

# Vinkkejä hoivakotipalvelujen tarjoajille

## **Koronavirusta (COVID-19) ja dementiapotilaiden tukemista koskevaa tietoa hoivakotipalvelujen tarjoajille.**

Tartunnan torjumistoimenpiteiden lisäksi, joita ikääntyneiden hoivakotipalvelujen tarjoajat soveltavat koronaviruksen (COVID-19) johdosta, tuodaan seuraavassa esille joitakin seikkoja koskien dementiapotilaita. Jos olet huolissasi dementiapotilaan terveydestä, ota välittömästi yhteyttä hänen lääkäriinsä.

Alla esitetään joitakin alustavia ehdotuksia dementiapotilaiden tukemiseksi, ja jos haluat lisätietoa, ota yhteyttä **National Dementia - Helpline - neuvontanumeroon 1800 100 500.**

## **Vinkkejä ja toimintasuunnitelmia**

### **Vähennä koronaviruksesta johtuvaa lisääntynyttä levottomuutta**

- Varmista, että annettavat tiedot ovat peräisin luotettavasta lähteestä (esim. liittovaltion terveysministeriö)
- Pienennä tiedotusvälineiden tietovirtaa ottamalla pois päältä TV:n ympärivuorokautiset uutiset
- Jaa tietoa ja selvityksiä niille asukkaille, jotka ovat tietoisia ja huolestuneita siitä, mitä on meneillään
- Rohkaise maskien ja henkilökohtaisten suojavälineiden käyttöä
- Käytä muistin apuvälineitä ja visuaalisia keinoja, kun selität nykytilannetta selvällä tavalla

- Varmista, että asukkaiden kanssa vietetään säännöllisesti aikaa, jotta voidaan kysyä, kuinka he voivat ja onko heillä jotain kysyttävää
- Varaa aikaa henkilön ja hänen huoliensa kuuntelemiseen
- Kerro hänelle, että hänellä on oikeus tunteisiinsa
- Rauhoita ja rohkaise häntä
- Minimoi henkilökunnan keskustelut, spekuloinnit tai mielipiteet COVID-19 vaikutuksista asukkaiden läsnä ollessa
- Vältä sellaisia negatiivisia sanoja, kuten 'sulkutila', 'pandemia' tai 'kriisi'

### **Tue jatkuvaa yhteistyötä omaisten ja hoitajien kesken**

---

- Tiedota omaisille käyttäen useita kommunikointikanavia, minkälaisia tartunnan torjuntatoimenpiteitä on käytössä koronaviruksen (COVID-19) johdosta, sekä mistä saa lisätietoja
- Kehota luopumaan vierailusta hoivakotiin, jos kävijä ei ole terve
- Rohkaise kävijöitä ylläpitämään 1.5 metrin turvavälejä silloin kun se on mahdollista ja keskustele heidän kanssaan etukäteen, kuinka vierailut tulee hoitaa
- Rohkaise kävijöitä noudattamaan tiukkoja hygieniatoimenpiteitä
- Minimoidaksesi tartuntariskin yritä järjestää vierailut asukkaan huoneessa, ulkona tai tietyssä laitoksen siihen varaamassa tilassa yhteistilojen sijaan.
- Ylläpidä avointa yhteydenpitoa asukkaiden ja heidän omaistensa kanssa ja pidä heidät säännöllisesti ajan tasalla asukkaan voinnin suhteen
- Vahvista omaisten luottamusta käytössä olevien tartunnan torjumismenetelmien suhteen
- Koita järjestää muita kommunikointitapoja - iPad, videopuhelut, skype, puhelinoimit, sosiaalinen media viestittely, jos niistä on hyötyä. Sovi omaisten kanssa Skype ja FaceTime tapaamisista

- Ole ymmärtäväinen ja kuuntele omaisten ja asukkaiden huolia
- Yritä vastata viipymättä asukkaiden ja heidän omaistensa kysymyksiin ja huoliin
- Eskaloi esimiehellesi, jos et pysty vastaamaan kysymyksiin tai huoliin
- Ymmärrä, että tämä on kaikille stressiä aiheuttavaa aikaa

### **Ylläpidä fyysistä terveyttä**

---

- Henkilökunnan voi olla tarpeen antaa lisätukea dementiapotilaille, jotta varmistetaan, että tartunnan torjuntatoimenpiteistä pidetään kiinni
- Dementiapotilaat voivat tarvita lisätukea hyvän käsihygienian ylläpitoon. Seuraavat viisi vinkkiä liittyvät erityisesti tähän:
  - Harkitse dementiaystävällisten opastuskylttien laittoa kylpyhuoneisiin ja muualle muistuttamaan dementiapotilaita pesemään käsiään saippualla vähintään 20 sekunnin ajan.
  - Näytä itse oikeaoppinen käsienpesu. Harkitse laulun laulamista rohkaistaksesi heitä pesemään käsiään vähintään 20 sekunnin ajan.
  - Jos dementiapotilas ei pääse pesuallalle pesemään käsiään, käsidesi tai antibakteeriset käsipyyhkeet voivat olla nopea vaihtoehto. Käsidesi on tehokas ainoastaan, jos käsissä ei näy likaa.
  - Rohkaise heitä yskimään tai aivastamaan paperinenäliinaan tai kyynärvarteen käsien sijaan ja varmista, että paperiliina heitetään välittömästi roskeen.
  - Lisää vinkkejä käsienpesuun löytyy seuraavilta verkkosivuilta **[www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands](http://www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands)**

## **Edistä hyviä sosiaalisia suhteita ja kanssakäymistä**

---

- Harkitse kaverijärjestelmän luomista asukkaiden sekä asukkaiden ja henkilökunnan välille vahvistamaan tukiverkostoja
- Selvitä sosiaalisen tuen ylläpitämistä pienempien ryhmien kautta turvaväliperiaatteita noudattaen, milloin mahdollista (esim. tapaamiset suuremmissa tiloissa tai ulkona)
- Rohkaise musiikkia ja laulamista siten, että muutkin voivat tulla mukaan
- Käytä kaiuttimia vuorovaikutteisten pelien pelaamiseen (bingo voisi toimia)
- Rohkaise säännöllistä mahdollisuutta kävellä ulkona tai harrastaa liikuntaa, etenkin silloin kun se kuuluu asukkaan tavanomaiseen rutiiniin
- Rohkaise omaisia ja ystäviä jättämään hoivapaketteja, joissa on mukana kirjeitä omaisilta tai rohkaise paikallisen koulun oppilaita kirjoittamaan kirjeitä tai piirtämään kuvia lähetettäväksi asukkaille
- Rohkaise henkilöä harkitsemaan kevyttä liikuntaa joko tuolissa tai huoneessaan
- Hae verkosta ikääntyneille tarkoitettuja liikunta- tai musiikkiohjelmia
- Käytä teknologiaa, kuten iPadeja online-peleihin pääsemiseen ja sosiaaliseen kanssakäyntiin. Vaihtoehtoihin kuuluu 'A better visit' -sovellus ([dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/](https://dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/)), virtuaalinen eläintarha ([zoo.org.au/animal-house](https://zoo.org.au/animal-house)) tai virtuaalinen museo ([artsandculture.google.com/](https://artsandculture.google.com/))
- Järjestä muuta toimintaa, kuten kuvien väritystä, aikakausilehtiä, taittamista, sukien parittamista, elokuvia, äänikirjoja

## **Tunnista ja käsittele muutokset käyttäytymisessä**

---

- Lisää henkilökuntaa, jotta asukkaiden kanssa voidaan olla enemmän tekemisissä. Rohkaise asukkaitasi osallistumaan jokapäiväisiin toimiin, kun heille annetaan henkilökohtaista hoivaa
- Ylläpidä säännöllisiä rutiineja niin paljon kuin mahdollista

- Pidä asukkaat aktiivisina ikävystymisen välttämiseksi ja torkkumisen vähentämiseksi päivän aikana
- Maksimoi luonnonvalon saatavuus
- Järjestä säännöllisiä kävelyjä ja pääsy ulos asukkaille, joiden tavallisiin rutiineihin kuuluu hoivakodin ympäristössä kävely itsenäisesti
- Pyri puuttumaan käytösmuutoksiin viipymättä, jos niitä ilmenee
- Käytä muuta kuin lääkinnällistä lähestymistapaa käsitellessäsi muuttuneita tai voimistuneita käytösoireita
- Käytä visuaalisia keinoja muistuttaaksesi asukkaita alueista, joihin pääsy on rajoitettu
- Vältä rajaavien toimenpiteiden käyttöä
- Sovella strategista lähestymistapaa ongelmanratkaisuun käytöksen muutostapauksissa (esim. SYYNÄ on) – tästä lisää verkkosivuilla **dementialearning.org.au** ja hae 'behaviours')
- Tai ota yhteyttä dementiaan liittyvien käytösoireiden hallintaan erikoistuneen palvelun (Dementia Behaviour Management Advisory Service) (DBMAS) neuvontanumeroon **1800 699 799**

Jos haluat lisätietoja, ota yhteyttä **National Dementia Helpline** neuvontanumeroon **1800 100 500**.

Dementia koulutuskeskuksessa (Centre for Dementia Learning) on laaja valikoima opetusohjelmia, jotka auttavat ikääntyneiden hoidontarjoajia käsittelemään monia yllä mainittuja seikkoja.

Lisätietoja varten ota yhteyttä **1300 DEMENTIA**. Suuri määrä resursseja löytyy myös Dementia Australia kirjastosta: **dementia.org.au/library**

Yllä oleva informaatio perustuu Alzheimer's Disease Chinese (ADC) -järjestön antamiin tietoihin ja sen jakoi Alzheimer's Disease International -järjestö. Täydellinen raportti löytyy täältä: [www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china](http://www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china)

Koronavirustilanne kehittyy nopeasti. Nämä tiedot annetaan vain ohjeeksi ja on mahdollista, että ne eivät sovi joka tilanteeseen. Viimeisintä tietoa koronaviruksesta on saatavilla verkkosivuilla [www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert](http://www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert)

Dementia Australia kiittää Alzheimer's Disease International and Alzheimer's Chinese -järjestöjä neuvoista tämän opaslehtisen laatimisessa.