

## Рекомендации для учреждений по уходу за пожилыми

### Информация для учреждений по уходу за пожилыми о коронавирусе (COVID-19) и поддержке людей, страдающих деменцией.

В дополнение к мерам по борьбе с инфекциями в связи с коронавирусом (COVID-19), которые предпринимают службы по уходу за пожилым, в данном информационном листке даются некоторые рекомендации по работе с людьми, страдающими деменцией. Если вы озабочены в связи с состоянием здоровья человека, страдающего деменцией, обратитесь непосредственно к его семейному врачу.

В данном информационном листке даются предварительные рекомендации по оказанию поддержки людям, страдающим деменцией. Более подробную информацию можно получить, позвонив на **Общенациональную телефонную линию помощи по вопросам деменции** по номеру **1800 100 500**.

### Рекомендации и стратегии

#### Уменьшите чувство тревоги в связи с коронавирусом

---

- Позаботьтесь о том, чтобы информация поступала из авторитетного источника (например, из Федерального департамента здравоохранения)
- Сведите до минимума поток информации из средств массовой информации, не допуская круглосуточного воздействия новостей на проживающих
- Предоставьте информацию и разъяснения тем проживающим, которые знают о происходящем и обеспокоены этим
- Ободрите проживающих, объяснив, для чего используются маски и индивидуальные средства защиты
- Используйте приемы, способствующие лучшему запоминанию информации, и визуальные подсказки, чтобы простыми словами объяснить сложившуюся ситуацию
- Регулярно уделяйте время беседам с проживающими, в ходе которых спрашивайте, как у них настроение и есть ли у них вопросы

- Находите время для того, чтобы выслушать людей и узнать, что их беспокоит
- Узнавайте у проживающих, как они себя чувствуют
- Найдите слова ободрения
- Работникам следует воздерживаться от обсуждений и высказывания предположений и мнений о COVID-19 в присутствии проживающих
- Старайтесь не использовать негативные термины, такие “карантин”, “пандемия” и “кризис”

**Не прекращайте взаимодействия с родственниками и людьми, предоставляющими уход**

---

- Информируйте родственников с помощью различных каналов связи о противоинфекционных мерах в период коронавируса (COVID-19) и о том, где можно получить более подробную информацию
- Разъясните, что в случае плохого самочувствия посещать учреждение не следует
- Просите посетителей соблюдать, по возможности, дистанцию не менее 1,5 метра и обсуждайте с ними заранее, какие требования необходимо выполнять во время посещения
- Просите посетителей строго соблюдать требования гигиены
- Примите меры к тому, чтобы во избежание риска передачи инфекции встречи с посетителями проходили в комнате проживающего, на свежем воздухе или в специально отведенных местах, но не на территориях общего пользования
- Поддерживайте доверительное общение с проживающими и их родственниками и регулярно сообщайте родственникам о состоянии проживающих
- Приободрите родственников, сообщив им о действующих у вас противоинфекционных мерах
- Постарайтесь использовать другие средства связи – iPad, программные приложения для видеосвязи, звонки по телефону или сообщения в социальных сетях, если это возможно. Проводите беседы с родственниками с помощью Skype или FaceTime
- Проявите понимание и выслушивайте то, что беспокоит родственников и проживающих
- Постарайтесь своевременно реагировать на вопросы и опасения проживающих и их родственников
- Если вы не можете ответить на какие-то вопросы или принять меры в связи

с высказанной обеспокоенностью, сообщите об этом своему руководителю

- Необходимо понять, что в данный момент все находятся в состоянии эмоционального напряжения

### **Забота о физическом здоровье**

---

- Работникам, вероятно, придется предоставить дополнительную поддержку людям, страдающим деменцией, чтобы обеспечить выполнение правил борьбы с инфекциями
- Людям, страдающим деменцией, может потребоваться дополнительная поддержка для соблюдения требований гигиены рук. Следующие пять рекомендаций могут помочь вам в этом вопросе:
  - Разместите в ванной и других местах простые письменные инструкции, которые будут служить напоминанием для человека, страдающего деменцией, о необходимости мыть руки с мылом не менее 20 секунд.
  - Продемонстрируйте, как нужно тщательно мыть руки. Попробуйте в это время спеть песню, чтобы мытье рук длилось не менее 20 секунд.
  - Если человек, страдающий деменцией, не может подойти к умывальнику, чтобы помыть руки, вы можете использовать вместо этого средство для дезинфекции рук или салфетки, пропитанные антибактериальным составом. Средство для дезинфекции рук может быть эффективным только в том случае, если на руках нет видимых следов загрязнения.
  - Научите человека кашлять и чихать не в ладони, а в салфетку или сгиб локтя, а затем выбрасывать салфетку в мусорницу.
  - Дальнейшие рекомендации в связи с мытьем рук имеются на веб-сайте [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)

