

Caritas

Rundum Zuhause betreut

Tipy na aktivizáciu ľudí s demenciou



Ak nedochádza k aktivizácii, vzniká nuda, ktorá zvyšuje úpadok postihnutého i nápadnosť jeho správania, a tak nás stavia pred ďalšie výzvy.

2.3 Cielene zamestnať ľudí s demenciou má mnoho výhod:

Aktivizácia...

- ... chráni pred osamelosťou
- ... podporuje dôverné činnosti (napríklad spev alebo pečenie)
- ... trénuje ešte jestvujúce schopnosti
- ... dáva štruktúru dňa (rituály denného rytmu)
- ... postará sa o dobrú náladu, rozmanitosť a radosť zo života
- ... posilňuje sebadôveru postihnutého/postihnutej. On/a má pocit, že ešte niečo dokáže, že má ešte cenu (uznanie)
- ... podporuje telesné a zmyslové vnímanie (voňať, chutiť, vidieť, počúvať, hmatať)
- ... ponúka tak pomoc v časovej, ako aj priestorovej orientácii

Keď nedochádza k aktivizácii alebo mobilizácii, má to tieto nevýhody:

Mnohé každodenné aktivity sa môžu pod vedením a s prípravou vykonávať ešte samostatne. Ak ich prevezme opatrovateľ, jestvujúce schopnosti sa rýchlo stratia, človek sa stiahne a to má dosah na ďalšie oblasti každodenného života. Rýchlejšie sa stráca pamäť, zhoršuje sa hrubá i jemná motorika a zverená osoba sa čoraz viac obmedzuje v mobilite, zabúda základné činnosti, ako je jedenie a samostatná starostlivosť o telo. Stratou mobility sa môžu zredukovať aj sociálne kontakty, zmenší sa životný okruh a posilní sa pripútanosť na jedno miesto, napríklad byt, izba a posteľ. Počas dňa sa môže tiež výraznejšie ukázať nápadný prejav správania ako nepokoj, výkyvy nálady a bludné predstavy. Môže dôjsť až k zmenám správania, ako napríklad k depresii alebo agresii, pretože osoby nie sú viac v stave, aby samy napĺňali vlastné potreby, a čoraz viac sú odkázané na pomoc.



Priestor na poznámky:

3.

Podnety na zamestnanie počas dňa

3.1 Návod na správne zaradenie príkladov aktivít

Nasledujúce príklady sú rozdelené na rozličné tematické oblasti a rozlíšené farebne podľa stupňa demencie.

Tieto témy sa môžu jednoducho zaradiť do bežného chodu dňa, ďalej obmieňať a rozvíjať.

Rozdelenie v tejto brožúre sa zakladá na troch štádiách demencie:

1. ľahká demencia

2. stredne ťažká demencia

3. ťažká demencia

Na prvý pohľad tak zistíte vhodné zamestnanie/aktivizáciu pre osobu, o ktorú sa staráte. Keďže ide o príklady, slúžia ako podnety. Dôležité je mať z aktivít radosť a mali by prispieť aj k pozitívnemu vplyvu na životný elán.

U mnohých postihnutých sa nedá jasne rozlíšiť štádium demencie. Podľa potreby môžete preto zaradiť náročnejšie alebo jednoduchšie cvičenia.

Práca so všetkými zmyslami: Zapojenie zmyslov dovoľuje postihnutému zažiť aktivizáciu intenzívnejšie a prispieva k celkovému pocitu zdravia a pohody. Zaradenie práce zmyslov je možné vo všetkých štádiách. Zapojte vedome blahodarné podnety!

Pozor: Ak by zverená osoba mala niektoré zmysly obmedzené, zamerajte sa na tie, ktoré fungujú dobre, aby ste sa vyhli preťaženiu a frustrácii! Počas aktivizácie/ zamestnania opakovane chváľte.



Priestor na poznámky:

Príklady: **Stolové súpravy na ráno, obed a večer**

Návrhy možných stolových súprav. Zverenej osobe pomáhajú orientovať sa v čase. Môžu sa vybrať tieto predlohy. Náš tip: aby ste vy i zverená osoba z toho dlho profitovali, je vhodné zabaliť predlohu do fólie. Zaradiť môžete aj súpravu „desiata – káva/dezert – olovrant“.



Priestor na poznámky:
