Ίριδα
Μονάδα Φροντίδας

Όταν ο άνθρωπός σας έχει άνοια

Μικρός εικονογραφημένος οδηγός για τις δύσκολες στιγμές και τις αποφάσεις φροντίδας.



Για οικογένειες και ανθρώπους που φροντίζουν

Ίριδα
Μονάδα Φροντίδας

Για τον άνθρωπό σας

Σε αυτόν τον οδηγό μιλάμε για τον άνθρωπό σας: τη μητέρα, τον πατέρα, τον σύντροφο ή κάποιο άλλο αγαπημένο σας πρόσωπο.



Ξεκινήστε από ό,τι σας δυσκολεύει σήμερα

Θα βρείτε μικρές πρακτικές κατευθύνσεις για την επικοινωνία, την καθημερινότητα και τις επιλογές φροντίδας.

Κάθε άνθρωπος είναι διαφορετικός. Προσαρμόστε όσα διαβάζετε με τη βοήθεια των επαγγελματιών που τον παρακολουθούν.

Ιριδα Μονάδα Φροντίδας

«Με ρωτάει συνέχεια το ίδιο»

Μπορεί να μη θυμάται ότι έχει ήδη ρωτήσει.
Μερικές φορές αναζητά και καθησύχαση.



ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ

- Απαντήστε σύντομα και ήρεμα.
- Δώστε χρόνο.
- Παρατηρήστε αν κάτι τον ανησυχεί.

ΑΠΟΦΥΓΕΤΕ

- «Σου το είπα τόσες φορές».

Μια φράση μπορεί να βοηθήσει.
Δεν λειτουργεί το ίδιο για όλους.

Ιριδα Μονάδα Φροντίδας

«Θέλει να πάει σπίτι»

Μπορεί να αναφέρεται σε άλλο σπίτι ή να αναζητά κάτι οικείο.



ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ

Ακούστε χωρίς αντιπαράθεση,
Παρατηρήστε αν χρειάζεται ηρεμία
ή βοήθεια με κάποια βασική ανάγκη.

ΑΣΦΑΛΕΙΑ

Αν προσπαθεί να φύγει, συζητήστε ένα σχέδιο ασφάλειας με τους επαγγελματίες που τον παρακολουθούν.

«Δεν με αναγνωρίζει»

Δεν χρειάζεται να του ζητάτε να αποδείξει ότι σας θυμάται.



ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ

Συστηθείτε απλά. Δώστε χρόνο για ανταπόκριση. Σεβαστείτε την ανάγκη του για απόσταση.

Η ήρεμη παρουσία μπορεί να είναι ένας τρόπος επικοινωνίας.

«Αρνείται τη βοήθεια ή το μπάνιο»

Μπορεί να αισθάνεται φόβο, αμηχανία ή δυσφορία.



ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ

Εξηγήστε ένα βήμα τη φορά.
Προστατεύστε την ιδιωτικότητά του.
Αφήστε τον να κάνει όσα μπορεί με ασφάλεια.

«Θέλεις να ξεκινήσουμε από τα χέρια;»

Αν η ένταση αυξάνεται και δεν υπάρχει άμεση ανάγκη, κάντε παύση. Επίμονη άρνηση ή πόνος χρειάζονται επαγγελματική καθοδήγηση.

«Το απόγευμα ανησυχεί περισσότερο»

Σε ορισμένους ανθρώπους η ανησυχία αυξάνεται προς το βράδυ.



ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΤΕ

- Υπάρχει κόπωση ή πολύς θόρυβος;
- Άλλαξε κάτι στο πρόγραμμα;
- Μήπως κάτι τον ενοχλεί;

Ένα σταθερό πρόγραμμα και λιγότερα ερεθίσματα μπορεί να βοηθήσουν. Μοιραστείτε νέες ή εντονότερες αλλαγές με τον γιατρό.

«Τι μπορούμε να κάνουμε μαζί;»

Ξεκινήστε από όσα του αρέσουν και από τις σημερινές του δυνατότητες.



