



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PONOS PODRŠKA ODRŽIVOJ NEFORMALNOJ OBITELJSKOJ SKRBI

ALZHEIMER I DRUGE DEMENCIJE

Jelena Šego, dipl.med.techn.
Ana Lucić, mag. psych.



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge "Žena"

Organizacija radionice sufinancirana je u okviru Operativnog programa Učinkoviti ljudski potencijali iz Europskog socijalnog fonda.



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND

Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

STARENJE

- Prirodan proces koji traje cijeli život
- Donosi promjene na organima/sustavima, promjene fizičkog izgleda ili promjene u psihičkim procesima
- **ALI! –OPADANJE SPOSOBNOSTI STARIJIH LJUDI NE MORA IMATI UTJECAJ NA NORMALAN ŽIVOT!**

TREND STARENJA STANOVNIŠTVA NAMETNUO JE DRUŠTVU VAŽNOST SKRBI O STARIJIM OSOBAMA!!



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

OPTIMALNO STARENJE = CILJ SKRBI O STARIJIMA

- Poboljšati kvalitetu života zdravih i bolesnih starijih osoba.
- Neki stari ljudi žive kvalitetno unatoč slabog zdravlja i obrnuto.
- Starija osoba istovremeno je član obitelji, prijatelj, umirovljenik.
- Svaka starija osoba je pojedinac za sebe.
- Pristup osoba koje skrbe o starijem čovjeku može znatno doprinijeti boljoj kvaliteti života u starosti.



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI**

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: UP.02.2.2.06.0455

UPOZNAJMO SE S PROBLEMIMA S KOJIMA SE SUSREĆU OBOLJELI OD DEMENCIJE, NJIHOVE OBITELJI ILI SKRBNICI!

Demencija je degenerativna bolest stanica moždane kore i okolnih struktura, klinički sindrom obilježen stečenim gubitkom kognitivnih (spoznajnih) i emotivnih sposobnosti koji je prisutan u tolikoj mjeri da ometa svakodnevnu aktivnost bolesnika i značajno smanjuje njegovu kvalitetu života.

- Progresivna, neurodegenerativna bolest od koje uglavnom obolijevaju ljudi starije životne dobi.

- **Čimbenici rizika:** starenje, nasljeđivanje specifičnih gena i posjedovanje ApoE4 genotipa



UPOZNAJMO SE S PROBLEMIMA S KOJIMA SE SUSREĆU OBOLJELI OD DEMENCIJE, NJIHOVE OBITELJI ILI SKRBNICI!

- DEMENCIJA KROZ POVIJEST
- 1906., njemački patolog i neurolog Alois Alzheimer opisao slučaj progresivnog intelektualnog propadanja- nazvan AB (Morbus Alzheimer)
- Do 1963. i u našoj literaturi AB se smatrala vidom senilne demencije
- 70- ih godina prošlog stoljeća dobiva golemi medicinski i društveni značaj
- Češće se koristi termin AD – Alzheimerova demencija ili DAT (demencija Alzheimerova Tipa)

UPOZNAJMO SE S PROBLEMIMA S KOJIMA SE SUSREĆU OBOLJELI OD DEMENCIJE, NJIHOVE OBITELJI ILI SKRBNICI!

- EPIDEMIOLOGIJA DEMENCIJE
- SAD, Velika Britanija, Švedska, Danska.. Prevalencija 9-14% u populaciji starijih od 65 godina
- ! 1/3 nije sposobna za nikakav vid samostalnog života
- Općenito prevalencija u starijih od 85 godina 30- 35%
- U HRVATSKOJ
- Prema istraživanju „ psihoorganskih promjena” prevalencija u populaciji starijoj od 65 godina iznosi 14%



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: UP.02.2.2.06.0455

UPOZNAJMO SE S PROBLEMIMA S KOJIMA SE SUSREĆU OBOLJELI OD DEMENCIJE, NJIHOVE OBITELJI ILI SKRBNICI!

