



Otoczenie przyjazne dla osób z zaburzeniami poznawczymi

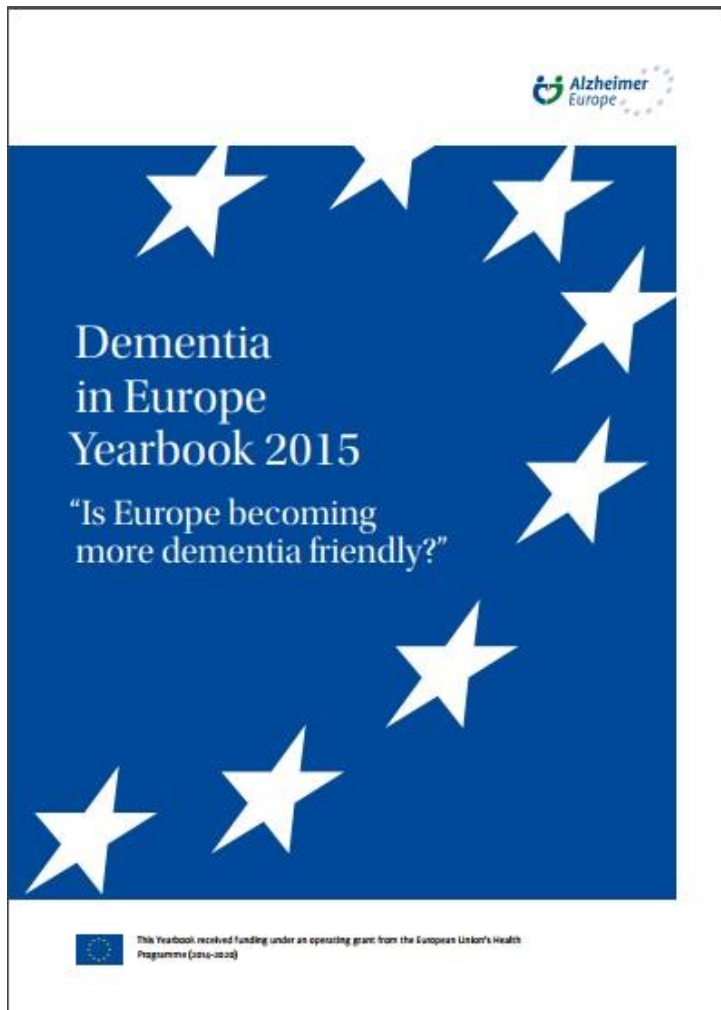
Dementia – Friendly Community (DFC)

Projekt finansowany przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju w ramach **Programu AAL – Konkurs AAL Call 2016**. Projekt pt. **System wsparcia osób z zaburzeniami funkcji poznawczych w środowisku domowym i poza domem o akronimie IONIS”**

Lek. Bartosz Błachucki Klinika Geriatrii WUM



Dementia in Europe Yearbook 2015



W 2015 r. organizacja **Alzheimer Europe** (AE) rozesłała kwestionariusze do swoich placówek głównie do państw Unii Europejskiej celem określenia jak w poszczególnych krajach rozwiązywane są problemy osób z zaburzeniami poznawczymi.

Po uzyskaniu wyników w wydanym roczniku rozwinięto sposoby optymalizacji opieki nad osobami z zaburzeniami poznawczymi w społeczeństwie.



DFC – znaczenie

- ▶ DFC to wielonarodowy ruch mający na celu uświadamiać o tym, że osoby cierpiące na zaburzenia poznawcze posiadają:
- ▶ te same prawa, co całe społeczeństwo,
- ▶ potrzebują niezależności,
- ▶ możliwości prowadzenia aktywnego życia społecznego,
- ▶ możliwości prezentowania swoich opinii z pełną ich akceptacją przez innych.

Cechy przyjaznego otoczenia



- ▶ Osoby z zaburzeniami poznawczymi mogą w społeczeństwie:
- ▶ czuć się swobodnie wypełniając codzienne obowiązki,
- ▶ są rozumiane, respektowane,
- ▶ są wspierane przez otaczających ludzi, którzy są świadomi ich problemów.



