

Savjeti za pružatelje usluga kućne njege

Informacije o koronavirusu (COVID-19) i podršci za osobe s demencijom, za pružatelje kućne njege

Uz mjere suzbijanja infekcije koje pružatelji skrbi za starije osobe provode kao odgovor na koronavirus (COVID-19), idući tekst razmatra neka od pitanja koja je potrebno uzeti u obzir kada se radi o osobama s demencijom. Ako ste zabrinuti za zdravlje nekoga tko ima demenciju, kontaktirajte direktno njihovog liječnika opće prakse.

Neki od prvobitnih prijedloga glede pružanja podrške osobama pogođenima demencijom opisani su niže, a detaljnije informacije su dostupne kroz **Nacionalnu liniju za pomoć kod demencije** na **1800 100 500**.

Savjeti i strategije

Smanjite povišenu anksioznost izazvanu koronavirusom

- Osigurajte da sve informacije koje koristite dolaze od vjerodostojnog izvora (npr. Saveznog ministarstva za zdravstvo).
- Smanjite prtok medijskih informacija, tako što ćete isključiti televizijski program sa 24-satnim vijestima.
- Poslužite se memorijskim i vizualnim pomagalicama da biste im na jednostavan način objasnili trenutnu situaciju.
- Umirite ih tako što ćete im potvrditi djelotvornost maski i osobne zaštitne odjeće.
- Saslušajte svaku osobu i njene probleme i zabrinutost.

- Potvrdite im da razumijete kako se osjećaju.
- Ohrabrite ih.
- Kada provodite vrijeme sa stanovnicima, pitajte ih kako se osjećaju.
- Pokušajte izbjegavati razgovore o vlastitim anksiozama ili zabrinutosti ispred svojih klijenata.
- Izbjegavajte korištenje riječi poput 'pandemija' ili 'kriza'.

Smanjite na minimum uzurpacije u pružanju usluga

- Održavajte ustaljenu rutinu što je više moguće.
- Gdje nije moguće održavati rutinu, zajedno sa svojim klijentom (i njegovom obitelji ili njegovateljima, ako je prikladno) pronađite alternativne načine pružanja usluga.
- Ako tražite zamjenu za društvenu podršku, možda možete uzeti u obzir slijedeće strategije:
 - Ohrabrite osobe s demencijom da provode lagane tjelovježbe, bilo u stolici ili negdje u domu.
 - Uvijek imajte spreman material i sadržaje za aktivnosti poput knjiga, časopisa, slagalica, glazbe, pletenja, TV i radio programa.
 - Omogućite odlazak na laganu šetnju, provođenje vremena u vrtu, i odlazak na svježi zrak i prirodno svjetlo.

Održavajte dobro tjelesno zdravlje

- Osobe s demencijom će možda trebati dodatnu pomoć kod održavanja redovne higijene ruku. Slijedeći savjeti odnose se specifično na to pitanje:
 - Razmislite da li bi bilo praktično postaviti znakove s uputama u kupaonice i na druga mjesta, da biste osobe s demencijom podsjetili da peru ruke sa sapunom i vodom najmanje 20 sekundi.
 - Pokažite im kroz demonstraciju kako temeljito prati ruke. Možda biste mogli tom prilikom pjevati pjesmice, da biste ih ohrabрили da ruke peru barem 20 sekundi.

- Za osobe s demencijom koje nisu u stanju doći do umivaonika da bi oprale ruke, možda bi brza alternativa mogla biti korištenje dezinfekcijskog sredstva za ruke ili alkoholnog rupčića. Dezinfekcijsko sredstvo je djelotvorno jedino ako ruke nisu vidljivo prljave.
- Ohrabrite ih da kašlju ili kišu u papirnati rupčić ili u lakat umjesto u dlan i potrudite se da se rupčić nakon toga baci u kantu za smeće.
- Koristite pomoćna sredstva i podsjetnike o fizičkom distanciranju i podsjetnike da se ne napušta dom.
- Obratite pažnju na simptome slične simptomima gripe.
- Obratite pažnju na promjene ponašanja.
- Ako osoba u vašoj njezi postane bolesna i pokazuje simptome koronavirusa (COVID-19) kontaktirajte COVID-19 otvorenu pomoćnu liniju na **1800 675 398** ili njenog liječnika.
- Organizirajte dostavu obroka ako osoba ne može obavljati kupovinu bez dodatne pomoći.

