

**Сервисный Центр по вопросам деменции для мигрантов
Demenz-Servicezentrum NRW für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte**



Unterbezirk
Gelsenkirchen / Bottrop

Рекомендации

по общению и уходу за людьми с деменцией

Empfehlungen zum Umgang mit Menschen mit Demenz (russisch)

Общение

- Наблюдайте за людьми с деменцией и попытайтесь понять их поведение
- Говорите простыми короткими предложениями
- Говорите медленно и четко, глядя в глаза
- Давайте время на реакцию
- Повторяйте важную информацию
- Не указывайте больным на ошибки, не исправляйте, не критикуйте
- Не дискутируйте и не спорьте
- Игнорируйте обвинения
- Будьте терпливыми
- Мотивируйте к деятельности
- Находите посильное занятие
- Хвалите за маленькие успехи (словами, улыбкой, прикосновениями)

Окружающая обстановка

- Избегайте шума, громких звуков, большого количества людей
- Структурируйте день (распорядок дня, режим сна и питания)
- Давайте ориентиры (часы, календарь, альбом воспоминаний, старая музыка, таблички для ориентации и т.д.)
- Минимизируйте риск в интерьере (скользящие коврики, избыточное количество предметов и др.)

Сервисный Центр по вопросам деменции для мигрантов Demenz-Servicezentrum NRW für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte



Unterbezirk
Gelsenkirchen / Bottrop

Уход

- Следите за употреблением достаточного количества жидкости (табличка с напоминанием)
- Одевайте удобную одежду
- Делайте легкую зарядку, прогулку
- Посещайте бесплатный курс по уходу
- Посещайте информационные мероприятия по теме «Деменция»
- Используйте предложения для разгрузки ухаживающих родственников и занятий с больным (группы опеки, индивидуальная опека на дому)
- В уходе за больными принимайте во внимание их симпатии и антипатии
- Способствуйте их самостоятельности, не перегружая их

Расстаньтесь с «единственной истиной»

- Поймите больного человека как личность с её собственным миром, а не пытайтесь вернуть его в свой «правильный мир»!
- Считайтесь с взглядом на мир и воспоминаниями больного человека, даже если они, по Вашему мнению, неадекватны и ложны.
- Не поправляйте и не обсуждайте с больным его взгляды, в сомнительных случаях лучше отвлеките его от дискуссии.
- Не забывайте, что человек – больше, чем его умственные способности; сконцентрируйтесь на его чувствах, которые еще «работают» и для которых не нужен язык.

**Сервисный Центр по вопросам деменции для мигрантов
Demenz-Servicezentrum NRW für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte**



Unterbezirk
Gelsenkirchen / Bottrop

Не предъявляйте излишне высоких требований к человеку с деменцией

- В действиях стремитесь не к правильному результату, а к приятным переживаниям.
- Позаботьтесь о переживании успеха, выбирая, распознавая и подкрепляя сохранившиеся навыки и радостные занятия: создавайте островки комфорта!
- Действуйте, «ориентируясь на ресурсы», т.е. не пытайтесь вернуть утраченное особенно при прогрессирующей деменции (например, посредством сложных «тренингов» для ума, которые ведут к фрустрации), а сконцентрируйтесь на сохранившихся способностях и поддерживайте их. Поддержать имеющиеся способности и активизировать ресурсы можно с помощью старых песен из далекого прошлого, пословиц и поговорок, посильных умственных упражнений и легкой физической активности.

Желаем Вам здоровья, терпения и заботы близких!

Составитель: Elena Maevskaya

Demenz-Servicezentrum NRW für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte
Integratives Multikulturelles Zentrum (IMZ)
AWO Gelsenkirchen/Bottrop
Paulstr. 4
45889 Gelsenkirchen

Tel.: 0209-604-83-28
elena.maevskaya@demenz-service-migration.de
www.demenz-service-migration.de