

홈 케어 제공업체를 위한 조언

코로나바이러스 (COVID-19) 관련 가정 내 케어 제공업체 및 치매를 겪고 있는 분 지원을 위한 정보

코로나바이러스 (COVID-19)에 대응하여 노인 케어 제공업체들이 시행하는 감염 관리 대책에 추가하여 아래와 같이 치매를 겪고 있는 분들을 위한 몇 가지 고려사항들이 있습니다. 치매를 겪고 있는 분의 건강이 우려되실 경우 GP에게 직접 연락하십시오.

치매에 의해 영향을 받은 사람들을 지원하는 것에 대해 몇 가지 초기 제안들이 아래와 같이 제공되었습니다. 더 자세한 정보는 **National Dementia Helpline**에 **1800 100 500**으로 연락하여 구할 수 있습니다.

조언 및 전략

코로나바이러스에 관한 증가된 불안 감소하기

- 제공된 정보가 공신력이 있는지 확인합니다 (예: 연방정부 보건부)
- 고객들이 TV에 24시간 뉴스 사이클을 갖지 않을 것을 제안하면서 미디어 정보 범람을 최소화합니다.
- 현재 상황을 단순한 방법으로 설명할 기억 자료 및 시각적 도구를 이용합니다
- 마스크 및 개인 보호 장비 사용에 대해 확신을 가지도록 재차 확인합니다
- 시간을 내어 이야기를 나누고 우려사항에 대해 경청합니다.

- 이들의 느낌을 인정해 줍니다
- 재차 확신감을 제공합니다
- 함께 시간을 보낼 때 이들이 잘 지내고 있는지 그리고 문의사항이 있는지 물어봅니다.
- 고객 앞에서 귀하의 불안이나 우려사항에 대해 말하는 것을 피하도록 합니다
- ‘대유행’ 혹은 ‘위기’ 등의 말을 피합니다.

서비스 제공의 중단을 최소화

- 정상시의 일과를 최대한 유지합니다
- 정상시 일과가 유지될 수 없는 상황에서는 고객 (그리고 해당될 경우 가족 혹은 간호인)과 협력하여 서비스를 제공할 수 있는 대체 방안을 찾아봅니다
- 사회적 지지에 대한 대안을 모색하고 있는 경우 아래 전략을 고려해 보십시오.
 - 치매를 겪고 있는 분이 의자 혹은 집 주위에서 가벼운 운동을 하도록 권장
 - 책, 잡지, 그림조각 맞추기, 음악, 뜨개질, TV 및 라디오 프로그램 등 즉시 가능한 활동을 하기
 - 가벼운 산책을 하고, 정원에서 시간 보내면서 신선한 공기를 마시고 햇빛 쬐이기

신체적 건강 유지

- 치매를 겪고 있는 분은 적절한 손 위생을 유지하는데 추가적인 지원이 필요할 수도 있습니다. 아래 다섯 가지 조언이 특히 이 사안에 연관됩니다.
 - 욕실과 그 외 장소에 치매를 겪고 있는 분 중심의 지침 표지판을 설치하여 그 분들이 비누로 최소한 20초 동안 손을 씻도록 상기시킬 것을 고려합니다.
 - 철저한 손 세척을 예시로 보입니다. 자신들의 손을 최소한 20초 동안 씻도록 권장하는 노래를 하나 부를 것을 고려합니다.

- 치매를 겪고 있는 분이 손을 씻으러 싱크대로 갈 수 없을 경우, 손소독제 혹은 항박테리아 손 물 수건이 신속한 대안이 될 수도 있습니다. 손 소독제는 손이 육안으로 더럽지 않을 경우에만 효과가 있습니다.
- 이들에게 기침이나 재채기는 손이 아니라 티슈 혹은 팔꿈치에 하도록 권장하고 티슈는 바로 쓰레기통에 버리도록 권장합니다.
- 물리적 거리유지와 집을 벗어나지 않도록 하는 것을 상기하는 자료를 사용합니다
- 독감 같은 증세 여부를 살핍니다
- 행동의 변화 여부를 살핍니다
- 귀하가 돌보는 사람이 몸이 아프고 코로나바이러스 (COVID-19) 증세를 겪을 경우 COVID-19 핫라인 **1800 675 398**에 연락하거나 의사에게 연락합니다
- 지원 없이 쇼핑을 할 수 없을 경우 식품 및 식사 배달을 추천합니다

사회적 고립과 외로움 줄이기

- 일상적 활동에 참여할 것을 권장합니다
- 규칙적 일상생활을 최대한 유지합니다
- 음악이나 오디오북을 듣거나 기타 감각을 사용하는 활동을 권장합니다
- 가족이나 친구분들에게 편지를 동봉한 케어 패키지를 가져오도록 권장합니다
- 가족 혹은 이웃의 정기적인 체크인을 추천하여 추가적 지원이 필요할 경우 연락 번호를 공유합니다
- 자원봉사자 서비스를 이용하여 체크인하는 사람에게 정기적인 전화통화를 합니다
- iPad, 화상 통화, 스카이프, 전화 통화, 소셜미디어 메시지 등 기타 의사소통 방법을 추천합니다
- iPad 등 테크놀러지를 이용하여 온라인 게임 및 소셜 참여를 합니다. 예:
'A better visit' 앱 (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), 가상 동물원 (zoo.org.au/animal-house) 혹은 가상 박물관 (artsandculture.google.com/)

새로 나타나는 행동을 인식하고 대처

- 고객의 필요사항을 미리 파악하여 채워주도록 합니다
- 시간을 들여서 고객이 의사소통하는 것을 이해하도록 합니다
- 자신이나 다른 사람에게 위험이 될 수도 있는 행동 변화를 귀하의 상관에게 보고합니다.
- 더 자세한 조언을 원하시면 본 기관의 연락처인 **National Dementia Helpline**에 **1800 100 500**번으로 연락하십시오
- 혹은 치매 행동 관리 자문 서비스 (Dementia Behaviour Management Advisory Service) (DBMAS)에 **1800 699 799**번으로 연락하십시오

자가격리를 하는 고객 지원하기

- 고객을 방문하기 전에 집에 자가격리를 하는 사람이 있는지 여부를 확인합니다. 귀하가 몸이 아프면 방문을 피합니다.
- 가정 내 케어 서비스 방법에 대한 더 자세한 조언을 원하시면 다음 웹사이트를 방문하십시오. **health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers**

더 자세한 조언을 원하시면 본 기관의 **National Dementia Helpline**에 **1800 100 500**번으로 연락하십시오.

Centre for Dementia Learning에서는 광범위한 교육 프로그램을 통해 노인 케어 제공업체가 위에 제기된 여러 사안을 다루도록 돕습니다. 더 자세한 내용을 원하시면 **1300 DEMENTIA**에 연락하십시오. 또한 Dementia Australia 도서관에서 다양한 자료를 찾을 수 있습니다. **dementia.org.au/library**

위의 정보는 Alzheimer's Disease Chinese (ADC)에서 제공한 정보에 근거하였으며 Alzheimer's Disease International과 공유했습니다. 프리젠테이션 전문은 아래 웹사이트에서 구할 수 있습니다. www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

코로나바이러스 상황은 급속도로 진전되고 있습니다. 이 정보는 안내서로서만 제공되며 모든 상황에 적합한 것은 아닙니다. 코로나바이러스에 대한 최신 정보를 원하시면 아래 웹사이트를 방문하십시오. www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Dementia Australia는 Alzheimer's Disease International 및 Alzheimer's Chinese의 안내서 편집을 위한 조언에 감사드립니다.