

## Савети за пружаоце неге у старачким домовима

### Информације за пружаоце неге у старачким домовима везано за коронавирус (COVID-19) и помоћ људима који живе са деменцијом.

Уз мере за контролу инфекције које пружаоци неге за старија лица примењују у одговор на коронавирус (COVID-19), у наставку су наведена нека разматрања која се односе на људе који живе са деменцијом. Ако сте забринути за здравље особе која има деменцију, јавите се директно њеном лекару опште праксе.

Неки основни предлози за помоћ људима погођеним деменцијом су ниже наведени, а детаљније информације су доступне ако контактирате **Националну телефонску службу за помоћ у вези деменције** (National Dementia Helpline) на **1800 100 500**.

### Савети и стратегије

#### Смањите појачану анксиозност око коронавируса

---

- Водите рачуна да су добијене информације из овлашћеног извора (нпр. из Министарства здравља комонвелта)
- Смањите на најмањи ниво ток медијских информација тако што ћете искључити 24-часовни циклус вести на ТВ-у
- Дајте информације и објашњења клијентима у дому који су свесни ситуације и забринути због онога што се дешава
- Умирујте их поновним објашњењима о маскама и личној заштитној опреми
- Користите помоћна средства за меморију и визуелне подстицаје да објасните на једноставан начин тренутну ситуацију

- Водите рачуна да са клијентима у дому редовно проводите време да бисте их питали као су и да ли имају неких питања
- Одвајајте време да слушате особе и чујете њихове бриге
- Уважавајте осећања особа
- Пружите им поновно умирење
- Сведите на најмању меру разговор међу особљем, нагађања и давања личног мишљења о утицају вируса COVID-19 пред клијентима из дома
- Избегавајте да употребљавате негативне изразе као што су 'строга затварање', 'пандемија' или 'криза'

### **Подржавајте непрекидну сарадњу са родбином и старатељима**

---

- Саопштавајте родбини кроз разне канале комуницирања које су мере контроле инфекције везане за коронавирус (COVID-19) и где да се обрате за додатне информације
- Одвраћајте посетиоце од доласка у вашу установу ако се они не осећају добро
- Подстичите посетиоце да се придржавају физичког дистанцирања од 1,5 метра где је то могуће и разговарајте са њима унапред како посете треба да се обаве
- Подстичите посетиоце да се придржавају строгих хигијенских мера
- Настојте да се посете одржавају у собама клијената, напољу или у одређеном делу дома намењеном за посете, а не у простору за заједничко коришћење да би се ризик преношења инфекције свео на најмању меру
- Одржавајте отворену комуникацију са клијентима у дому и њиховом родбином и редовно извештавајте родбину о општем стању клијента
- Пружајте поновна уверавања родбини о мерама за контролу инфекције које ви примењујете
- Покушајте да обезбедите друга средства комуницирања - iPad, апликације за видео позиве, телефонске позиве или поруке на друштвеним мрежама ако је применљиво. Закажите састанке са породицама на Skype-у или FaceTime-у

- Имајте разумевања и слушајте које су бриге родбине и клијената у дому
- Покушајте да у разумном року одговорите на питања и недоумице клијената из дома и њихове родбине
- Укључите свог шефа ако ви нисте у стању да одговорите на питања или недоумице
- Разумите да је ово стресно време за свакога

### Одржавајте физичко здравље

---

- Особље ће можда морати да пружа додатну помоћ особама са деменцијом да би осигурали да се поступак за контролу инфекције поштује
- Људима који имају деменцију може да буде потребна додатна помоћ да одржавају правилну хигијену руку. Следећих пет савета се конкретно односе на ово:
  - У купатила и на друга места можете да поставите знаке обавештења прилагођене особама са деменцијом да би их то подсећало да перу руке сапуном најмање по 20 секунди.
  - Покажите како се детаљно перу руке. Можете да певате неку песму да бисте их подстакли да перу руке најмање 20 секунди.
  - Ако особа са деменцијом не може да оде до лавабоа да опере руке, средства за дезинфекцију руку или антибактеријске марамице за руке могу да буду брза алтернатива. Средства за дезинфекцију руку су једино ефикасна ако руке нису видно прљаве.
  - Подсећајте их да кашљу и кијају у папирну марамицу или у унутрашњу страну свог лакта уместо у шаке и водите рачуна да се марамица затим баци у канту за отпатке.
  - Више савета о прању руку могу се наћи на: [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)

