



Социальная изоляция



Диагноз деменция не означает конец общения. На самом деле, социализация необходима, как никогда. Исследования показывают, что одиночество и изоляция способствует прогрессированию деменции. Вы можете помочь создать все необходимые условия для человека страдающего деменцией, чтобы предотвратить социальную изоляцию.

Планируйте заранее:

- Продолжайте общаться с друзьями и членами семьи
- Назначайте время для разговоров наедине с другом или членом семьи.
- Дайте друзьям и родственникам знать, что они были выбраны из-за их близких отношений с Вашим подопечным.
- Если Вы не хотите разглашать информацию о диагнозе Деменция, Вы можете просто сослаться на возрастные изменения, прося о помощи в планировании развлекательной программы.

Придерживайтесь подходящей структуры общения:

- Независимо от того, в какой степени Вы участвуете в жизни человека с деменцией, главное, это соблюдать все условия удобные для него.
- Предложите члену семьи или другу несколько идей или занятия, которые облегчат общение с Вашим подопечным.

Поддерживайте все необходимые условия для комфорта:

- Люди с когнитивными нарушениями легко устают, что может привести к их раздражению и стрессу.
- Предпочитается посещение в доме подопечного, где посетитель может принести цветы или любимую закуску.
- Выберите место, которое знакомо всем и где относительно тихо. Также, выбирайте время суток, когда меньше движения и людей.
- Выход на прогулку, если Ваш подопечный в состоянии это делать, может предложить хорошую смену декораций и физические упражнения.
- Если слово “деменция” расстраивает Вашего подопечного, избегайте его в разговорах.
- Предложите темы для разговора на приятные или интересные темы.
- Посетитель может принести журнал с интересной статьей для обсуждения, фото общего друга, или поделиться хорошими новостями о себе.

Объедините посещения с другими мероприятиями:

- Исследуйте местные центры или клубы для престарелых, где люди встречаются для физических упражнений, ремесел или общения. Часто, такие центры предлагают социальные и оздоровительные программы, а также, транспортные услуги.
- Ознакомьтесь с нашими мероприятиями в Кафе Памяти: www.seniorsathome.jfcs.org/memory-café/

Всегда помните, что Seniors at Home поддержит Вас--просто спросите!

To schedule a dementia care consultation email dementiacare@jfcs.org or call 415-449-3712
Seniors At Home is a division of Jewish Family and Children's Services • San Francisco • Peninsula • Marin • Sonoma County