

Совети за давателите на услуги на домашна нега

Информации за давателите на услуги за домашна нега во врска со вирусот корона (КОВИД-19) и со поддршка на луѓето што живеат со деменција.

Покрај мерките за контролирање на заразата што давателите на услуги ги спроведуваат поради вирусот корона (КОВИД-19), овој текст наведува и некои работи за кои треба да се размисли кога станува збор за луѓе со деменција. Ако сте загрижени за здравјето на некое лице со деменција, јавете се директно кај општиот лекар на тоа лице.

Некои основни препораки за тоа како да им се даде поддршка на луѓето погодени од деменција се наведени во текстот подолу, а поподробни информации може да добиете ако се јавите на **Националната линија за помош при деменција** (National Dementia Helpline) на **1800 100 500**.

Совети и начини на постапување

Намалете ја зголемената вознемиреност поради вирусот корона

- Погрижете се информациите што ги давате да бидат од меродавен извор (на пример, од Сојузниот оддел за здравство - Commonwealth Department of Health)
- Сведете го на најмала можна мера дотоколот на информации од средствата за јавно информирање така што ќе му препорачате на клиентот да ја исклучи програмата што 24 часа емитува вести на телевизија
- Користете помагала за помнење и видливи помагала за да ја објасните на едноставен начин сегашната ситуација
- Објаснете му на лицето зошто се користат маските и опремата за лична заштита
- Најдете време да го ислушате лицето и работите што го загрижуваат

- Посветете му внимание на тоа како се чувствува лицето
- Успокојте го лицето
- Кога се наоѓате кај лицето, прашајте го како е и дали има некакви прашања
- Обидете се да избегнувате да зборувате за вашата сопствена вознемиреност или грижи пред вашиот клиент
- Избегнувајте да користите зборови како што се „пандемија“ или „криза“

Сведете го на најмала можна мера нарушувањето во давањето на услугите

- Одржувајте ги вообичаените навики колку што е можно повеќе
- Кога не може да се одржат вообичаените навики, во соработка со вашиот клиент (и неговото семејство или негувател, во зависност од случајот) утврдете на кои други начини може да се даваат услугите
- Ако барате замена за општествената поддршка, може ќе сакате да размислите за следните начини на постапување:
 - Да го поттикнете лицето што живее со деменција да прави некои лесни вежби додека седи на стол, или по дома
 - Занимавање со лесно достапни активности, како што се читање книги или списанија, редување сложувалки, слушање музика, плетење, гледање телевизија или слушање радио
 - Одење на кратка прошетка, седење во градината и престој на свеж воздух и на природна светлина

Чување на телесното здравје

- На луѓето што живеат со деменција може да им треба дополнителна поддршка за да одржуваат соодветна хигиена на рацете. Следните пет совети се однесуваат специфично на тоа:
 - Размислете за тоа во бањите и на други места да поставите знаци со упатства што луѓето со деменција ќе можат лесно да ги разберат, за да ги потсетите да си ги мијат рацете со сапун најмалку 20 секунди.
 - Покажете како се мијат темелно рацете. Размислете за тоа да пеете некоја песна за да ги поттикнете да си ги мијат рацете најмалку 20 секунди.

- Ако лицето со деменција не може да дојде до мијалникот за да си ги измие рацете, средство за дезинфекција на раце или антибактериски влажни шамичиња може да бидат брза замена за миењето раце. Средството за дезинфекција на раце е ефикасно само ако рацете не се видливо валкани.
- Поттикнете го лицето да кашла или да кива во хартиено шамиче или во својот лакт, место во своите дланки, и погрижете се хартиеното шамиче потоа да биде фрлено во кантата за ѓубре.
- Користете помагала и потсетници за тоа дека треба да се одржува растојание меѓу луѓето и да не се излегува од дома
- Следете одблиску ако се појават симптоми слични на грип
- Следете дали има промени во однесувањето
- Ако лицето за кое се грижите се разболи и има симптоми на вирусот корона (КОВИД-19), јавете се на дежурната телефонска линија за вирусот корона КОВИД-19 на **1800 675 398** или јавете се кај неговиот лекар
- Организирајте достава на храна и готови оброци до лицето ако лицето не може да пазарува без поддршка

Намалете ги општествената изолираност и осаменоста

- Поттикнете го занимавањето со секојдневни активности
- Одржувајте ги редовните навики колку што е можно повеќе
- Поттикнете го да слуша музика или звучни книги или да се занимава со други активности што ги вклучуваат сетилата
- Поттикнете ги семејството и пријателите да оставаат пакети за неа со писма од семејството и од пријателите
- Организирајте редовни проверки од семејството или од соседите и разменете си телефонски броеви за контакт во случај да е потребна дополнителна поддршка
- Користете услуги од доброволци што редовно ќе му се јавуваат по телефон на лицето и ќе проверуваат како е
- Обидете се да организирате други начини за комуникација - iPad, телефонски разговори со гледање преку камера, разговори на skype, телефонски јавувања, пораки преку социјалните мрежи ако е тоа изводливо

- Користете ја технологијата, како што е, на пример, iPad, за играње игри на интернет и дружење. Некои од можностите се програмата „Подобра посета“ (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app), посета на зоолошка градина преку интернет (zoo.org.au/animal-house) или посета на музеј преку интернет (artsandculture.google.com)

Препознајте ги и решете ги новонастанатите проблеми во однесувањето

- Обидете се однапред да ги предвидите потребите на лицето
- Одвојте време за да се обидете да сфатите што сака да каже лицето
- Пријавете му ги на вашиот претпоставен промените во однесувањето што може да претставуваат опасност за лицето или за други луѓе
- За повеќе совети јавете се на нашата **Национална линија за помош при деменција** (National Dementia Helpline) на **1800 100 500**
- Или јавете се на Советодавната служба за справување со однесувањето при деменција (Dementia Behaviour Management Advisory Service - DBMAS) на **1800 699 799**

Поддршка за клиентите кои се во самоизолација

- Пред да влезете, дознајте јасно од вашиот клиент дали некој што живее во домот се наоѓа во самоизолација. Избегнувајте ги посетите ако не се чувствувате добро
- За повеќе совети во врска со пристапот кон услугите за домашна нега, видете на health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers

Информации што се специфични за деменцијата може да се добијат ако се јавите на нашата **Национална линија за помош при деменција** на **1800 100 500**.

Центарот за запознавање со деменцијата (Centre for Dementia Learning) има низа разновидни програми за подучување што ќе им помогнат на давателите на услуги за нега на постари лица да се справат со многу од проблемите изнесени погоре.

За повеќе подробности јавете се на **1300 DEMENTIA**. Низа разновидни информативни материјали може да најдете и во библиотеката на организацијата Dementia Australia: dementia.org.au/library

Горенаведените информации се засновани врз информациите обезбедени од организацијата Alzheimer's Disease Chinese (ADC) и споделени од организацијата Alzheimer's Disease International. Целата презентација може да ја најдете овде: www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

Ситуацијата со вирусот корона брзо се менува. Овие информации се наменети да бидат само водич и може да не бидат соодветни за секоја ситуација. За најнови информации за вирусот корона, посетете го местото на интернет www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Организацијата Dementia Australia им се заблагодарува на организациите Alzheimer's Disease International и Alzheimer's Chinese за нивните совети при подготвувањето на овој лист за помош.