Smanjite društvenu izolaciju i usamljenost

- Ohrabrite sudjelovanje u svakodnevnim aktivnostima.
- Održavajte uobičajenu rutinu, što je više moguće.
- Ohrabrite slušanje glazbe i audio-knjiga ili provođenje drugih osjetilnih aktivnosti.
- Ohrabrite obitelj i prijatelje da im ostave poklon-pakete sa pisima od obitelji i prijatelja.
- Ohrabrite redovne provjere od strane obitelji ili i razmijenite telefonske brojeve ako je osobi potrebna dodatna podrška.
- Koristite usluge dragovoljaca koji će provoditi redovne telefonske razgovore da bi pripazili na osobu.
- Ako je moguće, pokušajte uposliti druge oblike komunikacije - iPad, video -pozive, skype, telefonske pozive, poruke preko društvenih mreža.

- Koristite dostupnu tehnologiju poput iPad-a da biste pristupili igrama preko interneta i omogućili društvenu uključenost. Mogućnosti uključuju 'A better visit' aplikaciju (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app), virtualni zoološki vrt (zoo.org.au/animal-house) ili virtualni muzej (artsandculture.google.com)

Prepoznajte i adresirajte novonastala ponašanja

- Pokušajte predvidjeti potrebe osobe kojoj pružate podršku.
- Osigurajte dovoljno vremena da biste pokušali razumjeti što vam ona pokušava reći.
- Svom nadzorniku prijavite promjene u ponašanju koje mogu predstavljati rizik sa samu osobu ili za druge ljude.
- Za dodatne informacije kontaktirajte **Nacionalnu liniju za pomoć kod demencije** na **1800 100 500**
- ili se obratite Službi za savjetovanje kod demencijom izazvanih promjena u ponašanju (Dementia Behaviour Management Advisory Service - DBMAS) na **1800 699 799**

Podrška klijentima koji su u samoizolaciji

- Prije ulaska u dom posavjetujte se sa svojim klijentom da li je netko tko živi u domu u samoizolaciji. Izbjegavajte posjećivanje doma ako se ne osjećate dobro.
- Za dodatne informacije u svezi pristupa službama za kućnu njegu pogledajte health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers

Za dodatne informacije kontaktirajte našu **Nacionalnu liniju za pomoć kod demencije** na broj **1800 100 500**.

Obrazovni centar sa pitanja demencije (Centre for Dementia Learning) ima sveobuhvatan spektar obrazovnih programa koji mogu pomoći pružateljima skrbi za starije osobe adresirati niz prethodno spomenutih pitanja.

Za dodatne informacije kontaktirajte **1300 DEMENTIA**.

Veći broj resursa možete također naći i u knjižnici organizacije Dementia Australia na:

dementia.org.au/library

Gorenavedene informacije temelje se na podacima koje je pružila organizacija Alzheimer's Disease Chinese (ADC) koje dijeli i organizacija Alzheimer's Disease International. Kompletnu prezentaciju možete naći na stranici: **www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china**

Situacija vezana za koronavirus se rapidno razvija. Ove informacije su pružene samo kao vodič i možda nisu prikladne za svaku situaciju. Za najnovije informacije o koronavirusu, posjetite stranicu **www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert**

Organizacija Dementia Australia bi se željela zahvaliti organizacijama Alzheimer's Disease International i Alzheimer's Chinese za njihove savjete prilikom sastavljanja ove informativne brošure za pomoć korisnicima.