- PREMA PODACIMA SZO:
- Više od 47,5 milijuna ljudi u svijetu ima neki oblik demencije
- U Europskoj uniji 6,4 milijuna osoba
- Procjena – do 2050. broj oboljelih u svijetu doseći će 115 milijuna
- U HRVATSKOJ OKO 86 000 osoba s demencijom



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PREVALENCIJA PO SPOLU

- Prevalencija bolesti značajno viša u žena
- **ALI vjerojatna incidencija PRIBLIŽNO PODJEDNAKA U OBA SPOLA**
- **Mogući razlog diskrepance je DULJA ŽIVOTNA DOB ŽENA**



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

PODJELA DEMENCIJE PREMA UZROKU BOLESTI

- **PRIMARNE DEMENCIJE**- progresivne!
- - POSLJEDICA DIREKTOG OŠTEĆENJA MOŽDANOG TKIVA

- **SEKUNDARNE DEMENCIJE**- nisu progresivne!
- **POSLJEDICA DRUGIH STANJA POPUT**
 - metaboličkih i endokrinoloških bolesti, infekcije, uzimanje lijekova (antidepresivi, antipileptici..), zlouporaba alkohola/ droga, tm na mozgu ili nedostatak vitamina (E i B skupine)



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND

Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

NAJČEŠĆI OBLICI DEMENCIJE

- **NAJČEŠĆI OBLIK DEMENCIJE ZASIGURNO JE ALZHEIMEROVA BOLEST**
(već u prvim fazama prisutne kognitivne promjene)
- **NAJČEŠĆI TIP SUBKORTIKALNE DEMENCIJE JE PARKINSONOVA BOLEST**
(kognitivni nedostaci manje izraženi, motoriči prevladavaju)



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi**



**UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI**

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

ZNAKOVI BOLESTI

- U ranoj fazi bolesti bolesnik počne **zaboravljati**, pa sve više ovisan o pomoći.
- **Govor** postaje usporen, kao i pisanje i računanje, ponavlja što čuje (eholalija).
- Slabi **orijentacija u prostoru**, gubi se **u vremenu**.
- Slabi **samozbrinjavanje**.
- Poremećaji **prosudivanja i ponašanja** – neprimjereno.
- Smetnje **afekta**: apatičan i nezainteresiran, ili pak agitiran i nemiran, sumnjičav ili indiferentan.
- **Tjelesno propadanje** – težine, refleksa, funkcija – vezan za krevet.
- Traje **5-10 god**, ali može i dulje.

- Lijekovi ublažavaju simptome bolesti, a stimulacija progresiju.



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND

Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

- **TIPIČAN POČETAK**

- progresivno opadanje sposobnosti pamćenja
 - posebno u kratkotrajnom pamćenju

- Zaboravljanje svakodnevnih obaveza
- neodgovorno baratanje novcem
- Zapuštanje osobne higijene

- **NEŠTO KASNIJE**

- apatija, agitacija, verbalna agresivnost
- Anksioznost, poremećaj u rasporedu spavanja i budnosti

- **DALJNJOM PROGRESIJOM BOLESTI NASTUPAJU SMETNJE**

- govora, usporenje govora, stereotipija
- Akakulija
- Agnozija
- Izrazite poteškoće u prostornoj i vremenskoj orijentaciji

ALZHEIMEROV TIP – SIMPTOMI- ZNAKOVI



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**EUROPSKI SOCIJALNI FOND
UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI**

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS
Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PARKINSONOVA BOLEST- SIMPTOMI- ZNAKOVI

- Nastaje kasnije u životu
- Definirana kao IDIOPATSKI POREMEĆAJ POKRETA
- Tremor u mirovanju
- Lice poput maske
- Rigiditet u obliku zupčanika
- Teški hod (sitni koraci, nesigurnost, ruke flektirane uz tijelo – ne njišu se..)
- Etiologija (uzrok) nepoznat, povezuje se s uzrokom čestih trauma glave ili uzimanje ilegalnih supstanci (sintetski heroin)



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

VASKULARNE DEMENCIJE- SIMPTOMI- ZNAKOVI

- U 20- 25% posljedica su CEREBROVASKULARNE BOLESTI
- Klinički- dijagnostički vidljive ISHEMIJE razbacane po moždanoj kori a najčešće su posljedica VIŠESTRUKIH EMBOLIJA I TROMBOZA ili KRVARENJA, i LEZIJE koje su obično posljedica NELIJEČENE HIPERTENZIJE
- TIPIČAN IZNENADAN NASTUP SIMPTOMA DEMENCIJE
- BULBARNE SMETNJE- gutanja i govora
- Depresija
- Emocionalna labilnost



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

ZAKLJUČAK

- Tijekom zdravog, „normalnog” starenja dolazi do (kognitivnih) promjena-
 - promjena u sposobnosti brže obrade informacija, težim dosjećanjem riječi, zaboravljanjem događaja;
 - mogu biti prisutne smetnje pamćenja, koncentracije i orijentacije **KOJE VIŠE BRINU SAMU OSOBU NEGO NJENU OBITELJ**



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

KAD NASTAJE PROBLEM?

- Kada gubitak kognitivnih sposobnosti **OMETA OSOBU U:**

1. **SOCIJALNOM**

2. **I/ILI PROFESIONALNOM FUNKCIONIRANJU**

3. **SVAKODNEVNOM FUNKCIONIRANJU- nemogućnosti obavljanja svakodnevnih aktivnosti**

=FUNKCIONALNA OVISNOST STARIJIH LJUDI





PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

NAPREDAK BOLESTI= PREUZIMANJE BRIGE

Napretkom bolesti –

- najčešće JEDNA OSOBA IZ OBITELJI PREUZIMA BRIGU O OBOLJELOM
- SKRB TRAJE 24 SATA (najčešće) DO SMRTI OBOLJELOG
- ILI TRAJE DO ODLUKE SMJEŠTANJA OBOLJELOG U ODGOVARAJUĆU USTANOVU



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

ŠTO SE MIJENJA ZA TRAJANJA SKRBI? ŠTO JE VAŽNO DATI ONIMA KOJI SKRBE O OBOLJELOM?

- Tijekom skrbi MIJENJA SE
- RITAM ŽIVOTA CIJELE OBITELJI I PODREĐEN JE POTREBAMA OBOLJELOG!
- Važno je dati PODRŠKU OBITELJI kroz SUOSJEĆANJE, SLUŠANJE, EDUKACIJU I STRUČNE SAVJETE!

FORMALNI (profesionalni) njegovatelji – BITNA ULOGA! Stručnjaci različitih profesija !



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

FORMALNI (profesionalni) njegovatelji

- STRUČNJACI RAZLIČITIH PROFESIJA:
- MEDICINSKE SESTRE – u ulozi edukatora, patronažne sestre, sestre u provedbi zdravstvene njege u kući
- FIZIOTERAPEUTI
- SOCIJALNI RADNICI
- PSIHOLOZI
- LIJEČNICI



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

PODRŠKA ZAJEDNICE

- DEMENCIJA JE BOLEST KOJA IZISKUJE DUGOTRAJNU SKRB, KOJU ČESTO
OBITELJ AKO JE IZOSTAVLJEN SUPORT ZAJEDNICE NIJE U STANJU PRUŽITI !!



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

ZNAČAJNI A MOŽDA NEPOZNATI POJMOVI

- **AGITACIJA (AGITIRANI)**- nesvrshodna mentalna aktivnost, varira od blagog nemira do izraženih nekoordiniranih pokreta
- **AKAKULIJA**- nesposobnost izvođenja bilo kakvih računskih radnji (neodgovorno baratanje novcem kod demencije)
- **AGNOZIJA**- nesposobnost prepoznavanja određenog predmeta koristeći više osjetila (u percepciji u/s mozgom-neprepoznavanje, aperceptivno u/s s vidom- nejasna slika)



