

Wskazówki dla usługodawców w domach opieki dla seniorów

Informacje odnośnie koronawirusa (COVID-19) dla usługodawców w domach opieki dla seniorów, które opiekują się osobami cierpiącymi na demencję.

Następujące zalecenia odnoszą się do osób chorych na demencję w dodatku do środków podejmowanych przez usługodawców w domach opieki dla seniorów dla kontroli zakażeń koronawirusem (COVID-19). Skontaktuj się bezpośrednio z lekarzem pierwszego kontaktu (GP) osoby chorej na demencję, jeśli masz obawy o jej zdrowie.

Niektóre wstępne sugestie odnośnie udzielania pomocy osobom chorym na demencję znajdują się poniżej. Szczegółowe informacje można otrzymać od **National Dementia Helpline** pod numerem **1800 100 500**.

Wskazówki i strategie

Zredukuj podwyższony poziom lęków odnośnie koronawirusa

- Upewnij się, że informacje pochodzą z wiarygodnego źródła (tj. Federalny Departament Zdrowia)
- Ogranicz ilość informacji podawanych przez media przez wyłączenie 24 godzinnego cyklu wiadomości telewizyjnych
- Przekazuj informacje i wyjaśnienia rezydentom, którzy zdają sobie sprawę z sytuacji i są nią zaniepokojeni
- Zapewnij rezydentów w sprawie użytkowania masek oraz wyposażenia ochrony osobistej

- Stosuj pomoce pamięciowe i podpowiedzi wizualne dla prostego wytłumaczenia sytuacji
- Upewnij się, że regularnie poświęca się czas na pytanie rezydentów o ich samopoczucie oraz czy mają jakieś pytania
- Poświęć czas na wysłuchanie osób oraz ich obaw
- Potwierdź samopoczucie osoby
- Zapewnij wsparcie
- Ogranicz dyskusje pracowników, spekulacje lub opinie w obecności rezydentów odnośnie efektu COVID-19
- Unikaj używania negatywnych słów takich jak ‘zamknięcie’, ‘pandemia’ lub ‘kryzys’

Wspieraj kontynuację zaangażowania z rodziną i opiekunami

- Kontaktuj się z rodzinami przez różne kanały komunikacyjne odnośnie środków podjętych dla zwalczania koronawirusa (COVID-19) oraz gdzie można otrzymać więcej informacji
- Zniechęcaj do odwiedzania twojego ośrodka, jeśli odwiedzający nie czuje się dobrze
- Zachęcaj odwiedzających do zachowania 1,5 m dystansu społecznego, gdzie jest to możliwe i przedyskutuj z nimi wcześniej jak powinna przebiegać wizyta
- Zachęcaj odwiedzających do zachowania ścisłych środków higieny
- Dla zmniejszenia ryzyka zakażenia próbuj ograniczyć miejsca wizyt do pokoju rezydentów, na zewnątrz lub na przeznaczonym na to terenie, a nie w miejscach wspólnego użytku
- Utrzymuj otwartą wymianę informacji z rezydentami i ich rodzinami i zapewniaj rodzinom regularne aktualizacje odnośnie samopoczucia rezydentów
- Zapewnij rodziny o krokach podjętych w twoim ośrodku dla kontroli zakażenia

- Próbuj zorganizować inne metody kontaktu -- iPad, aplikacje do rozmów video, telefon, social media, jeśli to możliwe. Umów się na wizytę z rodziną przez Skype lub FaceTime
- Wykaż zrozumienie i wysłuchaj jakie problemy ma rodzina i rezydenci
- Próbuj odpowiedzieć we właściwym czasie na pytania i problemy rezydentów i ich rodzin
- Przekaż kierownictwu pytania i problemy, na które nie możesz odpowiedzieć
- Weź pod uwagę, że jest to stresujący okres czas dla każdego

Utrzymaj zdrowie fizyczne

- Być może pracownicy będą musieli zapewnić dodatkowe wsparcie dla rezydentów chorych na demencję, aby zapewnić, że procesy kontroli infekcji są zachowane
- Osoby z demencją mogą potrzebować dodatkowej pomocy dla utrzymania właściwej higieny rąk. Poniżej podajemy pięć specyficznych wskazówek:
 - Rozważ umieszczenie przyjaznych demencji znaków instrukcyjnych przypominających osobom chorym na demencję o myciu rąk mydłem przez co najmniej 20 sekund.
 - Zademonstruj dokładne mycie rąk. Rozważ śpiewanie piosenki dla zachęcenia ich do mycia rąk przez co najmniej 20 sekund.
 - Szybką alternatywą może być środek do dezynfekcji rąk lub chusteczki antybakteryjne, jeśli osoba z demencją nie może dojść do umywalki dla umycia rąk. Środek do dezynfekcji rąk jest efektywny tylko jeśli ręce nie są wyraźnie brudne.
 - Zachęć ich do kaszlu lub kichania w papierową chusteczkę albo rękaw, a nie w swoje dłonie i chusteczka jest potem wyrzucona do kosza na śmieci.
 - Więcej wskazówek odnośnie mycia rąk można znaleźć pod adresem **www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands**

