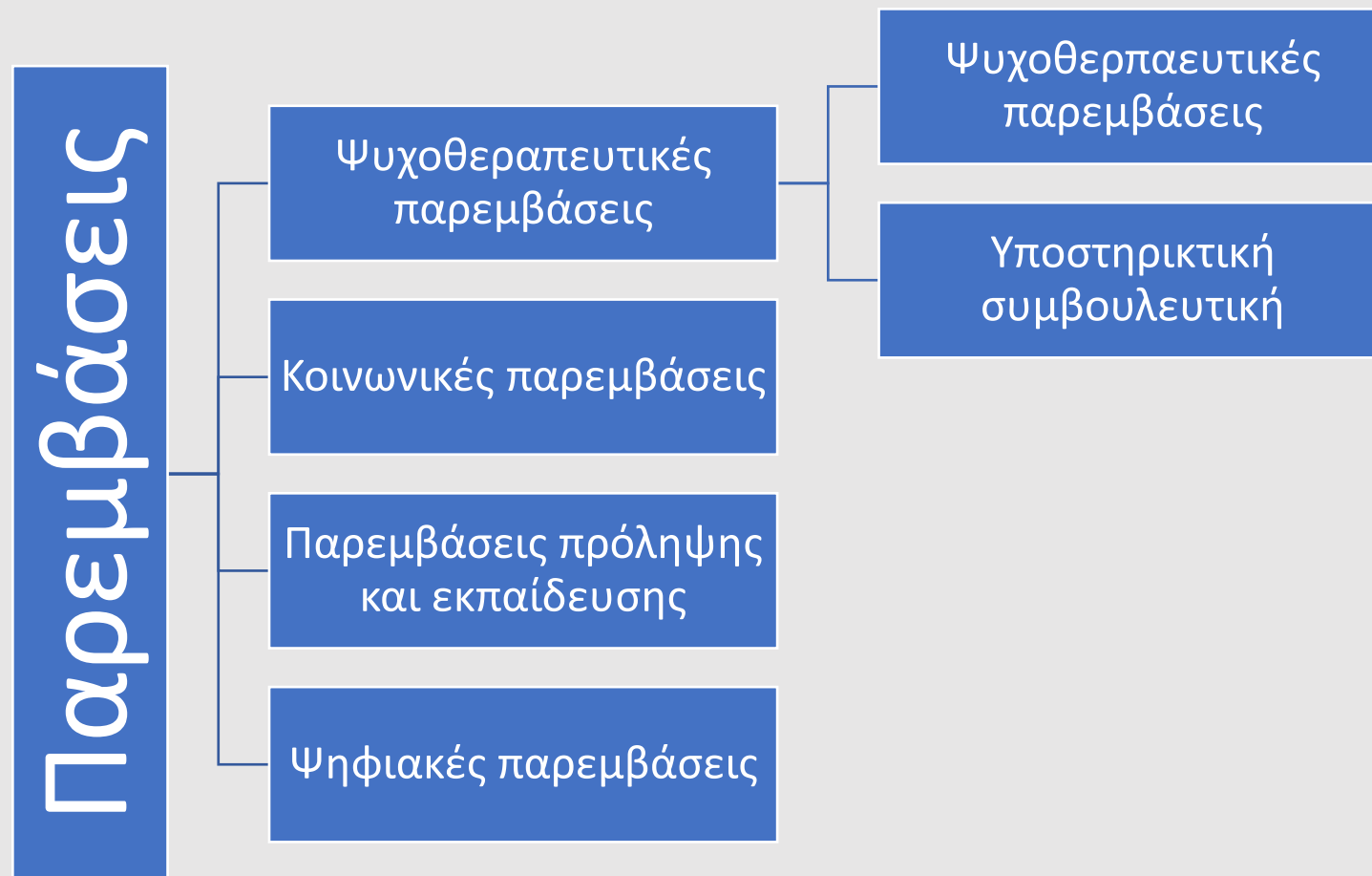


Εφαρμοσμένα Θέματα Παθολογικού Γήρατος

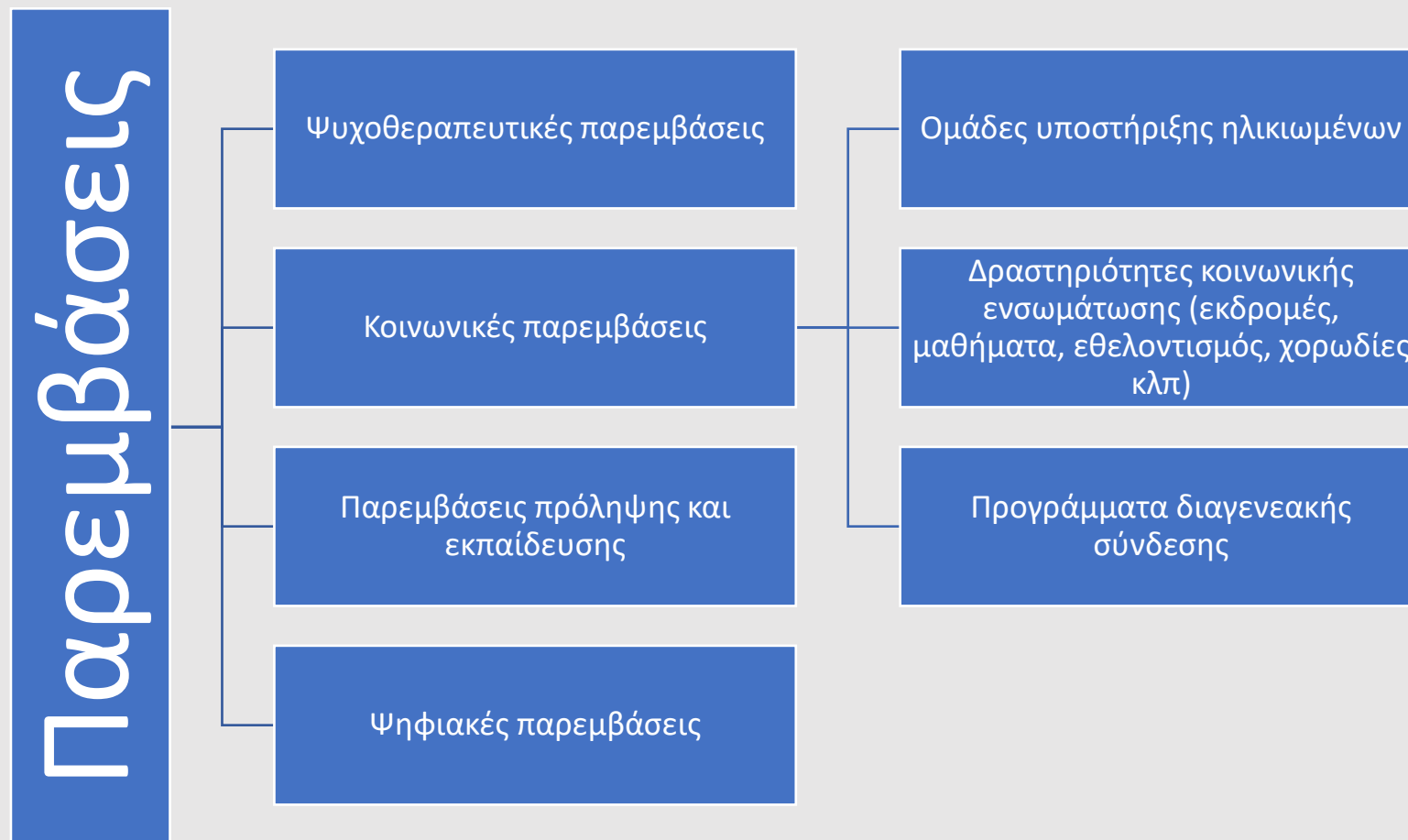
Μάθημα 9: Θεραπευτικές παρεμβάσεις

Παρεμβάσεις για γενικό πληθυσμό ηλικιωμένων ατόμων

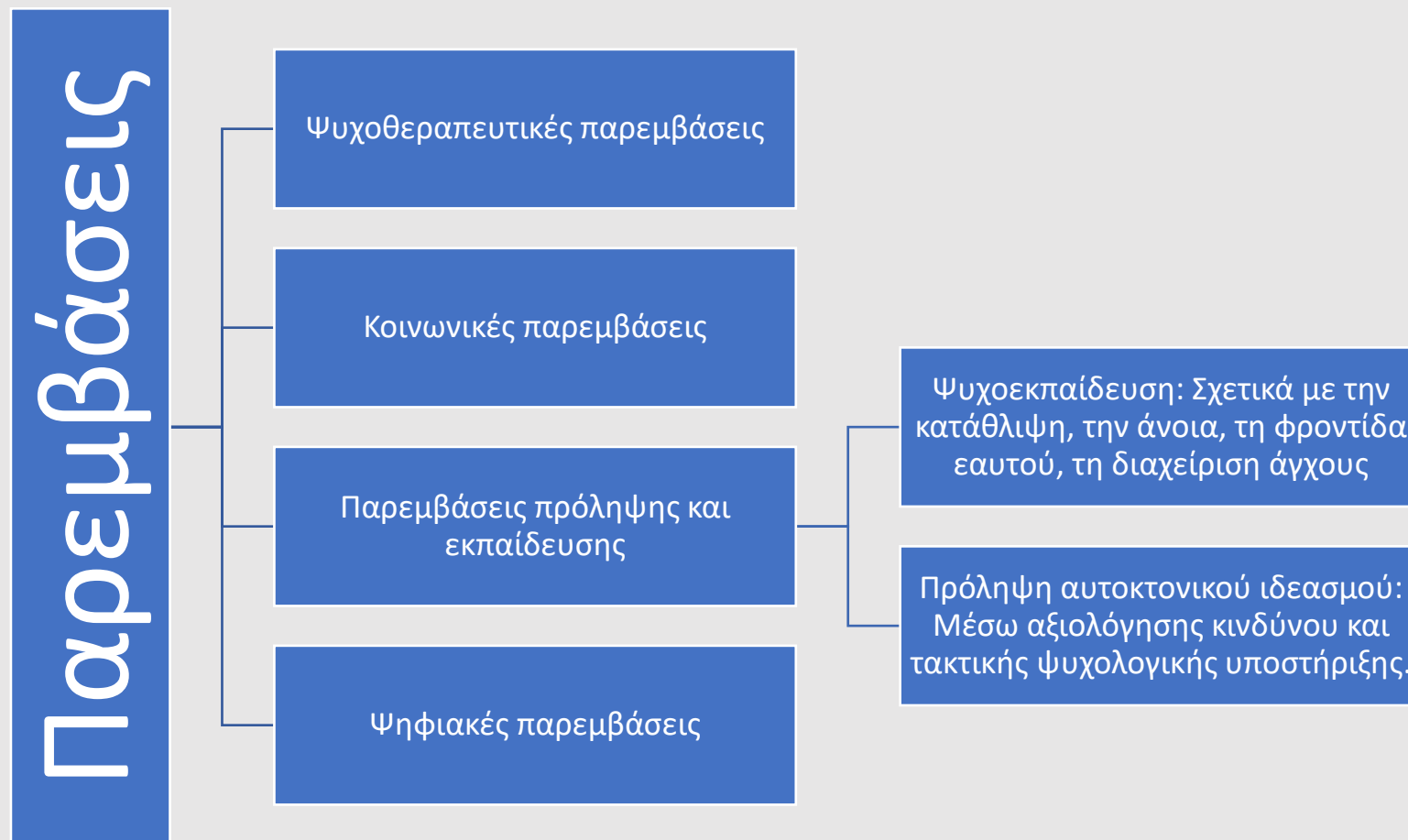