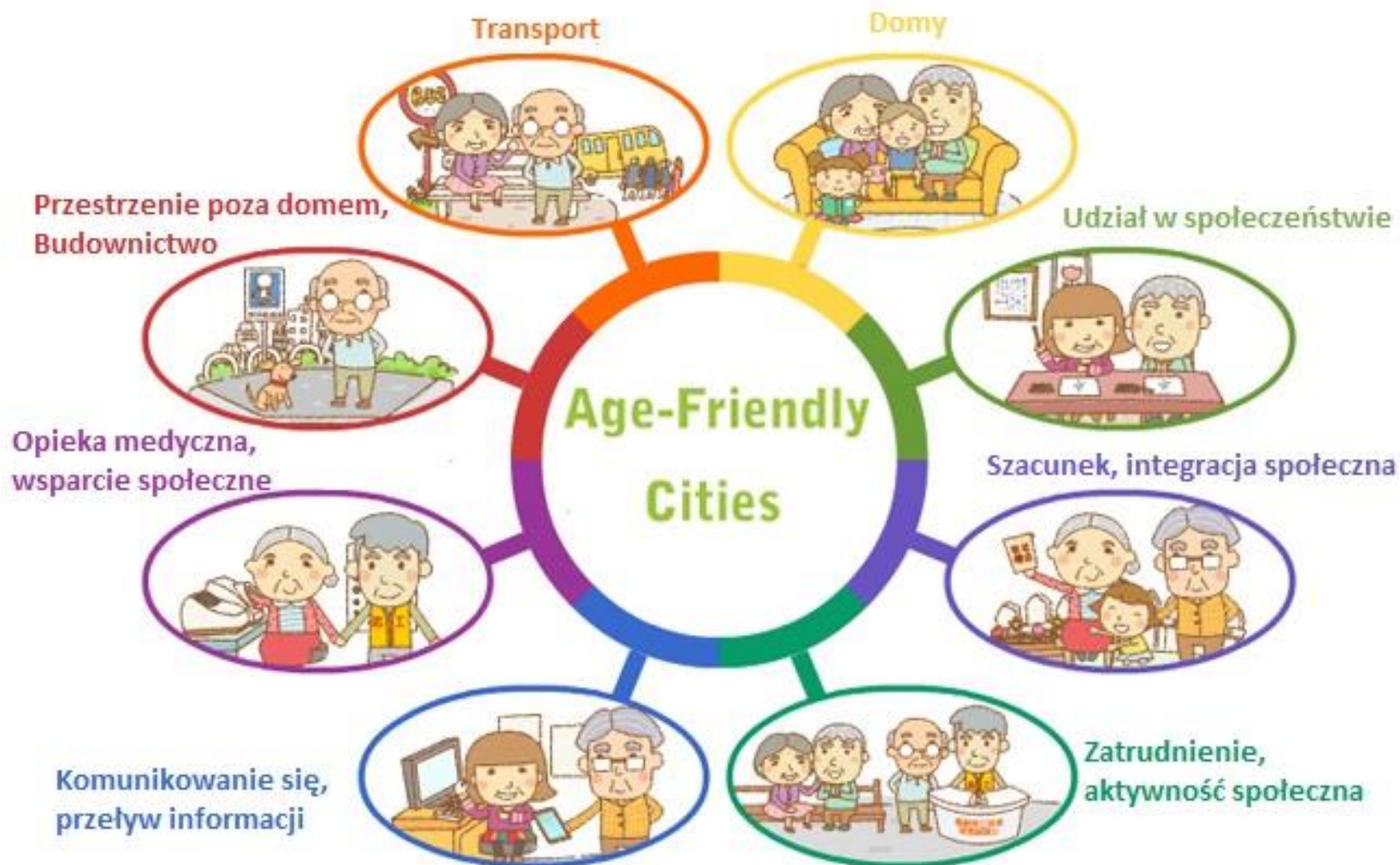
Otoczenie

- ▶ Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) zalicza do otoczenia przyjaznego dla osób z zaburzeniami poznawczymi również ruch: „**Age-Friendly Cities**”, który koncentruje się nad tworzeniem otoczenia, środowiska spełniającego potrzeby:
- ▶ ludzi w każdym **wieku**,
- ▶ w każdym **rozmiarze**,
- ▶ zwłaszcza **niepełnosprawnych**.

Analizowane aspekty życia

- ▶ **Miejsce** – koncentruje się na konstrukcji budynków (domów, urzędów publicznych), adaptacji transportu i terenów zielonych (parków)
- ▶ **Ludzie** – co społeczeństwo wie, co myśli, czuje na temat zaburzeń poznawczych; czy społeczeństwo ma pozytywny, wspierający stosunek do osób cierpiących na zaburzenia poznawcze
- ▶ **Zasoby społeczne miasta** – opieka medyczna, opieka społeczna, wsparcie duchowe, organizacja handlu, usług (np. bankowych)
- ▶ **Sieci społeczne** – relacje między osobami dotkniętymi zaburzeniami poznawczymi i resztą społeczeństwa (zapobieganie izolacji, stygmatyzacji)