### **Промовишите одговарајуће друштвено повезивање и активности**

---

- Размотрите увођење “система другара” (buddy system) међу клијентима у дому или између клијената и особља у дому да би се оснажиле мреже подршке
- Можете да одржавате друштвену подршку у малим групама уз придржавање физичке удаљености где је то могуће (нпр. састанци у већем простору или напољу)
- Подстичите музику и певање тако да и остали могу да се укључе
- Користите озвучење за играње интерактивних игара (бинго би одговарао)
- Подстичите редовне прилике за шетњу напољу и вежбање, нарочито када је то саставни део уобичајене рутине клијента из дома
- Подстичите родбину и пријатеље да донесу пакете са писмима од породице, или подстакните децу из локалне школе да пишу писма и направе цртеже да би их слали вашим клијентима у дому
- Подстичите особе да раде лагане вежбе на столицама или околу своје собе
- Нађите на интернету програме за вежбање или музичке програме за старије људе
- Користите технологију као што су iPad-и да бисте нашли онлајн игрице и друштвено укључивање. Могућности укључују апликацију ‘Боља посета’ (‘A better visit’) ([dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/](http://dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/)), виртуелни зоолошки врт ([zoo.org.au/animal-house](http://zoo.org.au/animal-house)) или виртуелни музеј ([artsandculture.google.com/](http://artsandculture.google.com/))
- Обезбедите и друге активности, као на пример: бојанке, часописе, савијање, упаривање чарапа, филмове, аудио књиге

### **Препознајте и реагујте на новонастало понашање**

---

- Повећајте број запослених да би могли да проводе више времена бавећи се клијентима у дому. Подстичите своје клијенте да учествују у свакодневним активностима када им пружате негу један-на-један
- Одржавајте редовну рутину колико год је то могуће
- Одржавајте активност клијената да им не би било досадно и да мање дремају преко дана
- Обезбедите им што више природне светлости

- За клијенте који имају рутину да самостално шетају по дому, омогућите редовне шетње и излажење напоље
- Настојте да одговорите на измењена понашања брзо уколико се она појаве
- Користите не-фармаколошке приступе да одговорите на измењена или појачана понашања
- Користите визуелни материјал да подсетите клијенте где је прилаз забрањен
- Избегавајте да користите праксу забране
- Примењујте редоследни приступ решавања проблема за измењена понашања (напр. CAUSEd – више о томе погледајте на **dementialearning.org.au** и потражите понашања ‘behaviours’)
- Или се јавите Саветодавној служби за промене у понашању код деменције (Dementia Behaviour Management Advisory Service – DBMAS) на **1800 699 799**

За више савета позовите нашу **Националну телефонску службу за помоћ у вези деменције** на **1800 100 500**.

Центар за учење о деменцији (Centre for Dementia Learning) има велики избор образовних програма да помогну пружаоцима неге за старија лица како да реше многа горе поменута питања. За више појединости позовите **1300 DEMENTIA**. Такође у библиотеци Деменције Аустралије можете наћи велики избор материјала о деменцији: **dementia.org.au/library**

Горе наведене информације засноване су на информацијама добијеним од стране Alzheimer’s Disease Chinese (ADC), а које су подељене од стране Alzheimer’s Disease International. Презентацију у целости можете наћи овде: **www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china**

Ситуација са коронавирусом се брзо мења. Ове информације су дате само као оријентационе и можда нису прикладне за сваку ситуацију. За најновије информације о коронавирусу посетите **www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert**

Деменција Аустралије жели да захвали служби Alzheimer’s Disease International и Alzheimer’s Chinese на њиховим саветима у састављању овог информативног листића