Είδη παρεμβάσεων



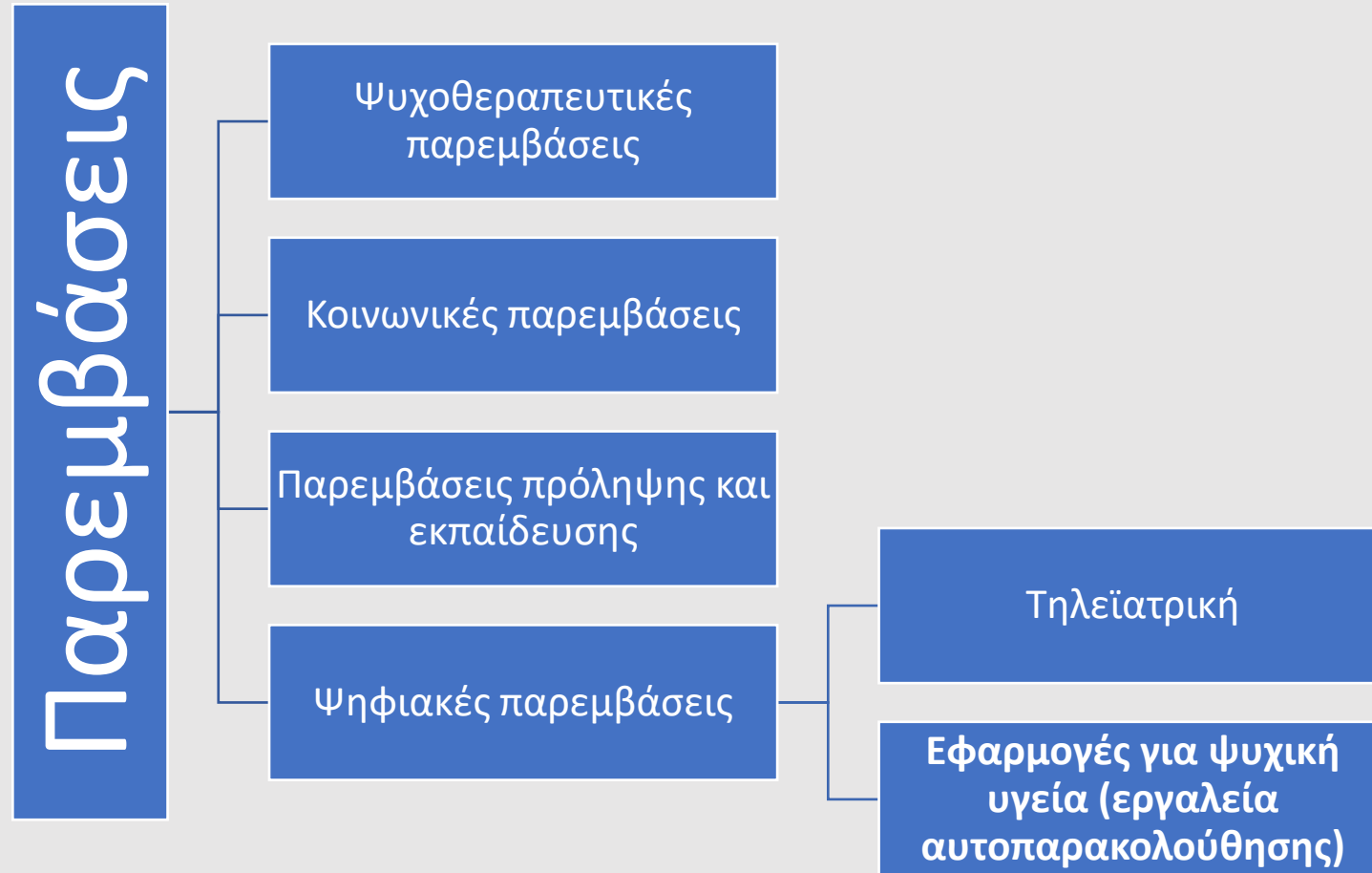
Είδη παρεμβάσεων



Είδη παρεμβάσεων



Είδη παρεμβάσεων



Παρεμβάσεις για άτομα με άνοια ή νοητική έκπτωση

Ολοκληρωμένη θεραπευτική παρέμβαση στη Νόσο Alzheimer

Βιολογικό επίπεδο (φαρμακευτική αγωγή)