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

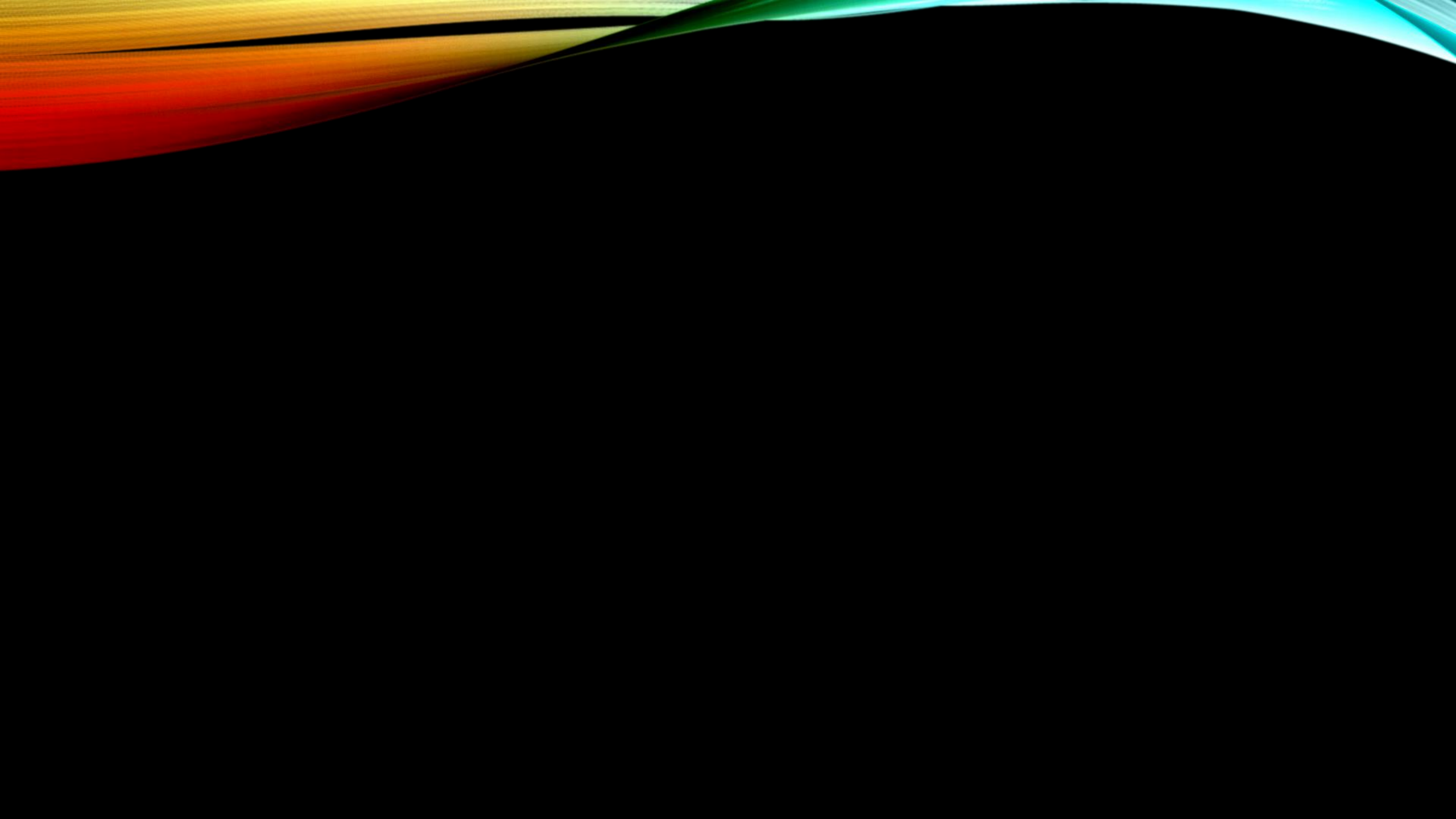
ZNAČAJNI A MOŽDA NEPOZNATI POJMOVI

- RIGIDITET- ukočenost mišića (najčešće trajna; Parkinsonova bolest)
- „LICE POPUT MASKE”- otvorena usta, sve manje treptanja; izostaje mimika lica (Parkinsonova bolest)

„RIGIDITET POPUT ZUPČANIK”- pomicanjem ukočenog zgloba nastaje iznenadni ritmični trzaj zbog različitog intenziteta ukočenosti (Parkinsonova bolest)