Wspieraj właściwe więzi społeczne i zaangażowanie

- Rozważ utworzenie systemu koleżeńskiego między rezydentami lub między rezydentami i pracownikami dla wzmocnienia sieci wsparcia
- Rozważ utrzymanie wsparcia społecznego przez mniejsze grupy z zachowaniem dystansu społecznego, jeśli możliwe (tj. mityngi w większych pomieszczeniach lub na zewnątrz)
- Promuj muzykę i śpiew tak aby inni mogli partycypować
- Zastosuj podwieszane głośniki do gier interaktywnych (bingo jest przykładem)
- Zachęcaj do regularnych spacerów na powietrzu oraz ćwiczeń, szczególnie jeśli to należy do normalnego programu rezydentów
- Zachęć rodzinę i przyjaciół do przynoszenia pakietów prezentowych z listami od rodziny lub zachęć uczniów lokalnej szkoły do pisania listów lub rysunków do wysłania do rezydentów
- Zachęć rezydenta do wykonywania lekkich ćwiczeń na krześle lub też wokół pokoju
- Skorzystaj z on-line ćwiczeń lub programów muzycznych dla starszych osób
- Wykorzystuj technologię taką jak iPads do gier on-line i do zaangażowania społecznego. Do opcji należy aplikacja 'A better visit' (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), wirtualne zoo (zoo.org.au/animal-house) lub wirtualne muzeum (artsandculture.google.com/)
- Zorganizuj inne zajęcia takie jak kolorowanie, czasopisma, składanie papieru, dobieranie skarpetek, filmy, mówiące książki

Rozpoznanie i kroki dotyczące pojawiającego się zachowania

- Zwiększenie liczby pracowników dla spędzenia więcej czasu z rezydentami. Zachęcenie rezydentów do brania udziału w codziennych czynnościach przy udzielaniu im indywidualnej pomocy
- W miarę możliwości utrzymanie normalnej rutyny

- Zapewnienie, że rezydenci są aktywni, aby uniknęli nudy i zredukować ich drzemki w ciągu dnia
- Zapewnienie maksymalnego dostępu do naturalnego oświetlenia
- Zorganizowanie regularnych spacerów i wyjście na zewnątrz dla rezydentów, którzy rutynowo chodzą niezależnie wokół ośrodka
- Reagowanie bez zwłoki na zmianę w zachowaniu, jeśli takie zaistnieje
- Zastosowanie nefarmakologicznego podejścia do zmian czy trudnych zachowań
- Stosowanie wizualnych wskazówek dla przypomnienia rezydentom o ograniczonym dostępie
- Unikanie stosowania restrykcyjnych praktyk
- Stosowanie sekwencyjnego rozwiązywania problemów w odniesieniu do zmian w zachowaniu (tj. CAUSEd więcej na ten temat znajdziesz pod adresem **dementialearning.org.au** szukaj pod 'behaviours')
- Lub skontaktuj się z Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS) na **1800 699 799**

Po dalsze informacje skontaktuj się z **National Dementia Helpline** na **1800 100 500**.

Centre for Dementia Learning dysponuje szerokim wachlarzem programów edukacyjnych przeznaczonych do pomocy dla świadczeniodawców usług dla osób starszych w wielu powyżej opisanych przypadkach.

Po dalsze informacje skontaktuj się z numerem **1300 DEMENTIA**. Znajdziesz również szeroki zakres materiałów w bibliotece Dementia Australia: **dementia.org.au/library**

Powyższe informacje są oparte na materiale otrzymanym z Alzheimer's Disease Chinese (ADC) i udostępnionym przez Alzheimer's Disease International. Pełna prezentacja jest dostępna na: www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

Sytuacja koronawirusa szybko się zmienia. Niniejszy materiał ma tylko charakter informacyjny i może nie mieć zastosowania do każdej sytuacji. Po bieżące informacje dotyczące koronawirusa wejdź na stronę: www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Dementia Australia pragnie podziękować Alzheimer's Disease International i Alzheimer's Chinese za ich pomoc w utworzeniu niniejszego arkusza pomocy.