Οι τρέχουσες θεραπείες είναι συμπτωματικές, βελτιώνουν την ποιότητα ζωής ασθενών και φροντιστών, αλλά αδυνατούν να υπερβούν το όριο της μερικής επιβράδυνσης της πορείας της νόσου

Υπάρχει ανάγκη για παρεμβάσεις που θα τροποποιούν δραστικά την πορεία της νόσου (ριζική θεραπεία)

Νοητικό επίπεδο

Ανάλογα με τις ανάγκες και το στάδιο της νόσου: γνωστικές παρεμβάσεις για ενίσχυση ή προσαρμογή γνωστικών δεξιοτήτων, λογοθεραπεία, εργοθεραπεία, θεραπείες τέχνης, τεχνικές διαχείρισης άγχους και κατάθλιψης

Κοινωνικό επίπεδο

Εκπαίδευση, συμβουλευτική και υποστήριξη φροντιστών

Ολοκληρωμένη θεραπευτική παρέμβαση στη Νόσο Alzheimer

- ✓ Η ανακοίνωση της διάγνωσης στον ασθενή και την οικογένεια του πρέπει να συνοδεύεται από πληροφορίες για τη νόσο και την εξέλιξή της. Η **διασύνδεση με οργανώσεις Alzheimer** πρέπει να ενθαρρύνεται από τους θεράποντες γιατρούς
- ✓ Στους φροντιστές πρέπει να προσφέρουμε **υποστήριξη, εκπαίδευση και οδηγίες** για μη φαρμακευτικές θεραπείες

Πλαστικότητα εγκεφάλου

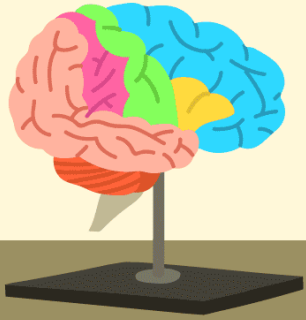
Η πλαστικότητα του εγκεφάλου αναφέρεται στην ικανότητα του νευρικού συστήματος να αλλάζει τη δομή και τη λειτουργία του καθ 'όλη τη ζωή του, ως αντίδραση στην ποικιλομορφία του περιβάλλοντος

Η πλαστικότητα επιτρέπει τους νευρώνες να αναγεννηθούν τόσο ανατομικά και λειτουργικά και να σχηματίσουν νέες συναπτικές συνδέσεις

Μέσω της συνεχής αναδιοργάνωσης των συνδέσεων μεταξύ των νευρικών κυττάρων, ο άνθρωπος μαθαίνει και προσαρμόζεται σε διαφορετικές εμπειρίες

The 2 Types of Brain Plasticity

What is Neuroplasticity
(aka Brain Plasticity)?



Brain's ability to
change and adapt

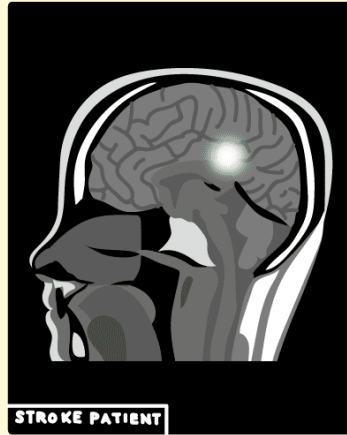
verywell

Type 1: Structural Plasticity



Experiences or memories
change a brain's physical
structure

Type 2: Functional Plasticity



Brain functions move from
damaged area to
undamaged area

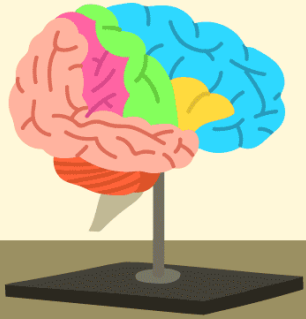
Όταν ο ανθρώπινος εγκέφαλος ασχολείται με μια νέα μάθηση ή μια νέα εμπειρία σχηματίζει νέα νευρωνικά κυκλώματα για την ενδοεπικοινωνία των νευρώνων του

Με κάθε νέα γνώση ή εμπειρία, η συναπτική διαβίβαση (η επικοινωνία μεταξύ των νευρώνων που συμμετέχουν) ενισχύεται, δηλαδή τα ηλεκτρικά σήματα μεταδίδονται πιο γρήγορα και εύκολα

Αυτό επιτυγχάνεται με τη μάθηση και τη μνήμη μέσω της επαναλαμβανόμενης πρακτικής εξάσκησης

The 2 Types of Brain Plasticity

What is Neuroplasticity
(aka Brain Plasticity)?



Brain's ability to
change and adapt

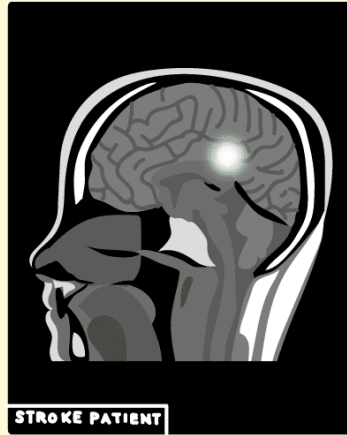
verywell

Type 1: Structural Plasticity



Experiences or memories
change a brain's physical
structure

Type 2: Functional Plasticity



Brain functions move from
damaged area to
undamaged area

Μία περιοχή του εγκεφάλου που επιτελεί συγκεκριμένη λειτουργία έχει υποστεί βλάβη και άρα έλλειμμα λειτουργίας

Στρατολόγηση διαφορετικών ή απομακρυσμένων νευρωνικών κυκλωμάτων που επιτρέπει την εμφάνιση της συγκεκριμένης λειτουργίας, αλλά ίσως με διαφορετικό τρόπο

Αναδιανομή ή αναδημιουργία εναλλακτικών οδών ή περιοχών του εγκεφάλου που δεν έχουν υποστεί βλάβη (γειτονικές στην πληγείσα περιοχή ή ομόλογες περιοχές στο αντίθετο ημισφαίριο)

Αντιστάθμιση και όχι επανόρθωση

Μη φαρμακευτικές ή ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της Άνοιας

Αφορούν:

- Άτομα με άνοια
- Άτομα με Ήπια Νοητική Διαταραχή
- Άτομα με φυσιολογική νοητική επίδοση, αλλά με έντονη ανησυχία για επικείμενη νοητική έκπτωση (άτομα με υποκειμενική νοητική έκπτωση)
- Οικογένειες ατόμων με άνοια

Στη δημιουργία τους συνέβαλαν:

- Η έλλειψη αιτιολογικής θεραπείας
- Η σημαντική κοινωνική διάσταση της άνοιας

Μη φαρμακευτικές ή ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της Άνοιας

Άτομα με άνοια

- Διατήρηση της καθημερινής λειτουργικότητας και της αυτονομίας
- Βελτίωση της ποιότητας ζωής
- Κοινωνικοποίηση
- Αντιμετώπιση νευροψυχιατρικών συμπτωμάτων

Άτομα με ΗΝΔ

- Επιβράδυνση νοητικής έκπτωσης
- Βελτίωση της ποιότητας ζωής
- Κοινωνικοποίηση

Νοητικά υγιή άτομα

- Πρόληψη νοητικής έκπτωσης
- Βελτίωση της ποιότητας ζωής
- Κοινωνικοποίηση

Φροντιστές ατόμων με άνοια

- Βελτίωση της καθημερινής ζωής
- Βελτίωση της φροντίδας
- Διαχείριση της νόσου

Μη φαρμακευτικές ή ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της Άνοιας

Πλεονεκτήματα:

- Μεγιστοποιούν το θετικό αποτέλεσμα σε συνδυασμό με τα φάρμακα - δεν έχουν ανεπιθύμητες ενέργειες
- Είναι ευέλικτες:
 - Προσαρμόζονται στις ιδιαίτερες ανάγκες κάθε ασθενούς
 - Εφαρμόζονται σε ασθενείς με διαφορετικά είδη άνοιας
 - Διαφοροποιούνται σε επίπεδο στόχων, μέσων και μορφής ανάλογα με το στάδιο της νόσου στο οποίο βρίσκεται ο ασθενής
- Βοηθούν στην διατήρηση των νοητικών λειτουργιών για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα πάντα συνδυαστικά με την φαρμακευτική αγωγή
- Οι ασθενείς διατηρούν την αίσθηση ότι είναι ικανοί, αποτελεσματικοί, λαμβάνουν πρωτοβουλίες

Μη φαρμακευτικές ή ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της Άνοιας

Πλεονεκτήματα:

- Δίνεται η ευκαιρία για συναισθηματική έκφραση του ασθενούς
- Βελτιώνουν τα συμπεριφορικά και ψυχολογικά συμπτώματα της άνοιας (επιθετική συμπεριφορά, παθολογική κινητική συμπεριφορά, άγχος, απάθεια-καταθλιπτική συμπτωματολογία, ευφορία κτλ)
- Ενισχύουν την διατήρηση της αυτονομίας των ατόμων με διαταραχές μνήμης για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα
- Βοηθούν στην κατανόηση των ικανοτήτων και περιορισμών των ατόμων με άνοια και αξιοποίηση αυτών για τα μέγιστα δυνατά αποτελέσματα
- Βελτιώνουν τη ποιότητα ζωής των ατόμων με άνοια και των οικογενειών τους (φορτίο του φροντιστή)

Μη φαρμακευτικές ή ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση της Άνοιας

- Νοητική άσκηση
- Λογοθεραπεία
- Εργοθεραπεία
- Συμβουλευτική / Ψυχοθεραπεία
- Θεραπεία δι' αναμνήσεων
- Θεραπείες τέχνης
- Φυσικοθεραπεία
- Γυμναστική

Διαφοροποίηση ανάλογα με το νοητικό
επίπεδο των ατόμων και το στάδιο της
νόσου

Θεραπείες για τη διατήρηση ή βελτίωση της νοητικής λειτουργίας: Η Νοητική Άσκηση

Αφορά την εξάσκηση των διάφορων νοητικών λειτουργιών (της μνήμης, του λόγου, των επιτελικών ικανοτήτων, της προσοχής και της οπτικοχωρικής λειτουργίας)

Ομαδικά ή ατομικά προγράμματα

Ασκήσεις σχεδιασμένες από επαγγελματίες υγείας και προσαρμοσμένες στις ικανότητες των ατόμων

Απευθύνεται κυρίως σε:

- Άτομα με ΗΝΔ (με στόχο τη διατήρηση της νοητικής λειτουργίας ή την επιβράδυνση της έκπτωσης)
- Άτομα με φυσιολογική νοητική επίδοση (με στόχο την πρόληψη)

Νοητική Άσκηση - Παραδείγματα

3 ρήματα από «φ»	4 πόλεις από «Κ»	3 επαγγέλματα από Δ	5 λέξεις σχετικές με την τράπεζα
3 φρούτα από «Μ»	5 νησιά από «Σ»	8 άγρια ζώα	3 λαχανικά από «Σ»

Νοητική Άσκηση - Παραδείγματα

Α Τ Γ Α

Α Ο Γ Λ Ο

Ο Υ Γ Α Ι Δ Ρ Ι

Γ Η Ρ Ι Σ Τ

Μ Ι Α Μ Υ Ο

Θ Η Κ Ι Σ Π Ο

Ε Σ Φ Α Ν Τ Α Λ Ε

Α Φ Α Λ Ι Ν Α

Φ Α Ε Λ Ι

Ρ Α Π Ο Β Ο Τ

Κ Π Κ Ο Α Α Μ Λ Ι

Ν Ι Ο Κ Α Σ

Ρ Ο Γ Ι Α

Π Ν Δ Ο Ε Ι

Νοητική Άσκηση - Παραδείγματα

Βρες τα γράμματα (ή και συλλαβές) που λείπουν, ώστε αν τα προσθέσεις στο τέλος πρώτης λέξης και στην αρχή της δεύτερης, να έχεις δύο ξεχωριστές λέξεις.

Πυξι

δα

χτυλο

ΦΙΛΕ

ΚΟΣ

ΚΑ

ΑΤΡΟ

ΚΟΝ

ΥΡΟΣ

ΦΟΥ

ΒΛΟΣ

ΦΙΛΕ

ΛΛΙΑ

ΤΣΙΓΑΡΟ

ΠΟΛΕΜΟΣ

ΑΛΗΘΙ

ΤΙΜΟΣ

ΜΥ

ΛΑ

ΠΑΡΑ

ΣΤΟΡΗΜΑ

ΣΦΥ

ΓΑΝΗ

Νοητική Άσκηση - Παραδείγματα

1. Είναι ένα σύμφωνο του ελληνικού αλφάβητου _____ και αν προσθέσουμε ένα γράμμα γίνεται κάτι που σημαδεύει και συνήθως ντροπιάζει εκείνον που το φέρει _____
2. Είναι αυτός που επιτηρεί και φροντίζει για την ασφάλεια κάποιου χώρου _____ και αν αλλάξουμε ένα γράμμα γίνεται ο μικρός σάκος, ή κοιλότητα _____
3. Είναι το νήμα και το χρησιμοποίησε η Αριάδνη _____ και προσθέσουμε μία συλλαβή γίνεται μία λέξη που περιγράφει αυτόν που δεν αγαπάμε _____
4. Είναι ένα έντομο που προκαλεί ζημιές _____ και αν αλλάξουμε ένα γράμμα τον χρησιμοποιούμε για να μεταφέρουμε πράγματα (και ρούχα) _____
5. Τον έχει η μπίρα _____ και αν αλλάξουμε ένα γράμμα γίνεται η καλλιεργήσιμη έκταση _____

Θεραπείες για τη διατήρηση ή βελτίωση της νοητικής λειτουργίας: Η Νοητική Άσκηση

Μειονέκτημα- ερώτημα:

- Γενίκευση της δράσης

Μελέτες μέχρι τώρα:

- Δείχνουν ότι για να είναι αποτελεσματική πρέπει να είναι συνεχόμενη και όσο γίνεται πιο προσωποποιημένη, να εστιάζει στις ανάγκες του κάθε ατόμου
- Μειωμένη αποτελεσματικότητα σε άτομα με άνοια

Εφαρμογές Νοητικής Άσκησης (πχ. CogniFit, BrainQ, Eligence)

Θεραπείες για τη διατήρηση ή βελτίωση της νοητικής λειτουργίας: Η Γνωστική διέγερση

- Ομαδική δραστηριότητα
- Οι συνεδρίες ακολουθούν ένα δομημένο πρόγραμμα με θεματικές δραστηριότητες που στοχεύουν στην ενεργοποίηση και τη συμμετοχή των συμμετεχόντων
- Περιλαμβάνει συζητήσεις για παλαιά γεγονότα, λεκτικά παιχνίδια, γρίφους, παζλ, παιχνίδια με κάρτες, μουσική, ακόμα και πρακτικές δραστηριότητες όπως μαγείρεμα

Στόχοι:

- Η ενίσχυση των ικανοτήτων, των δεξιοτήτων και των γνώσεων που διατηρούν τα άτομα
- Η ενίσχυση κοινωνικής αλληλεπίδρασης
- Η διαχείριση των νευροψυχιατρικών συμπτωμάτων της άνοιας

Θεραπείες για τη διατήρηση ή βελτίωση της νοητικής λειτουργίας: Η Γνωστική διέγερση



Θεραπείες για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής: Η Θεραπεία δι' Αναμνήσεων

