

PROGRAM SOFINANCIRA



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE



CELOVITA
OBRAVNAVA
DEMENCE V
LOKALNIH OKOLJIH

Program CELOVITA OBRAVNAVA DEMENCE V LOKALNIH OKOLJIH 2021 – 2023



EMONICUM



2 in 3 people still think
that dementia is caused
by normal ageing

ADI 2019 global survey
www.alz.co.uk/worldreport2019



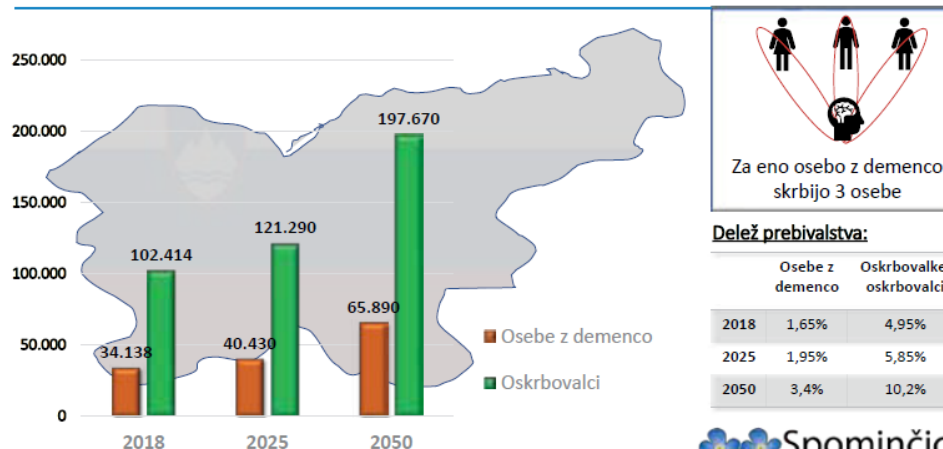
1 in 4 people think
there is nothing we can
do to prevent dementia

ADI 2019 global survey
www.alz.co.uk/worldreport2019

Demenca je po poročanju Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) eden največjih svetovnih izzivov na področju javnega zdravja. UVRSTITI DEMENCO MED PRIORITETE

Število obolelih za demenco narašča tako v Sloveniji kot v svetu.

2018 – 2050: Gibanje števila oseb z demenco in njihovih oskrbovalcev



Delež prebivalstva:

	Osebe z demenco	Oskrbovalke, oskrbovalci
2018	1,65%	4,95%
2025	1,95%	5,85%
2050	3,4%	10,2%

Vir podatkov: https://www.alzheimer-europe.org/sites/default/files/alzheimer_europe_dementia_in_europe_yearbook_2019.pdf
Anketa je del projekta "Celovita obravnava demence v lokalnih okoljih"; projekt financira Ministrstvo za zdravje Republike Slovenije





CILJI PROGRAMA

- Ozavešanje in zmanjševanje stigme
- usposobiti svojce in aktivne prostovoljce,
- izobraziti zaposlene v verigi oskrbe,
- aktivirati in povezati potenciale v demografsko ogroženih regijah,
- nadgraditi aktivnosti demenci prijaznih točk in
- oblikovati demenci prijazna lokalna okolja z dopolnjevanjem storitev javnih služb.

TOWARDS A DEMENTIA-INCLUSIVE SOCIETY, WHO, 2021



1. diagnoza lokalne skupnosti,
2. nadgradnja aktivnosti v lokalnih okoljih,
3. usposabljanje posameznih ciljnih,
4. strokovna podpora,
5. DPT – primer dobre prakse (WHO).

PILOTNA OKOLJA:

**HODOŠ,
OSILNICA,
TRBOVLJE,
POSTOJNA,
LENART,
MURSKA SOBOTA**



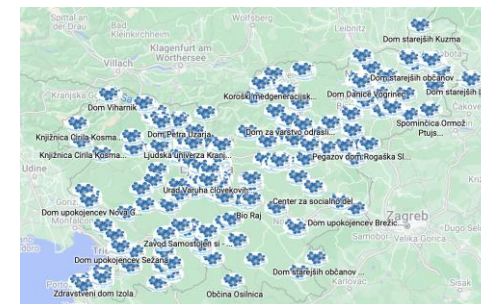
Učinki



- NADGRAJENA MREŽA IN AKTIVNOSTI **DEMENCI PRIJAZNIH TOČK**, KI JIH JE PO SLOVENIJI ŽE VEČ KOT 420
- DELUJOČI **ODBORI ZA OBRAVNAVO DEMENCE V LOKALNIH OKOLJIH**: PREDSTAVNIKI OBČINE, ZDRAVSTVA, SOCIALNEGA VARSTVA IN NVO
- **OBLIKOVANE VSEBINE IN DEJAVNOSTI OBRAVNAVE DEMENCE V POSAMEZNEM LOKALNEM OKOLJU**, KI BI V NAJVEČJI MERI PRIPOMOGLI K DVIGU KAKOVOSTI ŽIVLJENJA OSEB Z DEMENCO IN SVOJCEV
- **OBLIKOVAN KURIKULUM IZOBRAŽEVANJA ZAPOSLENIH V VERIGI OSKRBE OSEB Z DEMENCO – VERIFICIRAN NA SOCIALNI ZBORNICI IN ZBORNICI ZDRAVSTVENE NEGE**
- **IZPELJALI VEČ KOT 160 DELAVNIC, USPOSABLJANJ IN IZOBRAŽEVANJ, KI SE JIH JE UDELEŽILO VEČ KOT 3500 LJUDI**

CELOVITA OBRAVNAVA DEMENCE V LOKALNIH OKOLJIH
Program usposabljanja in dejav vseh lokalnih okolij

1. Vsebinski modul		Vsebine	
Ura	Načrt	Učinki	Učenci
15min	Prejeto udeleževanje Predstavitev programa in vsebine obravnave demence v lokalnih okoljih	Predstavitev vsebine, aktivnosti in učilnega programa. Predstavitev storitve pomoči in podpore osebam z demenco in njihovim svojcem v skupnosti. Predstavitev učnih vsebin.	Predstavitev storitve pomoči in podpore osebam z demenco in njihovim svojcem v skupnosti. Predstavitev učnih vsebin.
30min	Načrti in skizme	Prilagoditve stanovanja, glavna in redilniški procesi stanovanja, potrebe staršev ljudi, potrebe in želje ljudi	Prilagoditve stanovanja, glavna in redilniški procesi stanovanja, potrebe staršev ljudi, potrebe in želje ljudi
30min	Medijem	Spodbujanje razumevanja, medijem sprejemanje in procesno stanovanje	Spodbujanje razumevanja, medijem sprejemanje in procesno stanovanje
45min	Demenca	Kaj je demenca, kako se prepoznava, vrste demence, pomen splošnega oklepanja, obvladovanje, splošna izboljšanja za lokalna okolja	Kaj je demenca, kako se prepoznava, vrste demence, pomen splošnega oklepanja, obvladovanje, splošna izboljšanja za lokalna okolja
2. Vsebinski modul		Vsebine	
30min	Seh za boljše prakse zdravstvene nege	Prilagoditve potrebne skrbnosti za obvladovanje in krepitve zdravja Oprema in oprema za preprečevanje ostarelosti Sklepi, prakse, vsebine, izkušnje, oprema Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti	Prilagoditve potrebne skrbnosti za obvladovanje in krepitve zdravja Oprema in oprema za preprečevanje ostarelosti Sklepi, prakse, vsebine, izkušnje, oprema Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti
13.30 - 14.00	Medija izkušnje pri demenci	Prilagoditve potrebne skrbnosti za obvladovanje in krepitve zdravja Oprema in oprema za preprečevanje ostarelosti Sklepi, prakse, vsebine, izkušnje, oprema Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti	Prilagoditve potrebne skrbnosti za obvladovanje in krepitve zdravja Oprema in oprema za preprečevanje ostarelosti Sklepi, prakse, vsebine, izkušnje, oprema Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti Prilagoditve za preprečevanje ostarelosti





Ozaveščanje



41 medijskih objav – DELO ipd.

- dejavniki tveganja za demenco
- preventiva
- prvi znaki
- sporazumevanje
- nasveti za svojce, oskrbovalci
- zdravstvena pismenost
- opolnomočenje

Oglasno sporočilo

GOSPA MARIJA SE IZGUBI ...

