

Поради для постачальників послуг з догляду за людьми похилого віку

Інформація для стаціонарних установ по догляду за людьми похилого віку щодо коронавірусу (COVID-19) і підтримки людей з деменцією.

На додаток до заходів інфекційного контролю, що здійснюються установами по догляду за людьми похилого віку у відповідь на коронавірус (COVID-19), нижче наведені деякі рекомендації для людей з деменцією. Якщо вас турбує стан здоров'я людини з деменцією, зверніться безпосередньо до його лікаря.

Інформація про ряд первинних рекомендацій з надання підтримки людям з деменцією, наводиться нижче, а більш детальну інформацію можна отримати, звернувшись до **Національної лінії допомоги при деменції** за номером **1800 100 500**.

Поради і стратегії

Зниження підвищеної тривоги з приводу коронавірусу

- Переконайтеся, що надана інформація отримана з надійного джерела (наприклад, з Міністерства охорони здоров'я)
- Мінімізуйте потік інформації ЗМІ, вимикніть цілодобові новини по телевізору
- Надавайте інформацію та роз'яснення мешканцям, які знають про те, що відбувається і стурбовані цим
- Надайте завірення у використанні масок і засобів індивідуального захисту
- Використовуйте підказки для запам'ятовування і візуальні нагадування, щоб просто пояснити поточну ситуацію

- Переконайтеся, що ви регулярно проводите час з пацієнтами, щоб дізнатися, як у них справи і чи є в них питання.
- Уважно вислухайте людину і її занепокоєння.
- Дізнайтеся, як людина себе почуває
- Підбадьорюйте людину
- Зведіть до мінімуму обговорення, домисли або думки персоналу про вплив COVID-19 у присутності пацієнтів
- Уникайте використання таких термінів, як “пандемія” або “криза”

Підтримуйте постійну взаємодію з сім'ями та опікунами

- Підтримуйте зв'язок із сім'ями за допомогою різних засобів комунікації і розповідайте про те, які вживаються заходи боротьби з коронавірусом (COVID-19) і куди слід звертатися за додатковою інформацією
- Якщо відвідувачі погано себе почуваються, то їм не варто приходити
- Попросіть відвідувачів дотримуватися, де це можливо, фізичного дистанціювання у 1,5 метра і заздалегідь обговоріть з ними порядок відвідування
- Попросіть відвідувачів дотримуватися суворих санітарно-гігієнічних заходів
- Намагайтеся організувати відвідування у кімнаті мешканця, на відкритому повітрі або у спеціально відведеному для цього місці на території об'єкта, а не в місцях загального користування, щоб звести до мінімуму ризик передачі інфекції
- Забезпечуйте постійне інформування мешканців та членів їх сімей і регулярно інформуйте сім'ї про самопочуття пацієнтів
- Надайте сім'ям запевнення про заходи інфекційного контролю, які ви вживаєте
- Спробуйте організувати інші засоби зв'язку - iPad, додатки для відеодзвінків, телефонні дзвінки або повідомлення в соціальних мережах, якщо це можливо. Організуйте зустрічі з родиною через Skype або FaceTime.

- Будьте чуйними і вислухайте занепокоєння сім'ї та мешканців
- Намагайтеся своєчасно відповідати на питання і занепокоєння жителів і членів їх сімей
- Якщо ви не можете відповісти на питання або занепокоєння, то ви можете звернутися до свого керівництва
- Зрозумійте, що це час стресу для всіх.

Підтримуйте фізичне здоров'я

- Персоналу, можливо, знадобиться додаткова підтримка для забезпечення дотримання процедур інфекційного контролю
 - Людям з деменцією може знадобитися додаткова допомога для підтримки правильної гігієни рук. Наступні п'ять порад стосуються конкретно цього:
 - Додайте у ванних кімнатах і в інших місцях знаки, що нагадують людям з деменцією про необхідність мити руки з милом принаймні 20 секунд.
 - Продемонструйте ретельне миття рук. Можна також співати пісню, щоб спонукати їх мити руки принаймні протягом 20 секунд.
 - Якщо людина з деменцією не може дістатися до раковини для миття рук, дезінфекційний засіб для рук або антибактеріальні серветки для рук можуть стати хорошою заміною. Дезінфекційний засіб для рук ефективний тільки у тому випадку, якщо руки не забруднені.
 - Заохочуйте їх кашляти або чхати в серветку або згин ліктя, а не в руки, і переконайтеся, що серветка потім викинута в смітник.
 - Додаткові поради з миття рук можна знайти на сайті www1.health.gov.au/internet/main/publishing.nsf/content/how-to-wash-and-dry-hands
-