- Οι συμμετέχοντες θυμούνται και διηγούνται αναμνήσεις τους
- Η παρέμβαση συνήθως πραγματοποιείται σε ομάδες και ο συντονιστής (επαγγελματίας υγείας) της ομάδας μπορεί να θέσει ένα θέμα (πχ. ταξίδια, πρώτη εργασία, φιλίες, κάποιο ιστορικό σημαντικό γεγονός που έζησαν τα μέλη, κλπ) ή μία χρονική περίοδο (πχ. εφηβεία) προς συζήτηση
- Χρήση υλικού, όπως φωτογραφίες συμμετεχόντων, τραγούδια που τους αρέσουν, κλπ.
- Αφορά άτομα με αρχικού και μεσαίου σταδίου Άνοια.
- Χρησιμοποιεί τις διατηρημένες αναμνήσεις των ατόμων και δεν εστιάζει στην έκπτωση της μνήμης ή των άλλων νοητικών λειτουργιών.
- Πρόκειται για μία παρέμβαση που στοχεύει στη βελτίωση της ποιότητας ζωής και στην διατήρηση της ταυτότητας των ατόμων με Άνοια

Θεραπείες για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής: Οι ομάδες αλληλοϋποστήριξης

- Αποτελούνται από μικρό αριθμό ατόμων που αντιμετωπίζουν ίδιες νοητικές δυσκολίες, έχουν διαγνωστεί με Άνοια και στις συναντήσεις τους μοιράζονται τις εμπειρίες τους και τις σκέψεις τους με στόχο να υποστηρίξουν ο ένας τον άλλον
- Κυρίως για άτομα με αρχικού βαθμού Άνοια,
- Συμμετέχοντες αυτών των ομάδων συχνά αναφέρουν ότι νιώθουν μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση και λιγότερη θλίψη, ενώ έχουν καλύτερη ποιότητα ζωής

Θεραπείες για τη βελτίωση της ποιότητας ζωής: Θεραπείες τέχνης

- Οι θεραπείες τέχνης αναγνωρίζονται όλο και περισσότερο ως μια ευεργετική παρέμβαση για άτομα με Άνοια.
- Μη λεκτική διέξοδος για συναισθηματική έκφραση
- Δραστηριότητες όπως η ζωγραφική, το σχέδιο ή η γλυπτική
- Αυτές οι δραστηριότητες συχνά προκαλούν θετικές αναμνήσεις και συναισθήματα, προσφέροντας μια αίσθηση ολοκλήρωσης και χαράς

Παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση των νευροψυχιατρικών συμπτωμάτων

- Πολυαισθητηριακή διέγερση ή Snoezelen
- Αρωματοθεραπεία
- Φωτοθεραπεία
- Μοψυσικοθεραπεία

Πολυαισθητηριακή διέγερση ή Snoezelen

- Αφορά: άτομα στο μεσαίο και προχωρημένο στάδιο Άνοιας
- Υπόθεση: η αισθητηριακή στέρηση οδηγεί στην επιθετικότητα, τη σύγχυση, το άγχος και την άσκοπη περιπλάνηση
- Μέσο: η διέγερση των αισθήσεων με το φως, τα χρώματα, την αφή, την μυρωδιά και τους ήχους που παράγονται σε ειδικά σχεδιασμένο χώρο
- Στόχος: η βελτίωση των νευροψυχιατρικών διαταραχών
- Αποτελεσματικότητα: εμφανής αμέσως μετά την παρέμβαση, αλλά δεν υπάρχουν μελέτες για τη μακροχρόνια αποτελεσματικότητα της συμμετοχής σε ένα δομημένο πρόγραμμα πολυαισθητηριακής διέγερσης



Παρεμβάσεις για την αντιμετώπιση των νευροψυχιατρικών συμπτωμάτων

	Αρωματοθεραπεία	Φωτοθεραπεία	Μουσικοθεραπεία
Μέθοδος:	Χρησιμοποιεί αρωματικά αιθέρια έλαια από φυτά, λουλούδια, βότανα και δέντρα	Θεραπεία με έντονο φως	Ακρόαση μουσικής και γενικά οποιαδήποτε μορφή ενασχόλησης με τη μουσική
Στόχος:	Βελτίωση ύπνου, ανακούφιση από άγχος, διαχείριση του πόνου και αντιμετώπιση σωματικών ενοχλημάτων, συναισθηματική ευεξία	Ρύθμιση του κιρκάδιου ρυθμού, αντιμετώπιση διαταραχών ύπνου	Συναισθηματική έκφραση, ανάσυρση παλιότερων αναμνήσεων, μείωση στρες, ενίσχυση κοινωνικής αλληλεπίδρασης
Αποτελεσματικότητα:	Απαιτούνται περισσότερες μελέτες	Απαιτούνται περισσότερες μελέτες	Μετα-ανάλυση: οι θεραπείες που βασίζονται στη μουσική βελτιώνουν ποιότητα ζωής, συναισθηματική ευεξία, συμπτώματα της κατάθλιψης και προβλήματα συμπεριφοράς, αλλά όχι την επιθετική συμπεριφορά . Καμία επίδραση στη νοητική λειτουργία

Συστάσεις για την αντιμετώπιση της άνοιας

Το National Institute for Health and Care Excellence έχει εκδώσει κάποιες οδηγίες για την διαχείριση της Άνοιας και την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της.

Μέσα σε αυτές τις οδηγίες αναφέρονται και τα παρακάτω:

- Είναι σημαντικό οι επαγγελματίες να συστήνουν στα άτομα με Άνοια και τις οικογένειές τους δομές όπου εφαρμόζονται ποικίλες δραστηριότητες. Οι δραστηριότητες αυτές είναι σημαντικό να είναι προσωποποιημένες και κοντά στις ανάγκες του κάθε ατόμου, με στόχο την προώθηση της ευημερίας του κάθε ατόμου.
- Συστήνεται η παροχή ομαδικών προγραμμάτων γνωστικής διέγερσης στα άτομα με αρχικού ή μεσαίου βαθμού Άνοια.
- Η θεραπεία δι' αναμνήσεων είναι μία από τις ψυχοκοινωνικές παρεμβάσεις που ωφελεί τα άτομα με αρχικού ή μεσαίου βαθμού Άνοια.
- Η νοητική άσκηση δεν συστήνεται ως επιλογή για την αντιμετώπιση της Άνοιας αρχικού ή μεσαίου βαθμού.

Παρεμβάσεις για φροντιστές ατόμων με άνοια

Ποιοι είναι οι φροντιστές των ατόμων με άνοια

Βασικές έννοιες

- *Φροντιστής*: το άτομο που παρέχει φροντίδα
- *Κύριος φροντιστής*: το άτομο που αναλαμβάνει το βασικό ρόλο στη φροντίδα του ασθενούς
- *Επαγγελματίας φροντιστής*: το άτομο που αναλαμβάνει τη φροντίδα κάποιου έναντι χρηματικής αμοιβής
- *Οικογενειακός (ή άτυπος, ανεπίσημος) φροντιστής*: το άτομο που αναλαμβάνει τη φροντίδα κάποιου μέλους του οικογενειακού ή του ευρύτερου φιλικού περιβάλλοντος και δεν λαμβάνει χρηματική αμοιβή

