

Когнитивная поддержка при деменции

ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ ОТ ШВЕДСКОГО ЦЕНТРА ПО БОРЬБЕ С ДЕМЕНЦИЕЙ

Kognitivt stöd vid demenssjukdom • faktablad på ryska

Деменция затрудняет повседневную жизнь

Деменция влияет на мышление, память, речь и иные так называемые когнитивные функции. Причиной являются различные повреждения и заболевания головного мозга. Деменция, которая также известна как когнитивное заболевание, обычно усложняет выполнение даже простых задач и постепенно затрудняет их самостоятельное решение.

Когнитивная поддержка может выглядеть по-разному

Точно так же, как ходунки могут компенсировать физические недостатки, когнитивная поддержка может помочь людям с деменцией. Когнитивная поддержка может заключаться в адаптации домашних условий таким образом, чтобы, несмотря на болезнь, можно было справляться самостоятельно, возможно, при некоторой поддержке близких. Речь также может идти о когнитивных вспомогательных средствах, которые поддерживают память и помогают человеку быть активным и более вовлеченным в деятельность в течение длительного времени.

Простая адаптация дома

Распространенный простой способ адаптации заключается в том, чтобы убрать некоторые вещи из дома. Меньшее количество вещей помогает сосредоточиться и найти нужную вещь. Использование бытовой техники и оборудования можно облегчить, обозначив кнопки скотчем контрастных цветов. Цветовая маркировка дверей и ручек для душа также может быть полезной.

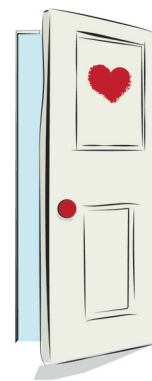
Если в ванной комнате оставлен включенным свет и дверь приоткрыта, то ее легче найти ночью. А на доске (доске объявлений) вы можете записать запланированные мероприятия и то, что нужно сделать в течение дня. Обычно подходящим местом является дверца холодильника.

Дополнительные примеры когнитивной поддержки

Белая доска (вайтборд) - это всего лишь один из примеров когнитивной поддержки, которую можно приобрести в магазинах. Прочие устройства представляют собой беспроводные поисковые устройства, а также пульты дистанционного управления и мобильные телефоны с простыми функциями и

понятными кнопками.

Существуют также когнитивные средства, которые специалисты по трудотерапии могут подобрать и опробовать. Например, электронные календари, мобильная сигнализация и контроллеры кухонных плит. Другие вспомогательные средства выполняют функцию прямой поддержки для близких или лиц, осуществляющих уход.



Не затягивайте с вспомогательными средствами

Кто-то может подумать, что полезно подождать с когнитивной поддержкой как можно дольше, пока это не окажется абсолютно необходимым. На самом деле все совсем наоборот. Потому как при деменции способность к обучению постепенно ухудшается. Чтобы пользоваться многими вспомогательными средствами, нужно научиться обращаться с ними. Чем раньше это произойдет, тем больше вероятность того, что человек сможет извлечь из них пользу.

Индивидуальная поддержка

Не существует универсальной когнитивной поддержки. Симптомы деменции могут различаться, а также изменяться с течением времени. Поэтому поддержка должна быть адаптирована к условиям, потребностям и пожеланиям каждого человека. В этом случае могут помочь специалисты по трудотерапии.

Обратитесь к специалисту по трудотерапии

Специалисты по трудотерапии могут после посещения на дому проконсультировать по вопросам когнитивной поддержки и помочь с адаптацией домашних условий. Они также могут назначать и опробовать когнитивные вспомогательные средства. Когнитивную поддержку также необходимо отслеживать, поскольку потребности пользователя со временем меняются.

