



Как Обеспечить Правильный Приём Лекарств



Потеря памяти может повлиять на способность принимать лекарства, что может поставить безопасность и независимость человека под угрозу. Также, существуют трудности в общении по поводу лекарств с близкими, страдающими деменцией. Мы собрали наши лучшие советы, чтобы обеспечить правильный приём лекарств для людей с потерей памяти.

Понимание

Человеку свойственно защищаться, когда его независимость ставится под сомнение. Очень важно использовать правильный подход, чтобы получить положительный результат в надзоре за лекарствами. Большинство людей уверяют, что они правильно принимают свои лекарства, потому что они искренне верят в это, или потому, что они боятся потерять свою независимость. Ваша форма общения должна поддерживать потребность человека в чувстве собственного достоинства и независимости.

Пошаговые идеи

- Если ваш близкий отказывается говорить с вами о своих лекарствах, попробуйте вовлечь его врача в этот процесс. Позвоните врачу до визита, чтобы сообщить о ваших беспокойствах по поводу приёма и организации лекарств. Объясните, что вы готовы помочь с приёмом лекарств и объясните препятствия, которые могут возникнуть.
- После посещения врача или консультации, предложите близкому человеку составить список лекарств, учитывая график предложенный врачом. После утверждения списка и расписания, сделайте несколько копий для своего близкого, оставив одну себе.
- Обновляйте этот список после каждого визита к врачу и любых изменениях в списке лекарств или состоянии здоровья.

Поддержка независимости

Совсем не обязательно действовать по принципу “всё или ничего” - вы можете укрепить независимость своих близких, сделав небольшие изменения.

- Помогите близкому человеку подписать бутылочки с лекарствами, объясняя причину их назначения и как / когда их принимать. Например, напишите: «Для понижения сахара; принимать с утра, на голодный желудок, 30 минут до еды» или используйте цветные маркеры, чтобы пометить пробки бутылок разными цветами, указывая на утренний и вечерний приём.
- Создайте письменные напоминания и разместите их в часто используемых местах или поверхностях, таких как дверца холодильника, спальня или ванная комната.
- Установите напоминания, используя будильник в смартфонах, смарт-часах, планшетах и компьютерах, или внедрите систему напоминаний по телефону, вовлекая членов семьи, друзей или работников по уходу в этот процесс.
- Начните использовать органайзеры для приема лекарств. Существует много разных дизайнов, где вы можете выбрать тот, который обеспечит вас подходящим количеством отделений и будет соответствовать нужному расписанию приёма лекарств.



Поддержка независимости (continued)

- Некоторые аптеки предлагают системы пузырчатой упаковки, которые представляют собой предварительно упакованные листы лекарств на основе календаря, но они могут запутать людей с прогрессирующей деменцией, которые больше не понимают, как эта система работает. Существуют также электронные автоматизированные системы выдачи лекарств, которые можно предварительно заполнить и запрограммировать для напоминаний.
- Кроме того, на более поздних стадиях деменции, некоторые люди забывают, что уже принимали лекарство и принимают его снова и снова. В этом случае, рекомендуется запереть флаконы с лекарствами, ограничивая к ним доступ, или даже вывезти их из дома на хранение в другом безопасном месте.

Преодоление сопротивления

Некоторые люди с деменцией отказываются принимать лекарства. Понимание причины такого поведения и нахождение способов поддержки в эти моменты могут очень пригодиться.

- Старайтесь быть ласковыми и добрыми, предлагая лекарство своему близкому. Не спрашивайте их, хотят ли они принять лекарство. Скорее предложите им таблетку со стаканом воды и скажите что-нибудь вроде: «Вот, пожалуйста. Прими эту таблетку от давления, и мы вместе посмотрим фильм». Если они всё равно откажутся, сделайте перерыв и предложите лекарство снова через несколько минут.
- Подумайте о том, чтобы принимать лекарство в одно и то же время, чтобы сделать приём лекарства более естественным.
- На более поздних стадиях деменции, врач может сократить список лекарств с учётом новых симптомов, таких как проблемы с глотанием, отказ принимать лекарства, изменение в состоянии здоровья.

Чрезвычайное планирование

Подготовьтесь заранее на случай стихийного бедствия или неотложной медицинской помощи.

- Убедитесь, что у вас есть запас лекарств как минимум на 1 неделю, и постоянно обновляйте его.
- Помните, что некоторые лекарства требуют охлаждения, и планируйте соответственно.
- Храните обновленный список лекарств на видном месте возле холодильника.

Помните, что Center for Dementia Care готов ответить на любые вопросы, которые могут у вас возникнуть по поводу помощи с поведением и симптомами деменции. Свяжитесь с нами по телефону 415-449-3712.

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