Ποιοι είναι οι φροντιστές των ατόμων με άνοια

Δημογραφικά χαρακτηριστικά φροντιστών- Διεθνή δεδομένα

Φύλο

Περίπου 60% των φροντιστών ατόμων με άνοια είναι γυναίκες

ΗΠΑ: 62%

Ιαπωνία: 52%

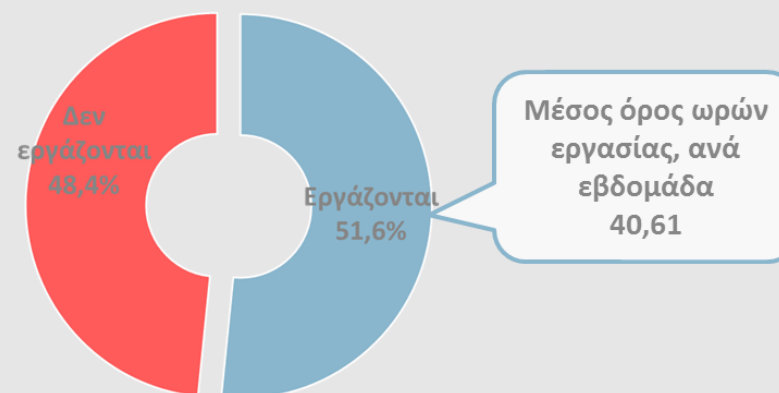
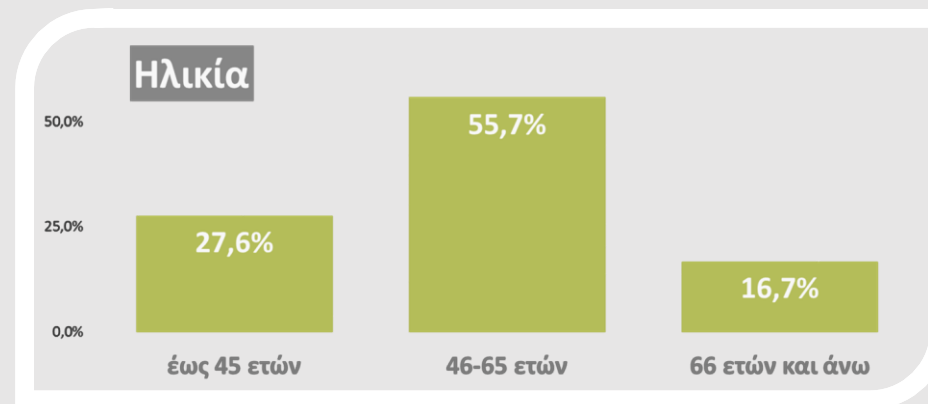
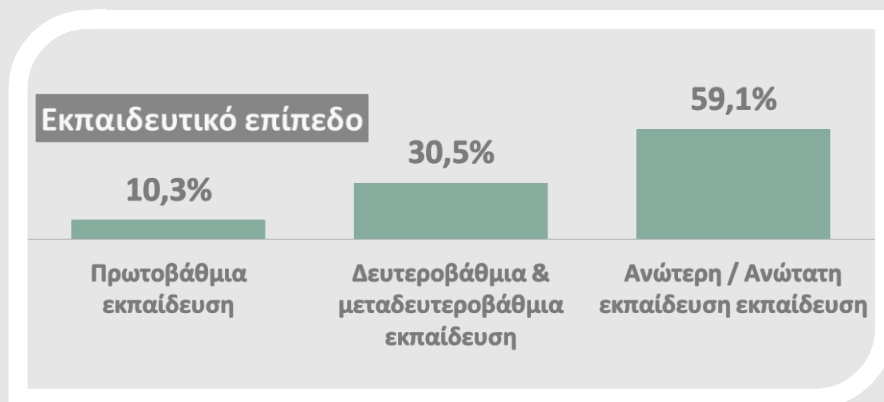
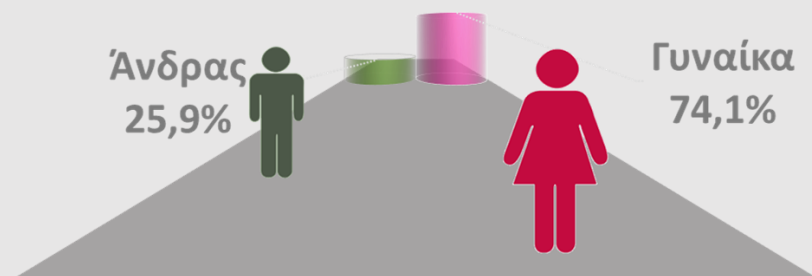
Ευρωπαϊκές χώρες: 57%

Ηλικία

Περίπου 30% των φροντιστών είναι άνω των 65 ετών

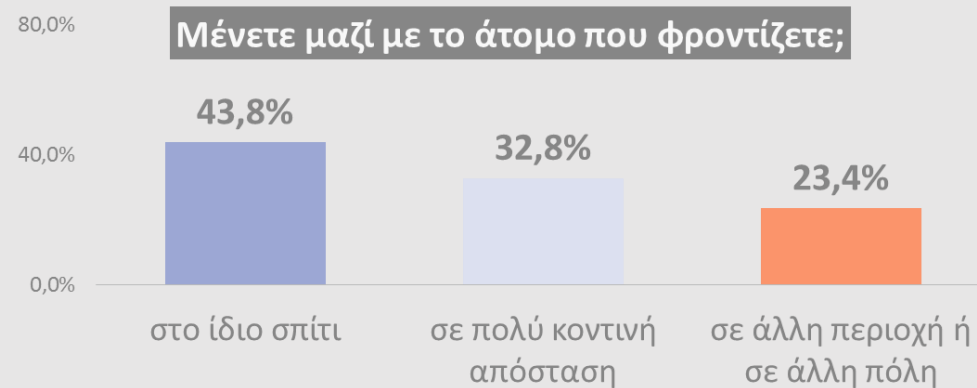
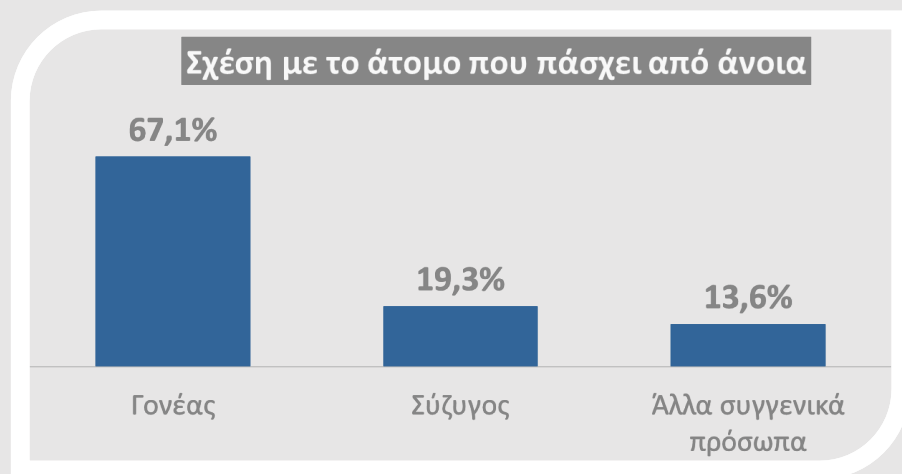
Ποιοι είναι οι φροντιστές των ατόμων με άνοια