Demenca ni del običajnega staranja. Je posledica kronične napredujoče bolezni možganov, ki povzroči propadanje možganskih celic. Najpogostejša je Alzheimerjeva bolezen. Kaže se z motnjami spomina, orientacije, prepoznavanja, računskih in učnih sposobnosti ter govorenja in presoje.

Demenca povzroči, da se oseba pogosto slabo orientira v prostoru, kar privede do tavanja. Osebe z

in njegove vsakodnevne rutine, ne pazimo na **nedavno fotografijo, ki je lahko ključnega pomena.** V primeru, da bi jo pogrešali, lahko policija hitro naredi objavo o pogrešani osebi, ki jo je mogoče razširiti v medije.

Poskrbimo, da ima vedno pri sebi podatke o kontaktni osebi (npr. v obliki kartončca v njegovem najljubšem puloverju, v budni, jakni ipd. ali jih napišemo na etiketo oblačil).

CELOVITA
OBRAVNAVA
DEMENCE V
LOKALNIH OKOLJIH

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program sofinancira
Ministrstvo za zdravje

www.spominca.si

Oglasno sporočilo

DEMENCA IN DRUŽINE

Demenca ne prizadeva samo bolnikov, ampak tudi njihove družine, partnerje, otroke, najbližje svoje in prijatelje. Ti naj bi z razumevanjem in potrpežljivostjo sprejemali osebnostne spremembe njihovega svojca, a na način njihovega odziva pomembno vplivajo odnosi, kakršne

Demenca v vseh okoljih vpliva na naraščajočo posega v življenje, znači sopotnikov. Vsak od njih ima poleg sv in obveznosti lahko tudi zdravstveni jih obveznosti do bolnika in njegove

CELOVITA
OBRAVNAVA
DEMENCE V
LOKALNIH OKOLJIH

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program sofinancira
Ministrstvo za zdravje

www.spominca.si

Oglasno sporočilo

ZDRAVSTVENA PISMENOST IN DEMENCA

Ali ima zdravstvena pismenost, ki jo lahko enačimo z zdravstveno izobraženostjo, kakšen vpliv na pojavnost in potek različnih oblik demence oziroma Alzheimerjeve bolezni? Najpogostejše oblike? Vse več dokazov je, da nizka zdravstvena pismenost predstavlja večje tveganje za pojav kognitivnih pomanjivosti in da je ob ustreznih splošnih zdravstvenih razgledanosti z vpljenjem in zdravimi navadami tako motenj kot demence manj. Ist o sami demenci pa je opredeljena kot znanje in ravnanje, ki oznanjanje, obravnavo in preprečevanje.

Demence v lokalnih skupnostih naj bi se v sodelovanju z zdravstvom ki in oskrbovalci pospeševale vsebine zdravstvene pismenosti raven in aktivnega življenja kot same demence. Dolgoročno / zmanjšala tveganja za pojav bolezni in okrepila učinkovitost

CELOVITA
OBRAVNAVA
DEMENCE V
LOKALNIH OKOLJIH

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program sofinancira
Ministrstvo za zdravje

www.spominca.si

Oglasno sporočilo

TELESNA DEJAVNOST IN DEMENCA

Med vsimi raziskanimi spremembami življenjskega sloga je redna telesna vadba ena najboljstih stvari, ki jih lahko naredite za zmanjšanje tveganja za demenco.

Med navadami, ki zmanjšujejo tveganje za razvoj kroničnih nenalezljivih bolezni (redna telesna vadba, nekajenje, zmerno uživanje alkohola, zdrava telesna teža in zdrava prehrana), ima redna telesna vadba največji učinek na zmanjšanje tveganja za demenco. Rezultati več študij so pokazali, da lahko redna telesna vadba zmanjša tveganje za razvoj demence za približno 30 odstotkov, pri Alzheimerjevi bolezni pa se tveganje zmanjša za kar 45 odstotkov.

Jasna povezava med stopnjo telesne dejavnosti in kognitivnimi sposobnostmi kaže na to, da je telesna dejavnost lahko učinkovit način za zmanjšanje kognitivnega upada v poznejšem življenju.