Aspekty życia



Bezpieczeństwo w domu



- ▶ Wśród osób z zaburzeniami poznawczymi dominuje chęć pozostania w swoim własnym domu, zachowanie niezależności.
- ▶ Konieczna jest modyfikacja mieszkania chorego celem zmniejszenia ryzyka wypadków, upadków, opóźnianie czasu ścisłej opieki rodziny / personelu medycznego.
- ▶ Montowane są ułatwienia w postaci m.in.: barierek, uchwytów, domofonów, wind, poszerzanie drzwi.
- ▶ Lokalne samorządy stosują różne formy finansowania w celu adaptacji mieszkań na potrzeby chorych: wsparcie finansowe (np. w Monako – po zgłoszeniu przez lekarza geriatrę), pożyczki (np. w Szkocji – do spłaty przez następnego właściciela nieruchomości), redukcje podatkowe (Finlandia).

Bezpieczeństwo poza domem

- ▶ Chęć wyjścia poza dom konfrontuje się u osób z zaburzeniami pamięci z lękiem przed zgubieniem się. Chorzy mają silną potrzebę kontrolowania swego życia, zachowania niezależności.
- ▶ Eksplorowanie okolicy zamieszkania ułatwia monitorowanie lokalizacji (GPS, np. w Norwegii, Turcji) i przebytej trasy (można monitorować w czasie rzeczywistym online, w Szkocji), możliwość naciśnięcia „przycisku kryzysowego” (uzyskać informacje dokąd iść, w Szwecji).
- ▶ Dane chorego są w posiadaniu policji – przyspieszony protokół dla osób zaginionych (wdrożenie poszukiwań od razu po zgłoszeniu zaginięcia, w Belgii)

Przestrzenie poza domem mieszkalny



- ▶ Budynki powinny być zaprojektowane dla optymalnej aktywności ludzi z ograniczonymi funkcjami motorycznymi przez wielospecjalistyczne zespoły składające się z m.in. z architektów, inżynierów, deweloperów.
- ▶ Powinny być właściwie oświetlone i oznaczone piktogramami (np. pętla indukcyjna dla osób niedosłyszących).
- ▶ Budynki użyteczności publicznej wymagające szczególnie adaptacji to: kościoły, szpitale, poradnie, sklepy, urzędy.

Optymalizacja placówek medycznych



- ▶ Piktogramy z opisami
- ▶ Automatycznie włączające się oświetlenie
- ▶ Uchwyty
- ▶ Łatwość w utrzymaniu czystości
- ▶ Zmniejszenie ryzyka upadków, urazów (drzwi przesuwne)

Wystrój miejsc publicznych



- ▶ Zalecane jest tworzenie ogrodów sensorycznych (ze strefami: zdrowia, zapachową, wzrokową, słuchową, dotykową i smakową).
- ▶ Ułatwienia stanowią m.in.: wyprofilowanie chodników, ławki, czytelne oznakowanie (mapy), źródła ze świeżą wodą.
- ▶ Najczęściej podejmowane zajęcia to: spacer, opieka nad zwierzętami, pielęgnacja roślin, gotowanie na świeżym powietrzu, fotografia.



Transport publiczny - problemy

- ▶ Osoby z zaburzeniami poznawczymi zgłaszają obawę utraty możliwości samodzielnego poruszania się transportem publicznym.
- ▶ Posiadają oni trudności w przesiadaniu się między kolejnymi środkami transportu (np. z tramwaju do autobusu).
- ▶ Zgłaszają trudność w zakupieniu biletów, w otrzymaniu informacji dotyczących połączenia (przejazdu), wysoka cena przejazdów.
- ▶ Brak przeszkolenia personelu we współpracy z osobami z zaburzeniami poznawczymi.

Transport publiczny - optymalizacja



- ▶ Szkolenie personelu (komunikacji miejskiej, kolei), policji;
- ▶ pomoc we wsiadaniu i wysiadaniu, zajmowania miejsca, umieszczeniu bagażu (Szkocja);
- ▶ bezpłatny transport dla chorego i jego opiekuna (dla osób w wieku > 70 lat w Polsce)
- ▶ Połączenia niskopodłogowymi minibusami np. do lokalnych centrów handlowych z możliwością wsiadania i wysiadania nie tylko na przystankach (Finlandia)
- ▶ Karnety na taxi (Szwajcaria)