Ελληνικά Δεδομένα



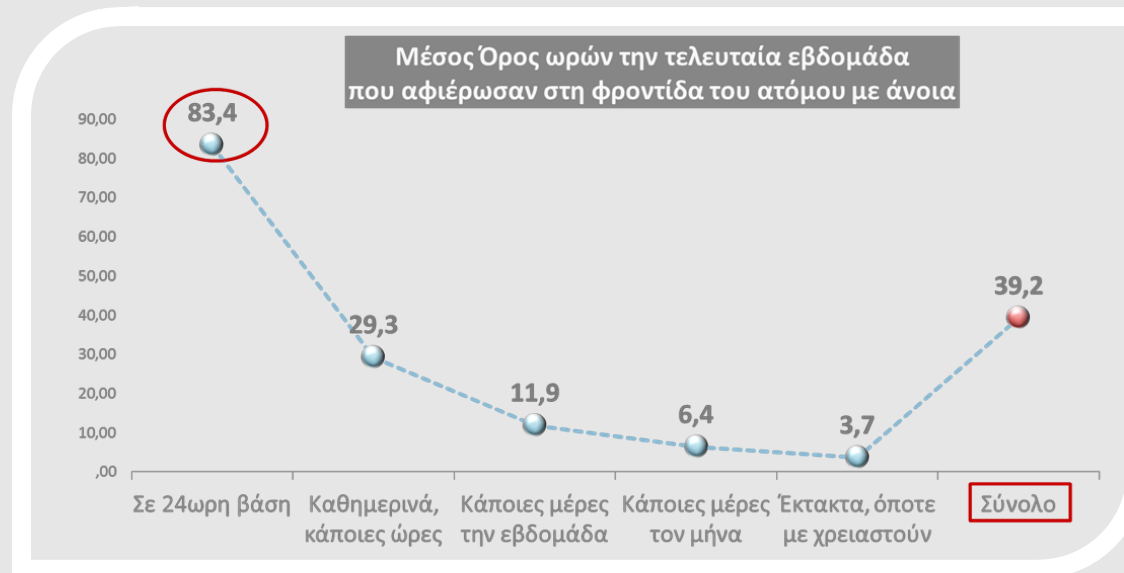
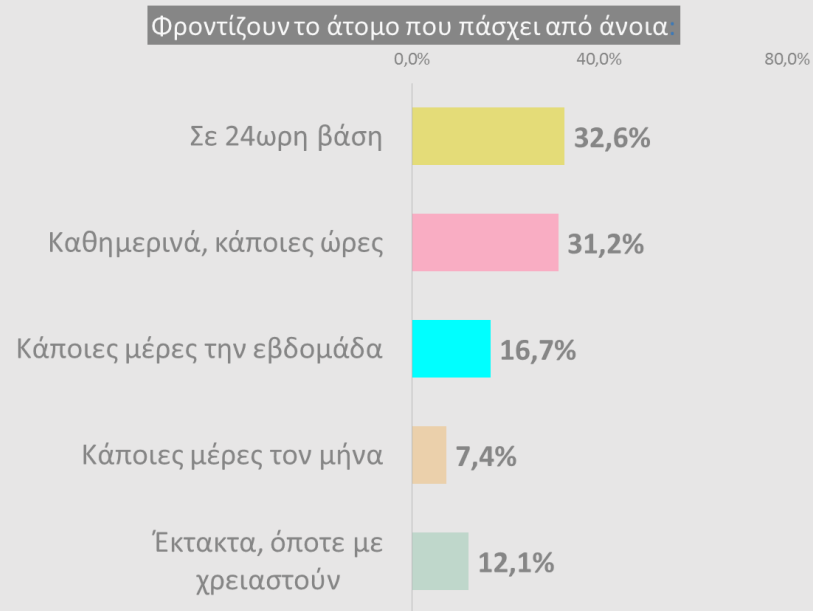
Ποιοι είναι οι φροντιστές των ατόμων με άνοια

Ελληνικά Δεδομένα



Ποιοι είναι οι φροντιστές των ατόμων με άνοια

Ελληνικά Δεδομένα



Το έργο των φροντιστών

Dementia Caregiving Tasks

Helping with instrumental activities of daily living (IADLs), such as household chores, shopping, preparing meals, providing transportation, arranging for doctor's appointments, managing finances and legal affairs, and answering the telephone.

Helping the person take medications correctly, either via reminders or direct administration of medications.

Helping the person adhere to treatment recommendations for dementia or other medical conditions.

Assisting with personal activities of daily living (ADLs), such as bathing, dressing, grooming and feeding and helping the person walk, transfer from bed to chair, use the toilet and manage incontinence.

Managing behavioral symptoms of the disease such as aggressive behavior, wandering, depressive mood, agitation, anxiety, repetitive activity and nighttime disturbances.

Finding and using support services such as support groups and adult day service programs.

Making arrangements for paid in-home, nursing home or assisted living care.

Hiring and supervising others who provide care.

Assuming additional responsibilities that are not necessarily specific tasks, such as:

- Providing overall management of getting through the day.
- Addressing family issues related to caring for a relative with Alzheimer's disease, including communication with other family members about care plans, decision-making and arrangements for respite for the main caregiver.
- Managing other health conditions (i.e., "comorbidities"), such as arthritis, diabetes or cancer.
- Providing emotional support and a sense of security.

Το έργο των φροντιστών

Αρχικό στάδιο

- Βοήθεια στην εκτέλεση σύνθετων δραστηριοτήτων (οικονομικές υποχρεώσεις, νομικά θέματα), εποπτεία καθημερινών υποχρεώσεων (υπενθύμιση ραντεβού, λήψη φαρμάκων)

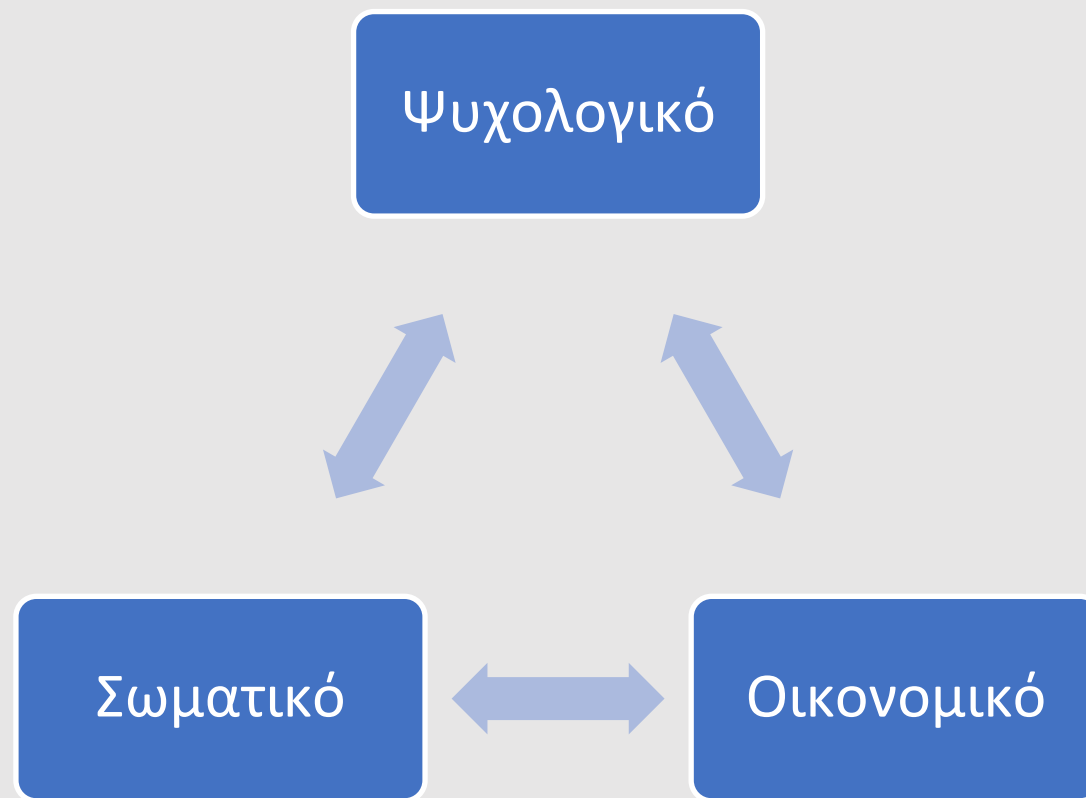
Μεσαίο και προχωρημένο στάδιο

- Βοήθεια στην εκτέλεση καθημερινών δραστηριοτήτων (ντύσιμο, πλύσιμο, καθημερινή περιποίηση κτλ.)
- 24ωρη επίβλεψη των ασθενών (για τον καλύτερο έλεγχο των διαταραχών της συμπεριφοράς και την ασφάλεια του ατόμου με άνοια)

Φορτίο φροντιστών

Φορτίο φροντιστών

Ο όρος «φορτίο φροντιστών» έχει επικρατήσει διεθνώς και αφορά στα βάρη (σωματικά, συναισθηματικά ή/και οικονομικά) που επωμίζονται οι φροντιστές ενός πάσχοντα από χρόνια νόσημα που προκαλεί αναπηρία



