

Wskazówki dla usługodawców opieki domowej

Informacje dla usługodawców opieki domowej dotyczące koronawirusa (COVID-19) i wspieranie osób chorych na demencję.

Następujące zalecenia odnoszą się do osób chorych na demencję w dodatku do środków podejmowanych przez usługodawców w domach opieki dla seniorów dla kontroli zakażeń koronawirusem (COVID-19). Skontaktuj się bezpośrednio z lekarzem pierwszego kontaktu (GP) osoby z demencją, jeśli masz obawy o jej zdrowie.

Niektóre wstępne sugestie odnośnie udzielania pomocy osobom chorym na demencję znajdują się poniżej. Szczegółowe informacje można otrzymać od the **National Dementia Helpline** pod numerem **1800 100 500**.

Wskazówki i strategie

Zredukuj podwyższony poziom lęków dotyczący koronawirusa

- Upewnij się, że informacje pochodzą z wiarygodnego źródła (tj. Federalny Departament Zdrowia)
- Ogranicz ilość informacji podawanych przez media sugerując wyłączenie 24 godzinnego cyklu wiadomości telewizyjnych
- Stosuj pomoce pamięciowe i podpovedzi wizualne dla prostego wytłumaczenia bieżącej sytuacji
- Zapewnij klienta w sprawie użytkowania masek oraz wyposażenia ochrony osobistej
- Poświęć czas na wysłuchanie osób oraz ich obaw

- Potwierdź samopoczucie osoby
- Zapewnij wsparcie
- Podczas wizyty zapytaj klienta o samopoczucie oraz czy ma jakieś pytania
- Próbuj nie rozmawiać w obecności klienta o własnych lękach i obawach
- Unikaj używania takich określeń jak ‘pandemia’ lub ‘kryzys’

Zredukuj zakłócenia w świadczeniu usług

- W miarę możliwości utrzymaj normalną rutynę
- Przy współpracy klienta (jego rodziny lub opiekunów, w zależności od sytuacji) ustal alternatywne metody świadczenia usług, jeśli normalne rutyny nie mogą być utrzymane
- Możesz wziąć pod uwagę następujące strategie, jeśli szukasz alternatyw do wsparcia środowiskowego:
 - Zachęć osobę chorą na demencję do wykonywania lekkich ćwiczeń na krześle lub też wokół pokoju
 - Wykonywanie łatwo dostępnych zajęć takich jak czytanie książek, czasopism, puzzle, muzyka, robienie na drutach, telewizja i programy radiowe
 - Chodzenie na łatwe spacerunki, spędzanie czasu w ogródku i dostęp do świeżego powietrza oraz naturalnego oświetlenia

Utrzymaj zdrowie fizyczne

- Osoby z demencją mogą potrzebować dodatkowej pomocy dla utrzymania właściwej higieny rąk. Poniżej podajemy pięć specyficznych wskazówek:
 - Rozważ umieszczenie przyjaznych demencji znaków. instrukcyjnych w łazienkach i innych miejscach przypominających osobom z demencją o myciu rąk mydłem przez co najmniej 20 sekund.
 - Zademonstruj dokładne mycie rąk. Rozważ śpiewanie piosenki dla zachęcenia ich do mycia rąk przez co najmniej 20 sekund.

- Szybką alternatywą może być środek do dezynfekcji rąk lub chusteczki antybakteryjne, jeśli osoba z demencją nie może dojść do umywalki dla umycia rąk. Środek do dezynfekcji rąk jest efektywny tylko jeśli ręce nie są wyraźnie brudne.
- Zachęć ich do kaszlu lub kichania w papierową chusteczkę albo w rękaw, a nie w swoje dłonie i chusteczka jest potem wyrzucona do kosza na śmieci.
- Zastosuj wskazówki i przypomnienia dotyczące zachowania dystansu społecznego i niewychodzenia z domu
- Monitoruj objawy grypopodobne
- Monitoruj zmiany w zachowaniu
- Skontaktuj się z gorącą linią koronawirus (COVID-19) na numer **1800 675 398** lub skontaktuj się z jej lekarzem, jeśli osoba pod twoją opieką źle się czuje ma objawy koronawirusa (COVID-19)
- Zorganizuj dostawę żywności i posiłków, jeśli nie może robić zakupów bez pomocy

Ograniczaj izolację społeczną i samotność

- Zachęcaj do udziału w codziennych czynnościach
- W miarę możliwości utrzymaj regularną rutynę
- Zachęcaj do słuchania muzyki lub audiobooków lub innych czynności angażujących zmysły
- Zachęć rodzinę i przyjaciół do przynoszenia pakietów prezentowych z listami od rodziny i przyjaciół
- Zorganizuj regularne sprawdzanie przez rodzinę lub sąsiadów i wymień numery kontaktowe w przypadku potrzeby dodatkowego wsparcia
- Skorzystaj z pomocy wolontariuszy do regularnego telefonicznego sprawdzania osób
- Próbuj zorganizować inne metody kontaktu - iPad, rozmowy wideo, skype, telefon, wiadomości przez social media, jeśli osiągalne

- Stosuj technologię taką jak iPad do korzystania z online gier i kontaktu socjalnego. Do opcji należy aplikacja 'A better visit' (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app), wirtualne zoo (zoo.org.au/animal-house) lub wirtualne muzeum (artsandculture.google.com)

Rozpoznanie i kroki dotyczące pojawiającego się zachowania

- Próbuj przewidzieć potrzeby klienta
- Poświęć czas na próbę zrozumienia co ta osoba przekazuje
- Zawiadom swojego kierownika o zmianie zachowania, które może stwarzać ryzyko dla tej osoby lub dla innych
- Po dalsze porady zwróć się do **National Dementia Helpline** na **1800 100 500**
- Lub skontaktuj się z Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS) na **1800 699 799**

Wspieranie klientów w kwarantannie domowej

- Przed wejściem dowiedz się od klienta czy ktoś w jego domu znajduje się w kwarantannie domowej. Unikaj odwiedzin, jeśli źle się czujesz
- Po dalsze porady zwróć się do usług opieki domowej, zobacz link health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers

Informacje dotyczące demencji można uzyskać dzwoniąc do **National Dementia Helpline** na numer **1800 100 500**.

Centre for Dementia Learning dysponuje szerokim wachlarzem programów edukacyjnych przeznaczonych do pomocy dla świadczeniodawców usług dla osób starszych w wielu powyżej opisanych przypadkach. Po dalsze informacje skontaktuj się z numerem **1300 DEMENTIA**. Znajdziesz również szeroki zakres materiałów w bibliotece Dementia Australia: dementia.org.au/library

Powyższe informacje są oparte na materiale otrzymanym z Alzheimer's Disease Chinese (ADC) i udostępnionym przez Alzheimer's Disease International. Pełna prezentacja jest dostępna na: www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

Sytuacja koronawirusa szybko się zmienia. Niniejszy materiał ma tylko charakter informacyjny i może nie mieć zastosowania do każdej sytuacji. Po bieżące informacje dotyczące koronawirusa wejdź na stronę: www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Dementia Australia pragnie podziękować Alzheimer's Disease International i Alzheimer's Chinese za ich pomoc w utworzeniu niniejszego arkusza pomocy.