Prowadzenie samochodu



- ▶ Rola personelu medycznego polega na ocenie możliwości do kierowania samochodem osoby z zaburzeniami poznawczymi, obserwację postępowania choroby (obowiązek zgłoszenia, Czechy, Litwa)
- ▶ Konieczna jest współpraca z rodziną (przekonanie pacjenta o konieczności zaprzestania i wyręczenie w kierowaniu samochodem, np. Polska, Niemcy)
- ▶ Ułatwienia: miejsca parkingowe (Plymouth City Council's parking, Wielka Brytania)
- ▶ Symbol: **Niezapominajka** (*Myosotis* – dosłownie "mysie uszko,,)

Udział społeczeństwa



- ▶ Logo „dementia firendly” (czerwona chusteczka zawiązana w supeł) umieszczany jest przy placówkach zaadaptowanych dla osób z zaburzeniami poznawczymi (m. in. urzędach pocztowych, restauracjach, aptekach, centrach handlowych, u fryzjera)
- ▶ W placówkach tych unika się pośpiechu w trakcie wykonywania usługi, co wpływa na zmniejszenie stresu chorego i nie zniechęca go z samodzielnego wykonywania sprawunków.
- ▶ W niektórych aptekach wyznaczone są pokoje do konsultacji, w których omawia się jak należy przyjmować leki (Szkocja)
- ▶ Rozpowszechniane są wygodne miejsca do odpoczynku.

Aktywność osób z zaburzeniami poznawczymi



Do najczęstszych form aktywności należy:

- ▶ Uczestnictwo w życiu religijnym, modlitewnym
- ▶ Korzystanie z bibliotek
- ▶ Ćwiczenia usprawniające (na basenie, spacerzy), wyjazdy rehabilitacyjne
- ▶ Spotkania w kawiarniach chorych i ich opiekunów – wymiana doświadczeń, wsparcie
- ▶ Spotkania z przedszkolakami, młodzieżą

Działalność kulturalna



Barry Memo arts centre, Walia

- ▶ Kino – zachowane jest oświetlenie, brak dużego natężenia dźwięku, akceptowane jest „wędrowanie” i komentowanie akcji filmu przez osobę chorą
- ▶ Organizowane są spotkania z muzykami, aktorami przed występem
- ▶ Muzea – droga wyjścia z głosowymi wskazówkami

Udział w głosowaniach, życiu politycznym



- ▶ Status zdolności do głosowania jest zmienny w różnych krajach:
- ▶ Chory ubezwłasnowolniony nie może głosować (np. Polska)
- ▶ Chory ubezwłasnowolniony może głosować (Portugalia, Rumunia)
- ▶ Osoba będąca pod opieką (nadzorem) może głosować (Francja)
- ▶ Osoba będąca pod całkowitą opieką nie może głosować (Niemcy)
- ▶ Każdy dorosły ma prawo do głosowania (Irlandia)



Zatrudnienie

- ▶ Nie obserwuje się konieczności zaprzestania pracy od razu po postawieniu rozpoznania zaburzeń poznawczych.
- ▶ Ważnym aspektem jest wsparcie współpracowników.
- ▶ Konieczne jest ustalenie z pracodawcą dalszych obowiązków (ew. zmiana stanowiska).
- ▶ Praktykowane jest stopniowe zmniejszenie wymiaru czasu pracy.
- ▶ W razie gwałtownego postępowania zaburzeń poznawczych pracownicy przechodzą na rentę, bądź wcześniejszą emeryturę.

