s Disease International. Kompletnu prezentaciju možete naći na stranici: **www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china**

Situacija vezana za koronavirus se rapidno razvija. Ove informacije su pružene samo kao vodič i možda nisu prikladne za svaku situaciju. Za najnovije informacije o koronavirusu, posjetite stranicu **www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert**

Organizacija Dementia Australia bi se željela zahvaliti organizacijama Alzheimer’s Disease International i Alzheimer’s Chinese za njihove savjete prilikom sastavljanja ove informativne brošure za pomoć korisnicima.