IDIOPATSKI- kojemu je uzrok nepoznat







PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



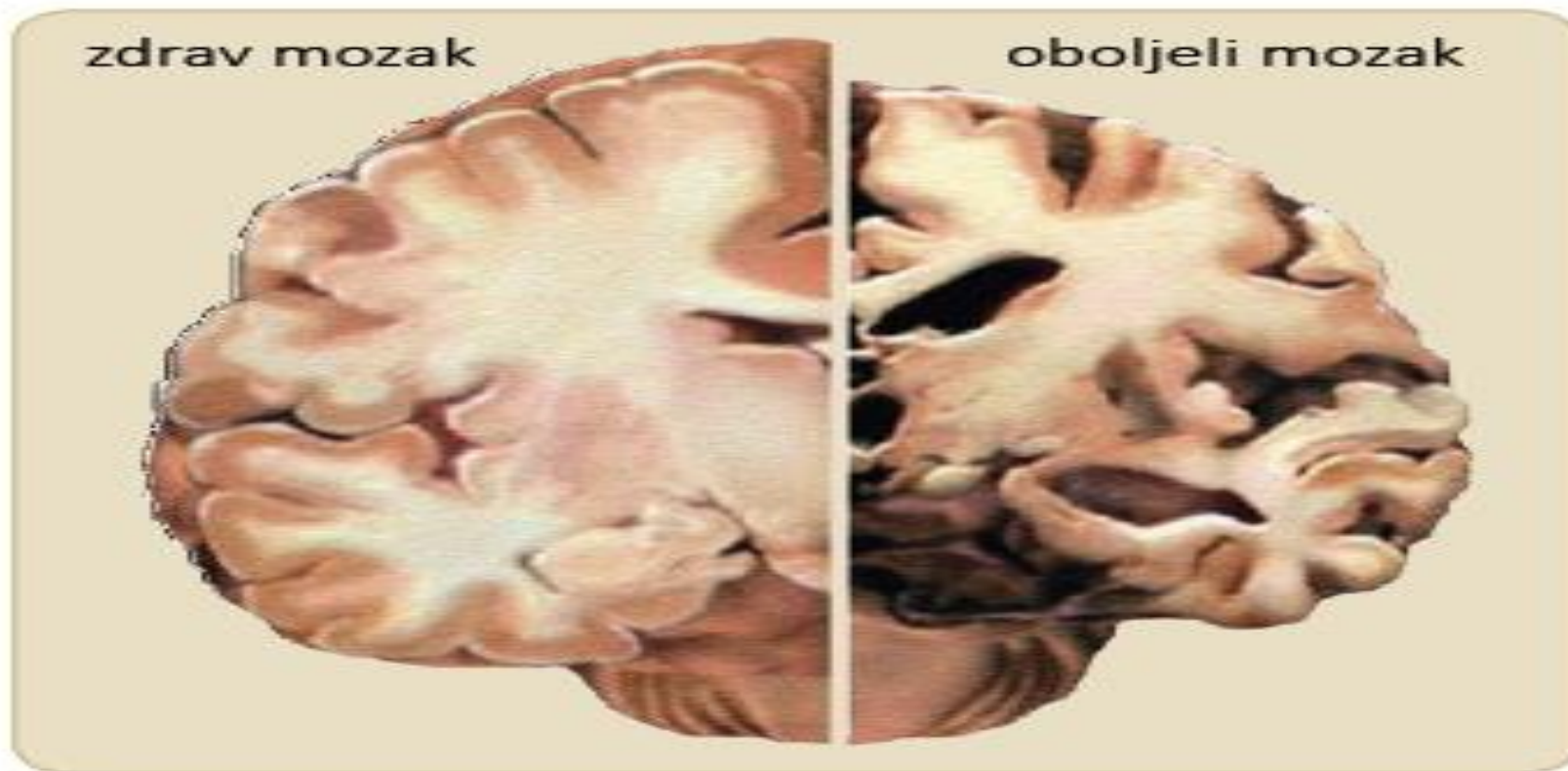
Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**



SLIKA 1. Usporedba zdravog mozga u starijoj životnoj dobi i mozga osobe oboljele od demencije



Europska unija
Zajedno do fondova EU



**EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI**



**UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI**



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.
ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: UP.02.2.2.06.0455

- https://www.youtube.com/watch?v=O9HGphj_Oil



Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

Zaboravljanje – što je “normalno”, a kada se trebamo zabrinuti?

NORMALNO	ZABRINJAVAJUĆE
automobil → zaboraviti registraciju ili mjesto parkiranja	zaboravljen tip automobila koji vozite ili što je to registracija
zaboravljanje onog što smo mislili reći	zaboravljanje nečeg uobičajenog, npr. kako koristiti karticu za bankomat