Φορτίο φροντιστών

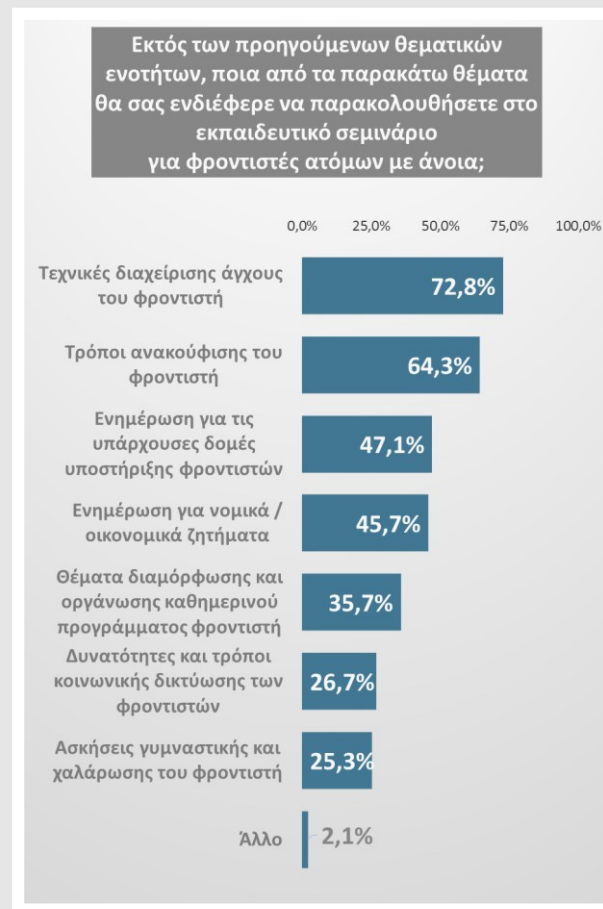
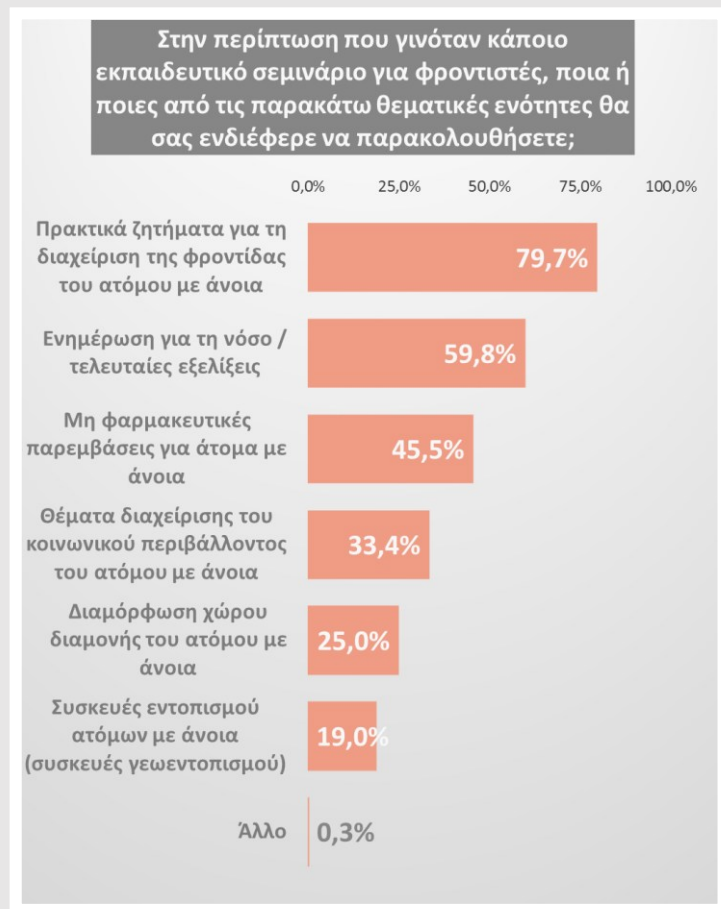
Παράγοντες που επηρεάζουν το φορτίο των φροντιστών:

- Χαρακτηριστικά ασθενών: ηλικία, χρόνος από την έναρξη της διάγνωσης - διάρκεια νόσου, στάδιο νόσου, νοητικά ελλείμματα, λειτουργική έκπτωση, συμπεριφορικά συμπτώματα
- Χαρακτηριστικά φροντιστή: ηλικία, φύλο, επαγγελματική κατάσταση
- Το πλαίσιο της φροντίδας: σχέση ασθενή-φροντιστή, τόπος διαμονής, συγκατοίκηση, είδος φροντίδας που παρέχεται, κόστος, στίγμα

Φορτίο φροντιστών



Φορτίο φροντιστών



Εισαγωγή στις Νοητικές Λειτουργίες

ΠΙΝΑΚΑΣ 18.1 Πίνακας υποστηρικτικών δράσεων για φροντιστές ατόμων με άνοια

Εκπαίδευση των φροντιστών: απόκτηση βασικών γνώσεων γύρω από την άνοια	– ενστάλαξη ελπίδας – κατανόηση του εύρους των προβλημάτων ενός ατόμου με άνοια – κατανόηση ότι η άνοια μπορεί να επιφέρει αλλαγές στη συμπεριφορά
Ανάπτυξη δεξιοτήτων σχετικών με τη φροντίδα	– αποτελεσματική επικοινωνία με τον ασθενή – τρόπος λήψης καθημερινών αποφάσεων – υποστήριξη του ασθενούς στις καθημερινές του δραστηριότητες – ασφαλής οδήγηση, μόνος στο σπίτι, ασφαλής λήψη φαρμάκων – διαχείριση των συμπεριφορών ενός ατόμου με άνοια – ρόλος «συνηγόρου» του ασθενούς απέναντι σε τρίτους – διαχείριση αλλαγών στις συνθήκες φροντίδας (π.χ. μετακίνηση του ασθενούς σε σπίτι συγγενούς)
Αναγνώριση και αντιμετώπιση διαταραχών στην ψυχολογική κατάσταση του φροντιστή	– ψυχιατρικά συμπτώματα – κατάχρηση ουσιών και αλκοόλ – σωματική υγεία – προληπτική φροντίδα υγείας
Καθοδήγηση σχετικά με τη διαμόρφωση της καθημερινότητας	– αποφυγή κοινωνικής απομόνωσης – αποφυγή του φαινομένου «σκίασης»
Αντιμετώπιση ενδεχομένου λήψης αποφάσεων για τον ασθενή	– σύνταξη πληρεξουσίων

Όταν η λογική κυνηγάει τη μνήμη

Η πολυδιάστατη απειλή
της νόσου Αλτσχάιμερ
στον 21ο αιώνα



Επιστημονική επιμέλεια
Γιάννης Σωτηρόπουλος – Χριστίνα Δάλλα



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΚΡΗΤΗΣ | ΙΑΤΡΙΚΗ & ΚΟΙΝΩΝΙΑ

Εκπαίδευση φροντιστών



Άνοια:

(φύση της νόσου, συμπτώματα, στάδια, πρόγνωση, θεραπεία)

Ανάγκες ανοϊκού ασθενούς κατά στάδιο

Αλλαγές στον τρόπο ζωής – μακροπρόθεσμος σχεδιασμός

Αντιμετώπιση διαταραχών συμπεριφοράς

Επικοινωνία με τον ασθενή

Αντιμετώπιση καθημερινών καταστάσεων (φαγητό κ.α.)

Πνευματική άσκηση ασθενούς

Ρύθμιση νομικών – οικονομικών θεμάτων

Ανάγκες του φροντιστή

Συμβουλευτική φροντιστών

Τα προγράμματα συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας έχουν ως στόχο την αντιμετώπιση των **συναισθηματικών προκλήσεων** που συνοδεύουν την Άνοια, την **ανάπτυξη μηχανισμών αντιμετώπισης** αυτών των προκλήσεων και συνολικά τη **βελτίωση της ψυχικής υγείας**.

Έχει φανεί ότι τα προγράμματα συμβουλευτικής και ψυχοθεραπείας βοηθούν στη μείωση του άγχους και της κατάθλιψης των φροντιστών και στην ενίσχυση της συναισθηματικής τους ανθεκτικότητας.

Δομές για άτομα τρίτης ηλικίας

- ΚΑΠΗ
- ΚΗΦΗ
- Μονάδες Φροντίδας Ηλικιωμένων
- Προγράμματα βοήθεια στο σπίτι
- Κοινωνικά Ιατρεία
- Κέντρα Ημέρας για άτομα με άνοια
- Μονάδες ψυχογηριατρικής Νοσοκομείων
- Ιατρεία Μνήμης