

Javaslatok bennlakásos idősgondozás szolgáltatói számára

Koronavírusra (COVID-19) és demenciás személyek támogatására vonatkozó tájékoztatás bennlakásos idősgondozás szolgáltatói számára.

A fertőzésellenőrzési intézkedéseken kívül, amelyeket idősgondozók a koronavírusra (COVID-19) reagálva végrehajtanak, alant vázolunk néhány demenciás személyre vonatkozó megfontolást. Ha aggódik egy demenciás személy egészsége miatt, akkor hívja fel azonnal az illető házi orvosát.

Alant nyújtunk néhány arra vonatkozó kezdeti javaslatot, hogy hogy lehet demenciás személyeket támogatni és részletesebb tájékoztatás elérhető, ha hívja az **Országos Demencia Segélyvonalat** (National Dementia Helpline) az **1800 100 500**-as számon.

Javaslatok és stratégiák

- A koronavírussal kapcsolatos fokozott szorongás csökkentése
- Biztosítsa, hogy a tájékoztatás hiteles forrásból származzon (például a Szövetségi Egészségügyi Minisztérium)
- Csökkentse a média információkat, azáltal, hogy a 24 órás hírciklust lezárja a televízión.
- Nyújtson tájékoztatást és magyarázatot a bennlakóknak, akik tudják, hogy mi történik és aggódnak emiatt
- Nyugtassa meg az illetőket afelől, hogy hogy kell maszkot és személyes védőfelszerelést használni
- Használjon memóriasegédeszközöket és vizuális kellékeket, hogy egyszerű módon megmagyarázza a jelenlegi helyzetet

- Biztosítsa, hogy rendszeresen beszélgessenek a bannlakókkal, hogy megtudják, hogy hogy vannak és hogy akarnak-e valamit kérdezni
- Hagyjon időt arra, hogy meghallgatja a személyt és annak aggodalmait
- Hagyja jóvá azt, ahogy az illető érzi magát
- Nyugtassa meg az illetőt
- Minél kevesebbet beszélgessen a személyzet a bennlakók előtt arra vonatkozó feltevéseiről és véleményéről, hogy milyen behatással van a COVID-19
- Kerüljön el negatív kifejezéseket mint 'zárlat', 'pandémia' vagy 'krízis'

Támogassa a családdal és gondozókkal való folyamatos kapcsolatfenntartást

- Többfajta közlési módon közölje a családdal, hogy milyen fertőzés-ellenőrzési intézkedéseket vezettek be a koronavírussal (COVID-19) kapcsolatban és hogy hol található további tájékoztatás
- Utasítson el olyan látogatót, aki nincs jól
- Biztassa a látogatókat, hogy tartsák be az 1,5 méteres távolságtartást amennyire csak lehet és beszélje meg velük a látogatás előtt, hogy mi történjen a látogatás alatt
- Biztassa a látogatókat, hogy tartsák be a szigorú higiéniai intézkedéseket
- Próbálja elintézni, hogy a látogatás a bennlakó szobájában, az épületen kívül vagy az otthon egy bizonyos kijelölt helyén történjen és ne az otthon közös részében, hogy csökkentse a továbbadási kockázatot
- Tartson fenn nyílt érintkezést a bennlakókkal és családjukkal és közölje rendszeresen a családdal, hogy hogy van a bennlakó
- Nyugtassa meg a családokat afelől, hogy milyen fertőzés-ellenőrzési intézkedéseket vezettek be az otthonban
- Próbáljon egyéb érintkezési módot elintézni, mint az iPad, a videós hívás, az appok, a telefonhívás, vagy a közösségi medián való üzenetküldés, ha alkalmazható. Intézzon el egy időpontot a családdal a Skype-on vagy a FaceTime-on

- Legyen megértő és figyeljen a család és a bennlakók aggodalmaira
- Próbáljon időben reagálni a bennlakók és a családjuk kérdéseire és aggodalmaira
- Továbbítsa a felügyelőhöz, ha nem tud a kérdésekre és aggodalmakra válaszolni
- Értse meg, hogy ez mindenki számára egy stresszes időszak

Testi egészség fenntartása

- Lehet, hogy a személyzetnek a demenciás személyeket kiegészítő támogatásban kell részesítenie, hogy biztosítsuk, hogy a fertőzés-ellenőrzési intézkedéseket betartsák.
- Demenciás személyeknek külön támogatásra lehet szükségük, hogy a megfelelő kézi higiéniai szabályokat betartsák. Kimondottan erre vonatkozik a következő öt javaslat:
 - Vegye figyelembe, hogy tehet demenciabarát írott utasítást fürdőszobákba és máshova, hogy figyelmeztessen demenciás személyeket arra, hogy mossanak legalább 20 másodpercig szappannal kezet.
 - Mutassa be, hogy milyen az alapos kézmosás. Gondoljon arra, hogy énekelhet egy dalt, hogy biztassa őket arra, hogy legalább 20 másodpercig mossanak kezet.
 - Ha egy demenciás személy nem tud egy mosdóhoz eljutni, hogy kezet mosson, akkor kézfertőtlenítő vagy antibakteriális kéztörölő lehet egy gyors alternatíva. A kézfertőtlenítő csak akkor hatékony, ha a kezek nem láthatóan piszkosak.
 - Biztassa őket, hogy köhögjenek vagy tüsszentsenek a kezük helyett egy arctörölőbe vagy a könyökükbe és ügyeljenek arra, hogy az arctörölő a szeméttartóba kerüljön.
 - Még több kézmosásra vonatkozó javaslat található **www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands** címen.