Kampania informacyjna



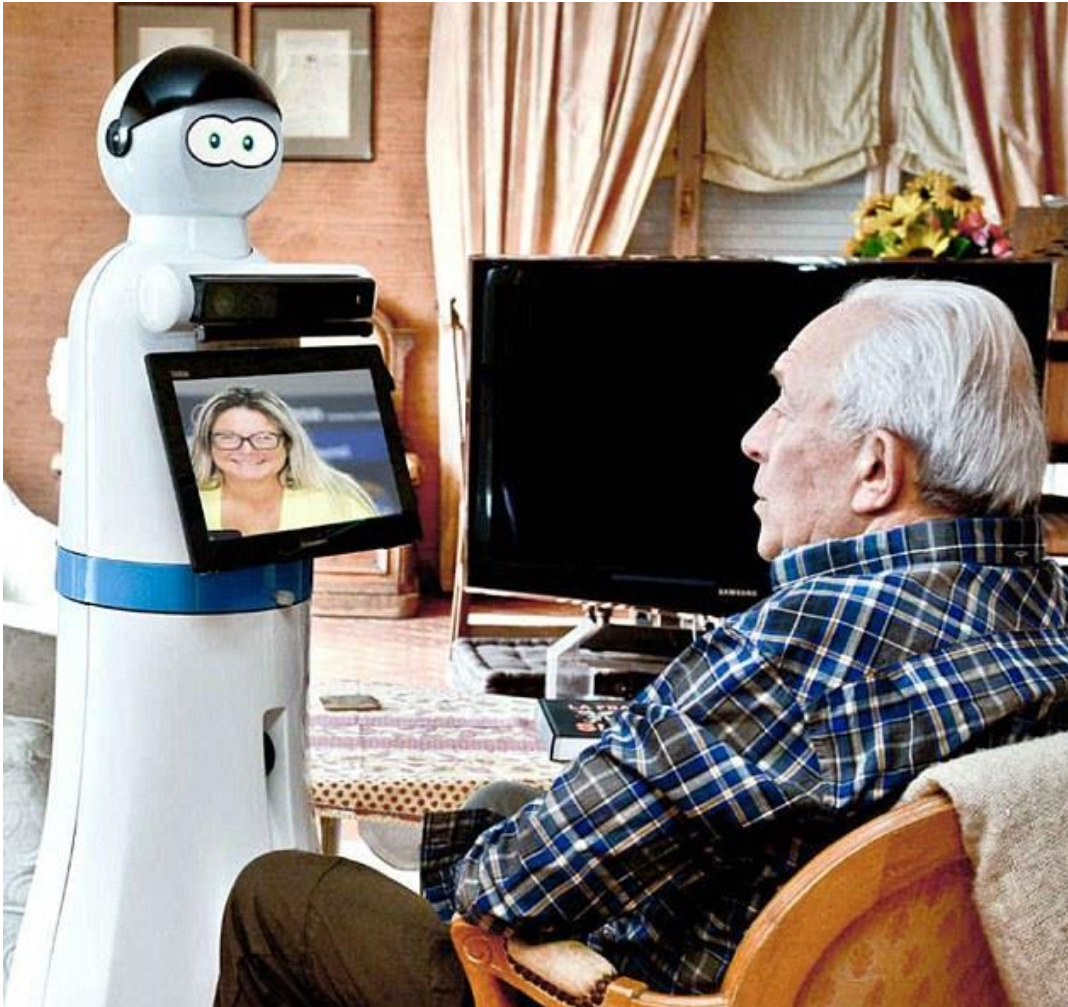
- ▶ Organizacje popularyzujące problemy osób w podeszłym wieku, z zaburzeniami poznawczymi, np. Polskie Towarzystwo Gerontologiczne
- ▶ Zachowana jest współpraca z lokalnym samorządem, rządem (tworzenie prawa zapewniającego opiekę długoterminową).



Nowoczesne technologie – pomoc

- ▶ Cel stosowania nowoczesnych rozwiązań technicznych to jak najdłuższa niezależność osób z zaburzeniami pamięci, wspieranie chorych na odległość.
- ▶ Program AAL – Active and Assisted Living Programme – „nowoczesne technologie w służbie osobom starszym” posiada wiele projektów w kreowaniu przyjaznego otoczenia, np. IONIS.
- ▶ **Przykłady użycia nowoczesnych technologii w codziennej aktywności:**
 - ▶ Przyjmowanie leków,
 - ▶ Pomoc w przygotowaniu posiłków (kontrola kuchenki, czajnika),
 - ▶ Utrzymaniu higieny (kontrola pralki),
 - ▶ Łatwego używania środków komunikacji i mediów – telefonu, TV.

Roboty



- ▶ Zdalnie sterowane (np. robot Mario z Wielkiej Brytanii), nie wymagają aktywacji przez osoby chore.
- ▶ Mają możliwość poruszania się po domu.
- ▶ Pomaga znaleźć zgubione przedmioty.
- ▶ Posiada monitor „na wysokości twarzy”, na którym widoczna jest twarz rozmówcy (np. członka rodziny).



Główne bariery w rozwoju otoczenia przyjaznego dla osób z zaburzeniami poznawczymi w różnych krajach

- ▶ Stygmatyzacja, brak świadomości objawów zaburzeń poznawczych – m.in. Grecja, Hiszpania, Luksemburg
- ▶ Rozpoznanie zaburzeń poznawczych w stopniu umiarkowanego lub głębokiego zespołu otępiennego – m.in. Cypr, Malta
- ▶ Brak wsparcia rządu – Chorwacja, Turcja
- ▶ Nadopiekuńczość rodzin - Polska

Dziękuję za Państwa uwagę!

Projekt finansowany przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju w ramach **Programu AAL – Konkurs AAL Call 2016**. Projekt pt. **System wsparcia osób z zaburzeniami funkcji poznawczych w środowisku domowym i poza domem o akronimie IONIS”**