ΜΙΚΡΕΣ ΕΠΙΛΟΓΕΣ

- Μια αγαπημένη μουσική.
- Φωτογραφίες και οικείες ιστορίες.
- Μια απλή, ασφαλής ασχολία.

Δώστε χρόνο χωρίς να ζητάτε σωστές απαντήσεις. Αν κουράζεται ή δυσφορεί, αλλάξτε δραστηριότητα ή σταματήστε.

«Κάτι άλλαξε ξαφνικά»

Η αιφνίδια σύγχυση χρειάζεται άμεση ιατρική βοήθεια, ακόμη και όταν υπάρχει ήδη άνοια.



ΜΕΧΡΙ ΝΑ ΛΑΒΕΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ

Μείνετε μαζί του. Μιλήστε απλά. Έχετε διαθέσιμη τη λίστα φαρμάκων. Περιγράψτε πότε ξεκίνησε η αλλαγή.

Σε επείγουσα κατάσταση: 112.

Αν αγνοείται, ειδοποιήστε αμέσως τις αρμόδιες αρχές και αναφέρετε ότι έχει άνοια.

Μην αποδίδετε μια ξαφνική αλλαγή αυτόματα στην άνοια.

«Χρειαζόμαστε περισσότερη βοήθεια;»



ΚΑΤΑΓΡΑΨΤΕ

- Σε τι χρειάζεται καθημερινή βοήθεια;
- Ποιος μπορεί να βοηθήσει τη νύχτα;
- Τι γίνεται όταν λείπει ο βασικός φροντιστής;

ΠΡΙΝ ΕΠΙΛΕΞΕΤΕ ΜΟΝΑΔΑ, ΡΩΤΗΣΤΕ

1. Μπορείτε να καλύψετε τις ανάγκες του;
2. Πώς οργανώνεται η φροντίδα ημέρα και νύχτα;
3. Πώς επικοινωνεί η οικογένεια με τη μονάδα;
4. Τι περιλαμβάνει η χρέωση;
5. Τι γίνεται αν αλλάξουν οι ανάγκες του;

Οι απαντήσεις χρειάζονται συζήτηση για τον συγκεκριμένο άνθρωπο.

Ίριδα Μονάδα Φροντίδας

Ο άνθρωπός μου

Μικρή κάρτα για να οργανώσετε τη συζήτηση



Πώς θέλει να τον αποκαλούν

Τι του αρέσει

Τι τον δυσκολεύει

Τι έχουμε παρατηρήσει ότι τον βοηθά

Σε τι χρειάζεται βοήθεια

Τι θέλουμε να ρωτήσουμε

Κρατήστε συγκεκριμένες παρατηρήσεις. Μοιραστείτε προσωπικές πληροφορίες μόνο όπου χρειάζεται για τη φροντίδα του.

Ίριδα Μονάδα Φροντίδας

Ας μιλήσουμε για τον άνθρωπό σας



Αν εξετάζετε φιλοξενία σε μονάδα, επικοινωνήστε με την Όμορφη Ίριδα για να περιγράψετε τις ανάγκες του και να ενημερωθείτε για τη δυνατότητα φιλοξενίας.

- Τι βοήθεια χρειάζεται σήμερα;
- Τι σας δυσκολεύει περισσότερο;
- Τι θέλετε να γνωρίζετε πριν αποφασίσετε;

Γνωρίστε τις μονάδες μας • iridacare.gr

ΣΗΜΕΙΩΣΗ

Γενική ενημέρωση, όχι διάγνωση ή εξατομικευμένο σχέδιο φροντίδας. Δεν αντικαθιστά τις οδηγίες των επαγγελματιών υγείας.

ΠΗΓΕΣ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ

Alzheimer's Association — alz.org
Alzheimer's Society — alzheimers.org.uk
National Institute on Aging — nia.nih.gov
NHS — nhs.uk

Ίριδα Μονάδα Φροντίδας