Segítse elő a megfelelő társas érintkezést és kapcsolattartást

- Gondoljon arra, hogy lehet a bennlakók között valamint a személyzet és a bennlakók között baráti hálózatot kialakítani, hogy a támogató hálózatot erősítsük
- Nézze meg, hogy lehet-e kis csoportokon keresztül távolságtartási elvekkel, ahol lehetséges, szociális támogatást fenntartani (például tágasabb helyen vagy az épületen kívül tartott összejövetel)
- Biztasson zenére és éneklésre, hogy mások is bekapcsolódhassanak
- Interaktív játéknál használja a fejfölötti hangszórót (bingo lehetséges)
- Nyújtson rendszeres lehetőséget arra, hogy a bennlakó kint sétáljon és mozogjon, különösen ahol ez a bennlakó szokásos rutinja
- Biztassa a családot és a barátokat arra, hogy hozzanak el gondozási csomagokat, amelyekben a családtól való levelek vannak vagy biztassa a helybeli iskolásokat, hogy írjanak levelet vagy rajzoljanak képet, amit a bennlakóknak elküldenek
- Biztassa a személyt, hogy gondoljon arra, hogy könnyű testgyakorlást végezzen vagy egy széken vagy a szobája körül
- Nyisson ki idősek számára készített online testgyakorlási vagy zenei programot
- Használjon technológiát, mint az iPad készülékek, hogy elérhető legyen az online játék és a szociális összekapcsolódás. Ilyen lehetőséget nyújt az 'A better visit' app (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), az állatkert a képernyőn (zoo.org.au/animal-house) vagy pedig a múzeum a képernyőn (artsandculture.google.com/)
- Szervezzen egyéb tevékenységet, mint a színezés, a képeslapok, a hajtogatás, zoknik összeillesztése, filmek, hangoskönyvek

A felmerülő viselkedésmódokat fel kell ismerni és reagálni kell azokra

- Növelje a személyzetlétszámot, hogy több időt tölthessenek a bennlakókkal. Biztassa a bennlakóit, hogy vegyenek mindennapi tevékenységekben részt, amikor egyéni gondozásban részesülnek
- Tartsa fenn a rendszeres rutint, amennyire csak lehet
- Ügyeljen arra, hogy a bennlakók aktívak legyenek, ne unatkozzanak és hogy napközben kevesebbet szundikáljanak
- Tegyen természetes fényt hozzáférhetővé, amennyire csak lehet

- Azoknak a bennlakóknak, akik szokásosan egyedül sétálgatnak az otthonban, adja meg a lehetőséget, hogy rendszeresen sétálhassanak és hogy az épületen kívülre is kimehessenek
- Próbáljon időben reagálni a megváltozott viselkedésmódokra, ha ilyen felmerül
- Használjon gyógyszermentes módszert, amikor a megváltozott vagy fokozott viselkedésmódokra reagál
- Használjon vizuális kellékeket, amikor bennlakókat korlátozott belépésre figyelmeztet
- Ne alkalmazzon hátrányos megkülönböztetést
- Alkalmazzon következetes problémamegoldási módszert a megváltozott viselkedésmódokra (például mint CAUSEd – ami a **dementialearning.org.au** cím alatt található és amit a ‘behaviours’ szó alatt kell keresni)
- Vagy hívja a Demencia Viselkedéskezelési Tanácsadó Szolgálatot (Dementia Behaviour Management Advisory Service) (DBMAS) az **1800 699 799**-es számon

További tanácsért hívja az **Országos Demencia Segélyvonalunkat** (National Dementia Helpline) az **1800 100 500**-as számon.

A Demencia Oktatóközpontnak (Centre for Dementia Learning) vannak széleskörű oktató programjai, amelyek segítenek idősgondozóknak sok fent említett problémát megoldani. További részletekért hívja az **1300 DEMENTIA** számot. Szintén találhat széleskörű anyagokat the Dementia Australia könyvtárban: **dementia.org.au/library**

A fenti tájékoztatás az Alzheimer’s Disease (Alzheimerkór) Chinese (ADC) által nyújtott tájékoztatáson alapul, amelyet az Alzheimer’s Disease (Alzheimerkór)International megosztott. A teljes bemutatás itt található: **www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china**

A koronavírushelyzet gyorsan változó. Ezt a tájékoztatást útmutatóként nyújtjuk és lehet, hogy nem megfelelő minden helyzetben. A koronavírusra vonatkozó legfrissebb tájékoztatásért keresse fel a **www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert** címet.

Dementia Australia szeretne az Alzheimer’s Disease International szervezetnek és az Alzheimer’s Chinese szervezetnek a segítő lap összeállításánál nyújtott tanácsért köszönetet mondani.