© Svenskt Demenscentrum

Дополнительный информационный материал на русском языке можно распечатать на веб-сайте
Svenskt Demenscentrum:
www.demenscentrum.se/ru



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08-690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se

Kognitivt stöd vid demenssjukdom

FAKTABLAD FRÅN SVENSKT DEMENSCENTRUM

Demens försvårar vardagen

Demenssjukdom påverkar tankeförmåga, minne, språk och andra så kallade kognitiva funktioner. Orsaken är olika skador och sjukdomar i hjärnan. Demenssjukdom, som också kallas kognitiv sjukdom, försvårar normalt sett även enkla sysslor och gör det efterhand allt svårare att klara sig själv.

Kognitivt stöd ser olika ut

På samma sätt som en rollator kan kompensera för en fysisk funktionsnedsättning kan kognitivt stöd hjälpa personer med demenssjukdom. Kognitivt stöd kan vara att anpassa bostaden så att det, trots sjukdomen, blir möjligt att klara sig själv, kanske med en del stöd från anhöriga. Det kan också handla om kognitiva hjälpmedel som stöttar minnet och som bidrar till att man kan vara aktiv och mer delaktig en längre tid.

Enkla anpassningar hemma

En vanlig enkel anpassning är att ställa undan en del saker i bostaden. Färre prylar kan göra det lättare att koncentrera sig och hitta rätt. Användningen av vitvaror och hushållsapparater kan underlättas av att knapparna märks med tejp i kontrasterande färger. Även färgmärkning av dörrar och duschhandtag kan vara till hjälp.

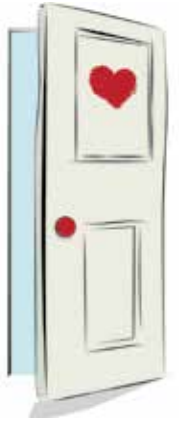
Om lampan får lysa i badrummet och dörren stå på glänt hittar man lättare dit mitt i natten. Och på en whiteboard (anslagstavla) kan man skriva upp tider att passa och saker att göra under dagen. Kylskåpsdörren brukar vara en lämplig placering.

Fler exempel på kognitivt stöd

Whiteboard är bara ett exempel på kognitivt stöd som går att köpa i affärer. Några andra är trådlösa sakfinnare samt fjärrkontroller och mobiltelefoner med enkla funktioner och tydliga knappar.

Det finns också kognitiva hjälpmedel som arbets-

terapeuter kan bedöma och prova ut. Exempel är elektroniska kalendrar, mobila larm och spisvakt. Andra hjälpmedel fungerar som ett direkt stöd till anhöriga eller omsorgspersonal.



Vänta inte med hjälpmedel

Man kan tro att det är bra att vänta med kognitivt stöd så länge som möjligt, tills det verkar absolut nödvändigt. I själva verket är det tvärtom. Det beror på att inlärningsförmågan gradvis försämras vid demenssjukdom. Många hjälpmedel behöver man lära sig för att kunna hantera. Ju tidigare det sker desto större möjlighet att personen kan få nytta av dem.

Skräddarsytt stöd

Det finns inget kognitivt stöd som passar alla. Symtomen vid demenssjukdom kan variera och förändras dessutom med tiden. Därför behöver stödet skräddarsys och anpassas till varje persons förutsättningar, behov och önskemål. Här kan arbetsterapeuter hjälpa till.

Kontakta en arbetsterapeut

Arbetsterapeuter kan efter ett hembesök ge råd om kognitivt stöd och hjälpa till med anpassningar av bostaden. De kan även ordinera och prova ut kognitiva hjälpmedel. Det kognitiva stödet behöver också följas upp eftersom användarens behov förändras över tiden.

2025 • Svenskt Demenscentrum ©

Fler faktablad på olika språk kan skrivas ut från Svenskt Demenscentrums webbplats:
www.demenscentrum.se/Faktablad



Svenskt Demenscentrum

Svenskt Demenscentrum, Sveavägen 155, 113 46 Stockholm, 08 - 690 58 00, info@demenscentrum.se

www.demenscentrum.se