

거주지 노인 케어 제공업체를 위한 조언

코로나바이러스 (COVID-19) 관련 거주지 노인 케어 제공업체 및 치매를 겪고 있는 분 지원을 위한 정보

코로나바이러스 (COVID-19)에 대응하여 노인 케어 제공업체들이 시행하는 감염 관리 대책에 추가하여 아래와 같이 치매를 겪고 있는 분들을 위한 몇 가지 고려사항들이 있습니다. 치매를 겪고 있는 분의 건강이 우려되실 경우 GP에게 직접 연락하십시오.

치매에 의해 영향을 받은 사람들을 지원하는 것에 대해 몇 가지 초기 제안들이 아래와 같이 제공되었습니다. 더 자세한 정보는 **National Dementia Helpline**에 **1800 100 500**으로 연락하여 구할 수 있습니다.

조언 및 전략

코로나바이러스에 관한 증가된 불안 감소하기

- 제공된 정보가 공신력이 있는지 확인합니다 (예: 연방정부 보건부)
- TV의 24시간 뉴스 사이클을 꺼버림으로써 미디어 정보 범람을 최소화합니다
- 현재 발생하는 것을 파악하고 우려하는 거주인들에게 정보 및 설명을 제공합니다
- 마스크 및 개인 보호 장비 사용에 대해 확신을 가지도록 재차 확인합니다
- 현재 상황을 단순한 방법으로 설명할 기억 자료 및 시각적 도구를 이용합니다

- 거주인들이 어떻게 지내고 있는지 그리고 문의사항이 있는지 질문을 함으로써 이들과 정기적으로 시간을 보내고 있음을 확인시킵니다
- 이들과 대화를 나누고 우려사항에 대해 경청합니다
- 이들의 느낌을 인정해 줍니다
- 재차 확신감을 제공합니다
- 거주인들 앞에서 COVID-19의 영향에 대해 직원들의 의논, 생각 혹은 의견을 최소화합니다
- ‘봉쇄’, ‘대유행’ 혹은 ‘위기’ 등과 같은 부정적인 말을 피합니다.

가족 및 간호인들과의 지속적인 교류 지원

- 코로나바이러스 (COVID-19)와 관련하여 감염 통제 대책이 무엇인지 더 자세한 정보를 어디에서 구할 수 있는지에 대해 가족들과 다양한 커뮤니케이션 채널을 통해 의사소통을 합니다
- 방문객이 몸이 아프면 해당 서비스에 방문을 자제하도록 합니다
- 방문객들이 가능하면 1.5미터의 사회적 거리를 준수하도록 권장하고 방문이 수행되는 방법에 대해 미리 이들과 논의를 합니다
- 방문객들이 엄격한 위생 조치를 지키도록 권장합니다
- 공용 구역이 아니라 거주인의 방, 옥외 혹은 시설 내 특정 지정 구역에서 방문을 수행하여 감염 전파를 최소화합니다
- 거주인 및 가족들과 솔직한 의사소통을 유지하고 거주인의 웰빙에 대해 가족들에게 정기적으로 상황을 통지합니다
- 시행하고 있는 바이러스 감염 통제 대책에 대해 가족들에게 재차 확인을 제공합니다
- 다른 커뮤니케이션 통로를 시도해 봅니다. 예: 가능하면, iPad, 비디오 통화 앱, 전화 통화, 혹은 소셜미디어 메시지. Skype 혹은 FaceTime으로 가족들과 예약을 합니다.

- 가족과 거주인의 우려사항을 경청하고 이해를 합니다
- 거주인과 가족들의 문의사항과 우려사항에 대해 지체하지 않고 답변을 합니다
- 질문과 우려사항에 대해 답변할 수 없을 경우 상관에게 의뢰합니다
- 지금이 모든 사람에게 스트레스가 되는 때임을 이해합니다

신체적 건강 유지

- 직원들은 치매를 겪고 있는 분에게 바이러스 감염 통제 절차가 지켜지도록 하기 위해 그분들에게 추가적인 지원을 제공해야 될 수도 있습니다.
 - 치매를 겪고 있는 분은 적절한 손 위생을 유지하는데 추가적인 지원이 필요할 수도 있습니다. 아래 다섯 가지 조언이 특히 이 사안에 연관됩니다.
 - 욕실과 그 외 장소에 치매를 겪고 있는 분 중심의 지침 표지판을 설치하여 그 분들이 비누로 최소한 20초 동안 손을 씻도록 상기시킬 것을 고려합니다.
 - 철저한 손 세척을 예시로 보입니다. 자신들의 손을 최소한 20초 동안 씻도록 권장하는 노래를 하나 부를 것을 고려합니다.
 - 치매를 겪고 있는 분이 손을 씻으러 싱크대로 갈 수 없을 경우, 손소독제 혹은 항박테리아 손 물 수건이 신속한 대안이 될 수도 있습니다. 손 소독제는 손이 육안으로 더럽지 않을 경우에만 효과가 있습니다.
 - 이들에게 기침이나 재채기는 손이 아니라 티슈 혹은 팔꿈치에 하도록 권장하고 티슈는 바로 쓰레기통에 버리도록 권장합니다.
 - 손 세척에 대한 더 자세한 정보: www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands
-