Заохочуйте відповідні соціальні контакти і заняття

- Подумайте про створення системи “buddy” між мешканцями або між мешканцями і персоналом в цілях зміцнення групової підтримки
- Спробуйте по можливості зберігати соціальну підтримку через малочисленні групи дотримуючись фізичного дистанціювання (наприклад, зустрічі у великих приміщеннях або на відкритому повітрі)
- Заохочуйте музику і спів, щоб інші могли приєднатися
- Використовуйте динаміки для інтерактивних ігор (можете спробувати бінго)
- Заохочуйте регулярні прогулянки на свіжому повітрі і фізичні вправи, особливо там, де це є частиною звичайного розпорядку дня пацієнта
- Заохочуйте членів сім’ї і друзів до того, щоб вони приносили передачі з листами від сім’ї або заохочуйте місцевих школярів до того, щоб вони писали листи або малювали картинки мешканцям
- Заохочуйте людину до виконання щадних вправ, як на стільці, так і навколо власної кімнати.
- Організуйте онлайн доступ до вправ або музичних програм для літніх людей
- Використовуйте технології, такі як iPad, для доступу до онлайн-ігор і соціальної активності. У число варіантів входить додаток “A better visit” (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), віртуальний зоопарк (zoo.org.au/animal-house) або віртуальний музей (artsandculture.google.com/)
- Організуйте розважальні матеріали, такі як розмальовки, журнали, головоломки в основі яких є складання паперу у різні фігури, ігри з кольоровими шкарпетками, фільми і книги.

Розпізнання і розв’язання проблем, пов’язаних зі зміною в поведінці

- Збільшити чисельність персоналу, щоб приділяти більше часу взаємодії з мешканцями. Заохочуйте своїх мешканців до участі у повсякденній діяльності при наданні індивідуального догляду.
- Підтримуйте регулярний режим, наскільки це можливо
- Підтримуйте активність мешканців, щоб уникнути нудьги і зменшити дрімоту протягом дня.
- Максимізуйте доступ до природного світла

- Забезпечте регулярні прогулянки і доступ на вулицю для мешканців, звичайна рутинна яких передбачає самостійну прогулянку
- Прагніть своєчасно реагувати на зміни в поведінці у разі виникнення таких змін
- Використовуйте немедикаментозні підходи для реагування на змінену або загострену поведінку
- Використовуйте візуальні підказки для нагадування мешканцям про обмежений доступ
- Уникайте використання обмежувальних методів
- Застосовуйте послідовний підхід до розв'язання проблем, пов'язаних зі зміною в поведінці (наприклад, CAUSEd - для додаткової інформації відвідайте сайт dementialearning.org.au і введіть у пошук "поведінка")
- Або зв'яжіться з Консультативною службою з питань управління поведінкою при деменції (Dementia Behaviour Management Advisory Service) за номером **1800 699 799**

Додаткову інформацію можна отримати, зателефонувавши до **Національної лінії допомоги при деменції** за номером **1800 100 500**.

У Центрі вивчення деменції є широкий спектр освітніх програм, покликаних допомогти постачальникам послуг по догляду за людьми похилого віку впоратися з багатьма з вищеперелічених проблем. Для отримання більш докладної інформації зв'яжіться з **1300 DEMENTIA**. Ви також можете знайти широкий спектр ресурсів у бібліотеці Dementia Australia: dementia.org.au/library

Вищевказана інформація базується на інформації, наданій організацією "Alzheimer's Disease Chinese" (ADC) і поширеною Міжнародною організацією по боротьбі з хворобою Альцгеймера. Ви можете знайти повну презентацію тут: www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

Ситуація з коронавірусом швидко розвивається. Ця інформація надається тільки у якості рекомендації і може бути придатна не для кожної ситуації. Для отримання останньої інформації про коронавірус відвідайте сайт www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Організація Деменція Австралії хотіла б висловити подяку Міжнародній організації по боротьбі з хворобою Альцгеймера (Alzheimer's Disease International) і організації Alzheimer's Chinese за їх рекомендації по складанню даного інформаційного листка.