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi

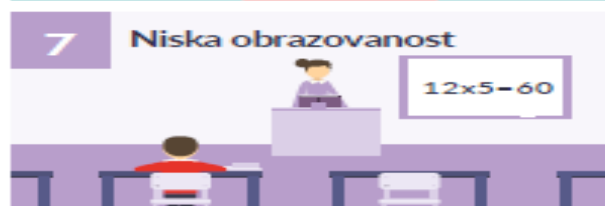


ESF
UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

NORMALNO	ZABRINJAVAJUĆE
zaboravljanje koji dan u tjednu je pregled kod zubara	izgubiti se u svom susjedstvu
zametnuti ključeve, mobitel i sl.	spremiti npr. glačalo u hladnjak
zaboraviti ime osobe koju smo nedavno upoznali	zaboraviti ime bliskog člana obitelji



12
rizičnih faktora
demencije



Izvor: Livingston et al. A, et al. Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission

www.alzheimer.hr
www.alz.co.uk

Hrvatska
 Hrvatska udruga za
 Alzheimerovu bolest

Alzheimer's Disease International
 The global voice on dementia



Prevencija

Memoriju mogu pogoršati:

- tablete za spavanje, još neki lijekovi, alkohol itd.
- neprepoznati stres, depresija, anksioznost, umor
- temperatura

Preporuča se:

- mediteranska prehrana
- s crnom kavom ne pretjerivati
- ne konzumirati duhan

“Mozganje”:

- društvene igre
- rješavanje križaljki i zagonetki
- razvoj pažnje (npr. tražiti u tekstu skupove istih slova ili čitati obrnuto)
- češće računati napamet
- čitanje knjiga (pripovijetki i romana)
- fizička aktivnost
- tehnike opuštanja
- što zdraviji stil života





PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I
Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: UP.02.2.2.06.0455

Kako pomoći oboljeloj osobi i obitelji?

1. prilagoditi uvjete stanovanja:

- smanjena **pokretljivost**
- manja **buka**
- riješiti potrebne **popravke**, preseljenja

2. promijeniti način života oboljele osobe:

- smanjivanje **radne aktivnosti**
- prestanak upravljanja **motornim vozilom**
- pripreme za **mirovinu**



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDovi



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06
Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

3. donijeti sve pravne odluke dok je oboljela osoba sposobna:

- imovinsko-pravne, vlasničke, obiteljske i sl.
- **opunomoćiti** člana obitelji za podizanje novčanih naknada (npr. mirovina)
- **oporuka**

4. međuobiteljske odnose urediti:

- točno dogovoriti tko će, koliko i kada moći sudjelovati u brizi za oboljelu osobu



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

5. riješiti sve ostale tjelesne bolesti:

- tijekom bolesti → redovita **kontrola** općeg fizičkog stanja (okulista, stomatolog, fizijatar, internista, kardiolog, liječnik opće prakse)

6. izbjegavati odlaske na udaljena mjesta i putovanja bez pratnje:

- svaka **nepredvidiva situacija** u komunikaciji i prostoru → veća zbunjenost i nepredvidive situacije



7. obitelji potrebno:

- savjetovalište, krizni telefon
- udruga obitelji oboljelih
- savjeti i pomoć psihologa, neurologa, psihijatra, pravnika
- kontakt s drugim obiteljima s istim problemom

8. oboljeloj osobi:

- briga, pozornost, adekvatna njega
- poticanje na sudjelovanje u svakodnevnim aktivnostima → boravak u stručnim i organiziranim dnevnim centrima



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND
Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

9. oboljela osoba svjesna svoje nemoći, no ne može iskazati svoje teško stanje:
- depresivnost, strah, uznemirenost, agresija



Europska unija
Zajedno do fondova EU



EUROPSKI STRUKTURNI
I INVESTICIJSKI FONDOVI



UČINKOVITI
LJUDSKI
POTENCIJALI

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda

Kako se ponašati s oboljelom osobom?

1. biti beskrajno **strpljiv**
 - **rutina**
 - **izbjegavanje sukoba** s oboljelom osobom
 - razgovarati s oboljelom osobom **jednostavnim rečenicama** o svemu
 - **listati** stare albume, časopise, **podsjecati** na ranije poznata mjesta
2. **ne kritizirati** oboljelu osobu
 - smisao **za humor**
 - ne biti zahtjevan za radnje koje bolesnik sam može napraviti

3. dok je još moguća komunikacija → kontakt s drugim oboljelima:

- a) **druženje** s drugim obiteljima
- b) **grupa za samopomoć** pri HUAB-u (3-5 obitelji 1x tjedno okuplja)
- c) **domovi za starije** → rad dnevnih boravaka ili dnevnih centara