### **Создавайте условия для дружеского общения и взаимодействия**

---

- Содействуйте дружеским связям между проживающими или между работниками и проживающими с целью укрепления сети поддержки
- Старайтесь поддерживать инициативы по оказанию дружеской взаимопомощи через малые группы при условии соблюдения мер социального дистанцирования, если это осуществимо (например, собрания)

в более просторных помещениях или на свежем воздухе)

- Поощряйте использование музыки и пения, чтобы привлечь к этому других проживающих
- Используйте громкоговорители для общих интерактивных игр (например, бинго)
- Создавайте возможности для ежедневных прогулок и физической активности, особенно для тех проживающих, для которых это было частью ежедневного распорядка
- Попросите родственников и друзей передавать проживающим письма от родственников или обратитесь с просьбой к школьникам присылать проживающим письма или рисунки
- Привлекайте проживающих к легкой физической активности, в ходе которой они могут делать упражнения сидя на стуле или передвигаясь по своей комнате
- Используйте онлайн-программы физической активности или музыкальные программы для пожилых людей
- Используйте такие технические устройства как iPad для доступа к онлайн-играм и общения. Для этого можно воспользоваться программным приложением "A better visit" ([dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/](http://dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/)), виртуальным зоопарком ([zoo.org.au/animal-house](http://zoo.org.au/animal-house)) или виртуальным музеем ([artsandculture.google.com/](http://artsandculture.google.com/))
- Организуйте другие виды деятельности, такие как раскрашивание картинок, чтение журналов, складывание одежды и белья, сортировка носков по цвету, просмотр кинофильмов и прослушивание аудиокниг

### **Распознавайте проблемы с поведением и принимайте соответствующие меры**

---

- Увеличьте количество работников, чтобы у них была возможность непосредственного общения с проживающими. Способствуйте большему участию проживающих в повседневных видах деятельности в ходе предоставления им индивидуального ухода
- Старайтесь, по возможности, придерживаться установленного распорядка
- Создавайте условия для активной жизни проживающих, чтобы не допустить скуки и сократить время сна в течение дня
- Максимально используйте естественное освещение

- Для тех проживающих, у которых ежедневный распорядок предусматривает самостоятельное передвижение по территории учреждения, создавайте возможности для прогулок и проведения времени на свежем воздухе
- В случае изменений в поведении своевременно принимайте необходимые меры
- Используйте нефармакологические методы реагирования на изменения в поведении или агрессивное поведение
- Используйте визуальные напоминания для проживающих об ограничительных мерах
- Старайтесь избегать мер принуждения
- Применяйте последовательный подход к решению проблем, связанных с изменениями в поведении (например, CAUSEd – более подробную информацию можно получить, посетив веб-сайт [dementialearning.org.au](http://dementialearning.org.au) и набрав в поиске “behaviours”)
- Обратитесь в Консультативную службу по проблемам поведения при деменции (Dementia Behaviour Management Advisory Service - DBMAS), позвонив по номеру **1800 699 799**

Вы можете получить информацию, непосредственно относящуюся к деменции, позвонив на нашу **Общенациональную телефонную линию помощи по вопросам деменции** по номеру **1800 100 500**.

В Учебном центре по вопросам деменции имеется обширный набор образовательных программ, помогающих организациям по уходу за пожилыми в решении многих проблем, затронутых выше. Более подробную информацию можно получить, позвонив по номеру **1300 DEMENTIA**.

Вы также можете воспользоваться многочисленными информационными материалами, имеющимися в библиотеке Dementia Australia: [dementia.org.au/library](http://dementia.org.au/library)

Приведенная выше информация основана на информации, предоставленной организациями Alzheimer’s Disease Chinese (ADC) и Alzheimer’s Disease International. Вы можете найти презентацию полностью здесь: [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)

Ситуация с коронавирусом быстро меняется. Эта информация приведена только в ознакомительных целях и может не подходить для некоторых ситуаций. Вы можете получить обновленную информацию о коронавирусе, посетив веб-сайт [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 выражает признательность организациям Alzheimer’s Disease International и Alzheimer’s Chinese за советы, предоставленные в ходе составления этого информационного листка.