적절한 사회적 연결 및 참여 촉진

- 거주인들 사이에 혹은 거주인과 직원 사이에 2인1조제를 만들어 지원 네트워크 강화를 고려합니다
- 실현 가능한 상황에서 (예: 더 넓은 공간 혹은 야외에서 모임) 사회적 거리두기 원칙으로 좀더 소규모 그룹을 통해 사회적 지원 유지를 모색합니다
- 다른 사람들이 참여할 수 있는 음악과 노래를 권장합니다
- 상호작용 게임을 하기 위해 천장 스피커를 이용합니다 (빙고 게임이 효과적일 수도 있음)
- 특히 거주인의 일상적인 일과의 일부일 경우 산책과 운동을 규칙적으로 하도록 권장합니다
- 가족과 친구들이 가족의 서신을 동봉한 케어 패키지를 전달하거나 현지 학교 아동들이 거주인들에게 보낼 편지를 쓰거나 그림을 그리도록 권장합니다
- 의자에서 혹은 방 주변에서 가벼운 운동을 하도록 권장합니다
- 좀더 나이가 드신 분들을 위한 온라인 운동이나 음악 프로그램을 이용합니다
- iPad 등 테크놀러지를 이용하여 온라인 게임 및 소셜 참여를 합니다. 예: 'A better visit' 앱 (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), 가상 동물원 (zoo.org.au/animal-house) 혹은 가상 박물관 (artsandculture.google.com/)
- 색깔 칠하기, 잡지, 접기, 양말 짝 맞추기, 영화, 말하는 책 등 기타 활동을 제공합니다

평소와는 다른 행동을 인식하고 대처

- 직원 수를 늘려 거주인들 관리에 더 많은 시간을 사용합니다. 일대일 케어를 제공할 경우 거주인들에게 일상적인 활동에 참여하도록 권장합니다
- 가능한 규칙적인 일과를 많이 유지하도록 합니다
- 거주인들이 활동성을 유지하도록 하여 지루하지 않도록 하고 낮잠을 줄이도록 합니다
- 햇빛 이용을 최대화합니다

- 하루 일과가 주로 서비스 시설 주변을 산책하는 거주인들을 위해서는 규칙적인 산책 기회와 야외 이용 기회를 제공합니다
- 변화된 행동이 나타날 경우 신속하게 대처하도록 합니다
- 비약물적인 방법을 사용하여 변화된 행동 혹은 고조된 행동에 대처합니다
- 거주인들에게 제한된 접근을 상기시키는 시각적인 도구를 이용합니다
- 억제하는 방법을 사용하지 않습니다
- 변화된 행동에 대해 연속적인 문제 해결 방법을 적용합니다 (예: CAUSEd – 더 자세한 정보는: dementialearning.org.au 을 방문하여 ‘behaviours’을 검색)
- 혹은 치매 행동 관리 자문 서비스 (Dementia Behaviour Management Advisory Service) (DBMAS)에 **1800 699 799**번으로 연락합니다

더 자세한 조언을 원하시면 본 기관의 **National Dementia Helpline**에 **1800 100 500**번으로 연락하십시오.

Centre for Dementia Learning에서는 광범위한 교육 프로그램을 통해 노인 케어 제공업체가 위에 제기된 여러 사안을 다루도록 돕습니다. 더 자세한 내용을 원하시면 **1300 DEMENTIA** 에 연락하십시오. 또한 Dementia Australia 도서관에서 다양한 자료를 찾을 수 있습니다. dementia.org.au/library

위의 정보는 Alzheimer’s Disease Chinese (ADC)에서 제공한 정보에 근거하였으며 Alzheimer’s Disease International과 공유했습니다. 프리젠테이션 전문은 아래 웹사이트에서 구할 수 있습니다. www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

코로나바이러스 상황은 급속도로 진전되고 있습니다. 이 정보는 안내서로서만 제공되며 모든 상황에 적합한 것은 아닙니다. 코로나바이러스에 대한 최신 정보를 원하시면 아래 웹사이트를 방문하십시오. www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Dementia Australia는 Alzheimer’s Disease International 및 Alzheimer’s Chinese의 안내서 편집을 위한 조언에 감사드립니다.