4. oboljelu osobu poticati na redovito obavljanje jednostavnih obveza:

- a) odlasci u kupovinu (**zajednički**)
- b) obavljanje jednostavnih poslova (-II-)
- c) vježbanje pisanja, čitanja, nabiranja imena, brojenja

- d) svakodnevno održavanje **osobne higijene** (uz pomoć ili samostalno)
- e) u **poznatom okruženju** → svakodnevne šetnje
- f) **kontakti i posjećivanje** s rodbinom i bliskim prijateljima
- g) održati **dostojanstvo** → primjereno i uredno odijevanje
- h) ne skrivati **oboljelog od posjetitelja** → podsjetiti tko je došao u posjet
- i) **za vrijeme jela** → prisutnost na uobičajenom mjestu → samostalno hranjenje dok god može

5. paziti na **ravnomjernost hrane** → izbjegavati začinjenu i masnu: što više žitarica i povrća
- simptom bolesti često prekomjerna “glad” ili odbijanje hrane
 - ako je nedavno jeo/la, a tvrdi da nije → opet jesti, ali manje
6. uzimanje dovoljno **tekućine** (min 1,5 L vode dnevno)
7. posjećivati događaje i mjesta koja je prije voljela/posjećivala
- ići na zajednička društvena događanja, izlete

8. slušanje poznatih pjesama iz mladosti → + djelovanje

9. društvene igre (šah, kartanje, križaljke..)



Moć glazbe

- <https://www.youtube.com/watch?v=OT8AdwV0Vkw>



Problem lutanja

- obitelji teško za vjerovati da se osoba dobrog vanjskog izgleda koja godinama živi u istom okruženju može izgubiti
- no, vrlo vjerojatno

Što kada se oboljela osoba izgubi?

- obavijestiti **policiju** (obavijestiti o izgledu i demenciji)
- zamoliti da se s potragom odmah krene (ne čekati 24/48h)
- ne čekati da vrijeme prođe jer će se osoba možda sama vratiti
- ponekad izađu kroz prozor sobe ili prijeđu preko ograde