Talasila razstavljajo, na svetlobo pa jo izdela Milla Pava, socialni delavec in član, naš Partner za

CELOVITA
OBRAVNAVA
DEMENCE V
LOKALNIH OKOLJIH

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program sofinancira
Ministrstvo za zdravje

www.spominca.si

Oglasno sporočilo

Pogovor z osebo z demenco

Vzpostavim očesni stik.
Poiščem varen in miren prostor.
Vzamem si čas.
Govorim jasno, počasi in razločno.
Izberem kratke, preproste teme za pogovor.
Uporabljam neverbalno komunikacijo (npr. se osebe dotaknem, da jo opozorim na nekaj ipd.).
Izogibam se negativnim občutkom, tudi če me kaj pri osebi moti.
Ne prekinjam, ne nasprotujem in se ne prepiram z osebo, tudi če vem, da nima prav.

»V središču naj bo človek in ne bolezen. Zato bodimo strpni in prijazni. Vzemimo si čas za lasen in preprost pogovor.«

dr. Ales Kogoj

CELOVITA
OBRAVNAVA
DEMENCE V
LOKALNIH OKOLJIH

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program sofinancira
Ministrstvo za zdravje

www.spominca.si

Oglasno sporočilo

10 opozorilnih znakov demence

1. Izguba spomina
2. Težave pri izvajanju znanih stvari
3. Nespornemsi težave pri komuniciranju
4. Izgubljanje v času in prostoru
5. Soba ali okrajena preneha
6. Težave pri stajenju in kramljanju
7. Izgubljanje prostora
8. Vredneje in nedejavnostne sprejembe
9. Težave pri prazniranju in vidnem zaznavanju
10. Utrujenost ali slabše

Prيرهeno po Alzheimer's Disease International

CELOVITA
OBRAVNAVA
DEMENCE V
LOKALNIH OKOLJIH

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Program sofinancira
Ministrstvo za zdravje

www.spominca.si





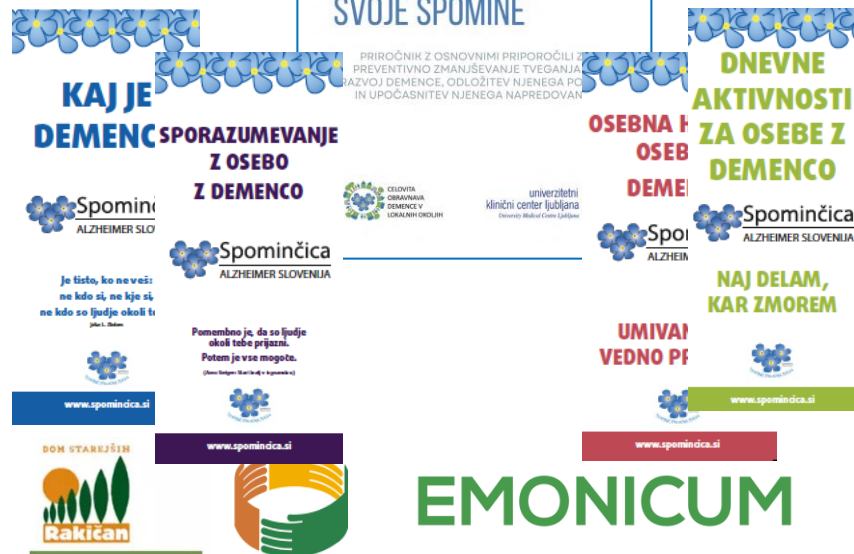
Publikacije



- **Živeti z demenco doma**
vodnik za svojce, ki skrbijo za osebo z demencov v domačem oklju

- **Ohrani svoje spomine**
priročnik z osnovnimi priporočili za preventivno zmanjšanje tveganja za razvoj demence

- **Zloženke z napotki za svojce**





Evalvacija in usmeritve:

- izvedena izobraževanja, usposabljanja in delavnice so se izkazala kot **zelo potrebna in zaželena** (analiza anket in osebni odzivi udeležencev),
- tovrstna izobraževanja treba **izvajati periodično** po izvedeni analizi potreb v posameznem lokalnem okolju, saj s tem pomembno prispevamo k **človeku osredotočni oskrbi**.



Trajnost

Izobraževalni program smo verificirali za kreditne točke izvajalcev in udeležencev na Socialni zbornici Slovenije (velja 1 leto) in pri Zbornici zdravstvene in babiške nege Slovenije (2 leti), kar zagotavlja trajnost rezultatov programa.

Koordinacija in nadgradnja mreže 420 Demenci prijaznih točk v povezavi z Odbori obravnavanja demence v lokalnih okoljih.