

Савети за пружаоце неге у кући

Информације за пружаоце неге у кући у погледу коронавируса (COVID-19) и за пружање помоћи људима који имају деменцију.

Уз мере за контролу инфекције које пружаоци неге за старија лица примењују у одговор на коронавирус (COVID-19), у наставку су наведена нека разматрања која се односе на људе који живе са деменцијом. Ако сте забринути за здравље особе која има деменцију, јавите се директно њеном лекару опште праксе.

Неки основни предлози за помоћ људима погођеним деменцијом су ниже наведени, а детаљније информације су доступне ако контактирате **Националну телефонску службу за помоћ у вези деменције** (National Dementia Helpline) на **1800 100 500**.

Савети и стратегије

Смањите појачану анксиозност око коронавируса

- Водите рачуна да су добијене информације из овлашћеног извора (нпр. из Министарства здравља комонвелта)
- Смањите на најмањи ниво ток медијских информација тако што ћете предложити да клијент нема укључен 24-часовни циклус вести на ТВ-у
- Користите помоћна средства за меморију и визуелне подстицаје да објасните на једноставан начин тренутну ситуацију
- Умирујте их поновним објашњењима о маскама и личној заштитној опреми
- Одвајајте време да слушате особе и чујете њихове бриге

- Уважавајте осећања особа
- Пружите им поновно умирење
- Када проводите време са особом, питајте је како јој је и да ли има неких питања
- Покушајте да избегавате да причате о својој анксиозности или недоумицама пред својим клијентом
- Избегавајте да употребљавате речи као што су ‘пандемија’ или ‘криза’

Смањите на најмању меру прекиде у пружању услуга

- Одржавајте уобичајену рутину колико год је то могуће
- Тамо где није могуће да задржите рутину, радите са клијентом (и његовом родбином или неговатељима, према ситуацији) да нађете алтернативне начине за пружање услуга
- Ако тражите алтернативе за друштвену подршку, можете да узмете у обзир следеће стратегије:
 - Подстичите особу која живи са деменцијом да ради неке лагане вежбе на столицу или по кући
 - Имајте спремне активности као што су књиге, часописи, слагалице, музика, штрикање, ТВ или радио програми
 - Идите у лагану шетњу, проводите време у башти и излазите на свеж ваздух и природну светлост

Одржавајте физичко здравље

- Људима који имају деменцију може да буде потребна додатна помоћ да одржавају добру хигијену руку. Следећих пет савета се односе баш на ово:
 - У купатила и на друга места можете да поставите знаке обавештења прилагођене особама са деменцијом да би их то подсећало да перу руке сапуном најмање по 20 секунди.
 - Покажите како се детаљно перу руке. Можете да певате неку песму да бисте их подстакли да перу руке најмање 20 секунди.

- Ако особа са деменцијом не може да оде до лавабоа да опере руке, средства за дезинфекцију руку или антибактеријске марамице за руке могу да буду брза алтернатива. Средства за дезинфекцију руку су једино ефикасна ако руке нису видно прљаве.
- Подсећајте их да кашљу и кијају у папирну марамицу или у унутрашњу страну свог лакта уместо у шаке и водите рачуна да се марамица затим баци у канту за отпатке.
- Користите подстицаје и подсећање да држе физичко растојање од других и да не излазе из куће
- Обратите пажњу на симптоме сличне грипу
- Обратите пажњу на промене у понашању
- Ако се особа коју негујете разболи и осети симптоме коронавируса (COVID-19), јавите се дежурној телефонској служби за коронавирус COVID-19 на **1800 675 398** или се јавите њеном лекару опште праксе
- Обезбедите им доношење хране и obroка ако не могу да иду у куповину без помоћи других

Смањите друштвену изолованост и усамљеност

- Подстичите учешће у свакодневним активностима
- Задржите редовну рутину колико год је то могуће
- Подстичите слушање музике или аудио књига или друге активности које стимулишу чула
- Подстичите родбину и пријатеље да доносе пакете са писмима од родбине и пријатеља
- Организујте редовна јављања од стране родбине или комшија и размените податке за контактирање ако затреба додатна помоћ
- Користите волонтерске службе да редовно позову вашу особу телефоном да провере како је
- Покушајте да обезбедите друга средства комуницирања - iPad, видео позиве, Skype, телефонске позиве, поруке на друштвеним мрежама ако је применљиво.

- Користите технологију као што су iPad-и да бисте нашли онлајн игрице и друштвено укључивање. Могућности укључују апликацију ‘Боља посета’ (dementialearning.org.au/technology/a-better-visit-app/), виртуелни зоолошки врт (zoo.org.au/animal-house) или виртуелни музеј (artsandculture.google.com/)

Препознајте и реагујте на новонастало понашање

- Покушајте да предвидите потребе особе
- Проведите време да покушате да разумете шта вам особа саопштава
- Пријавите свом шефу промене у понашању код клијента које могу да представљају ризик за ову особу или за друге
- За више савета контактирајте нашу **Националну телефонску службу за помоћ у вези деменције** на **1800 100 500**
- Или контактирајте Саветодавну службу за промене понашања везана за деменцију (Dementia Behaviour Management Advisory Service – DBMAS) на **1800 699 799**

Помоћ клијентима који су у самоизолацији

- Пре него што уђете унутра, питајте свог клијента да ли је неко ко живи у кући у самоизолацији. Избегавајте посете ако вам није добро.
- За више савета о односу према услугама везаним за пружање неге у кући погледајте: health.gov.au/resources/publications/coronavirus-covid-19-guide-for-home-care-providers

Информације везане конкретно за деменцију доступне су на позив наше **Националне телефонске службе за помоћ у вези деменције** на **1800 100 500**

Центар за учење о деменцији (Centre for Dementia Learning) има велики избор образовних програма да помогну пружаоцима неге за старија лица како да реше многа горе поменута питања. За више појединости позовите **1300 DEMENTIA**. Такође у библиотеци Деменције Аустралије можете наћи велики избор материјала о деменцији: dementia.org.au/library

Горе наведене информације засноване су на информацијама добијеним од стране Alzheimer's Disease Chinese (ADC), а које су подељене од стране Alzheimer's Disease International. Презентацију у целости можете наћи овде: www.alz.co.uk/news/covid-19-sharing-experience-and-advice-from-adis-member-association-in-china

Ситуација са коронавирусом се брзо мења. Ове информације су дате само као оријентационе и можда нису прикладне за сваку ситуацију. За најновије информације о коронавирусу посетите www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert

Деменција Аустралије жели да захвали служби Alzheimer's Disease International и Alzheimer's Chinese на њиховим саветима у састављању овог информативног листића.