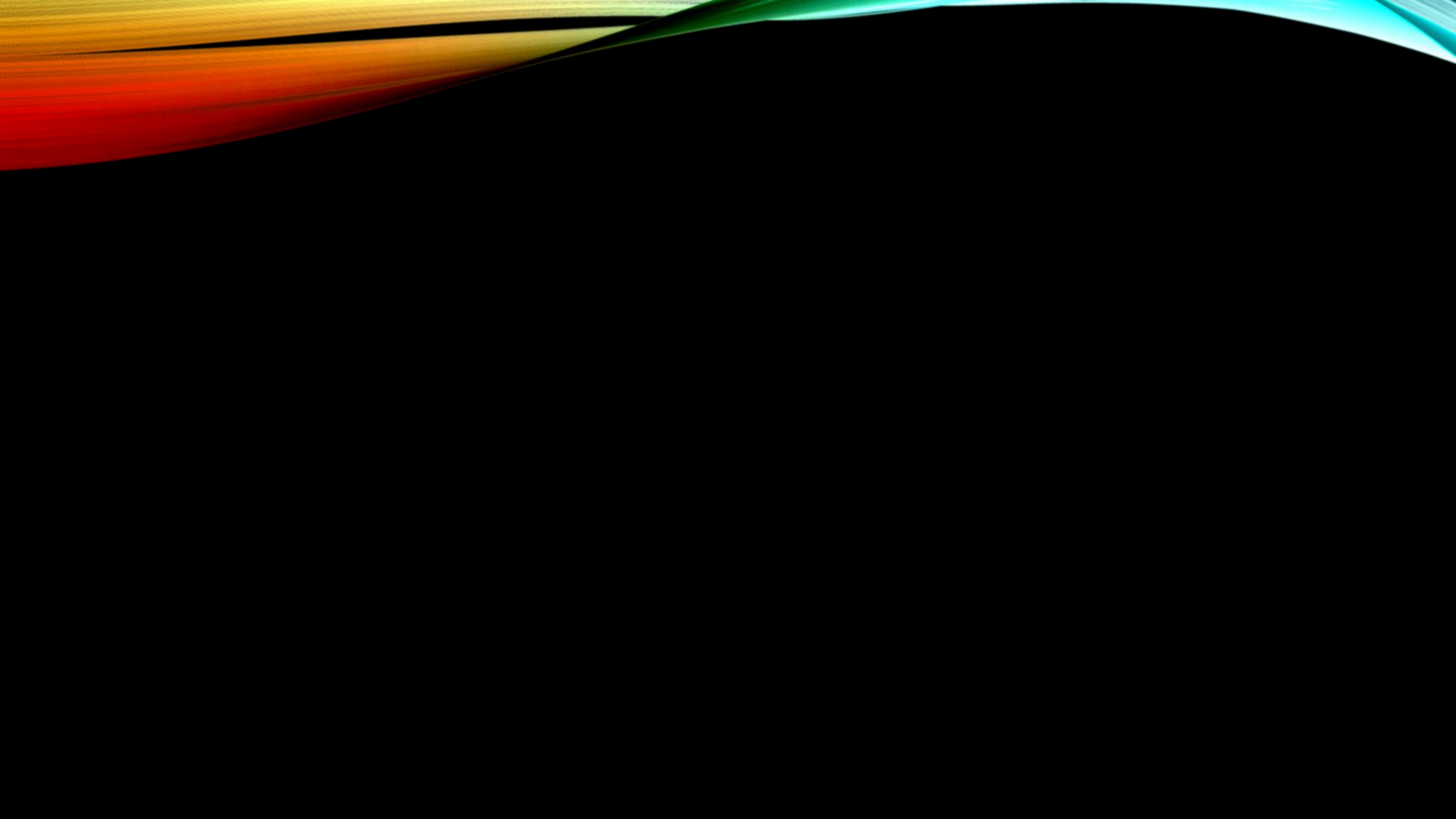
SMJEŠTAJ

- najpoželjniji boravak u kućnom okruženju – AKO i DOK je moguće
- “dnevni boravci” pri Domovima za starije osobe (nedovoljno ih)
- oboljelog predbilježiti za smještaj u dom za starije osobe



Video – dan osobe s demencijom

<https://www.youtube.com/watch?v=dg7S0nyzdBs>



Literatura:

- Demenca aCROsSLO (2014). *Što je demencija i kako živjeti s njom?*, preuzeto 21.12.2020. s https://alzheimer.hr/files/8615/1957/0610/Letak_aCROsSLO_HR-web.pdf
- Kerepčić Ratkaj, Lj. (2016). *Alzheimer u mojem domu. Obiteljske istinite priče*. Zagreb: Hrvatski liječnički zbor i Hrvatsko društvo za Alzheimerovu bolest i psihijatru starije životne dobi.
- Klepac, N. (2014). *Kognitivne funkcije i dob*, preuzeto, 17.12.2020. s <https://alzheimer.hr/ucionica/kognitivne-funkcije-i-dob/>
- Kušan Jukić, M. Štajduhar, D. Devčić, S. Glamuzina, Lj. (2020). *Komunikacija s osobama oboljelim od Alzheimerove bolesti. Priručnik za formalne njegovatelje*. Zagreb: Nastavni zavod za javno zdravstvo "Dr. Andrija Štampar".
- Mašanović, M. Neretvanske županije *Alzheimerova bolest*, preuzeto 16.2.2021. s <https://www.zjzdnz.hr/zdravlje/zdravlje-starijih-osoba/198>
- Tomek-Roksandić, S. Mimica, N. Kušan Jukić, M. i sur. (2017). *Alzheimerova bolest i druge demencije. Rano otkrivanje i zaštita zdravlja*. Zagreb: Medicinska naklada.



PONOS

Podrška
Održivoj
Neformalnoj
Obiteljskoj
Skrbi



Šibensko-kninska
županija



Hrvatski zavod za zapošljavanje

EUROPSKI SOCIJALNI FOND

Operativni program Učinkoviti ljudski potencijali
2014. – 2020.

ŠIRENJE MREŽE SOCIJALNIH USLUGA U ZAJEDNICI- FAZA I

Broj poziva: UP.02.2.2.06

Kodni broj: **UP.02.2.2.06.0455**

HVALA NA PAŽNJI !



Sadržaj prezentacije isključiva je odgovornost Udruge “Žena”

Organizacija radionice sufinancirana je u okviru Operativnog programa Učinkoviti ljudski potencijali iz Europskog socijalnog fonda.