



InfoCARE | Supporting Informal
Caregivers of People with Dementia

Modül 4

İleri-Aşamalı Demans | Zihin Uyarıcı Aktiviteler



**Co-funded by
the European Union**

Proje Numarası: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000026660. Bu proje Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Bu yayın [iletişim/bağlantı] sadece yazarın görüşlerini yansıtmaktadır, ve içerdiği hiç bir bilgiden Komisyon sorumlu tutulamaz.



Bu çalışma Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 Uluslararası Lisansı altında lisanslanmıştır.



Modül İçeriđi



› HADİ BAŞLAYALIM

- › Modül Tanıtımı
- › Modül sonunda öğrenecekleriniz

› HADİ İÇERİKLERİ AYRINTILI İNCELEYELİM

- › İleri-aşamalı Demans
- › Bakıcılar ve aileler için ipuçları
- › İleri-aşamalı Demans için zihin uyarıcı aktiviteler

› NE ÖĞRENDİĞİNİZİ KONTROL EDİN

- › Öğrenilen Dersler
- › Test Zamanı!

› BİLGİNİZİ GENİŞLETİN

- › Sözlük
- › Tamamlayıcı Materyaller ve Kaynaklar
- › Kaynakça

Hadi başlayalım...





Modül Tanıtımı



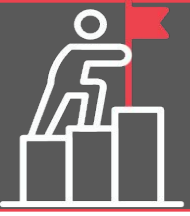
Demansın herhangi bir tipinin son aşamasında, **kişi günlük vazifelerinde ciddi bir düşüş yaşamaktadır**, banyo yapmak, giyinmek, yemek yemek ve hatta kendini rahatlatmak gibi farklı temel aktiviteler de etkilenmektedir.

Bu aşamada kişi yardımsız yürüyemeyebilir veya oturamayabilir. Yatağa bağlı olabilmekte ve bakım konusunda yardıma ihtiyaçları olabilmektedir. Ayrıca, konuşma ve yüz ifadelerini yansıtma yeteneklerini kaybedebilmektedirler.

Semptomların kötüleşmesi ve sağlık durumun kötüye gidişinde ki artış, yalnızca vaziyeti kavrayabilecek durumda ki kişi için değil, özellikle ailesi ve bakıcıları için de **zor ve acı vericidir**.

Bu modül, öğrenenlere, özellikle ileri evre demanslı kişilerin gayri resmi bakıcılarına, **ilgilendikleri kişiyi teşvik etmek ve kaliteli zaman geçirmek için kullanılacak, özellikle hastalığın bu zor evresini kolaylaştırabilecek bilişsel, duyuşsal, fiziksel ve anımsama etkinlikleri için ipuçları ve örnekler sunacaktır.**





Öğrenim Hedefleri

Bu modül sonunda, öğreneceğiniz:

1

İleri demans ile ne kast edilmektedir, özellikleri ve yaygın semptomları

2

İleri evrelere demanslı kişilerin bakım kalitesi ve yaşam kalitesini nasıl artırabiliriz

3

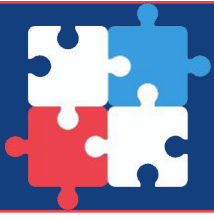
İleri evre demanslı kişilerde bilişsel, duyuşsal, fiziksel ve anımsama aktiviteleri nasıl uygulanır

4

Bireysel koşullara ve bozulma düzeyine bağlı olarak farklı türde zihin uyarıcı faaliyetler gerçekleştirirken, ilgilendiğiniz kişi ile nasıl kaliteli zaman geçirebilirsiniz

Hadi içerikleri ayrıntılı inceleyelim...





İleri-aşamalı Demans

Demansın ilerlemesi

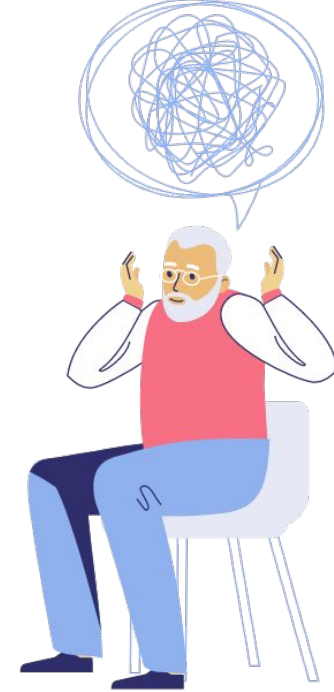
Demans genellikle aşamalar halinde tanımlanmaktadır :

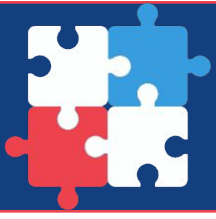
- >> **Erken:** ilerleme yavaştır ve semptomları genellikle göz ardı edilmektedir.
- >> **Orta:** semptomlar daha belirgin ve daha kısıtlayıcı hale gelir.
- >> **İleri:** semptomlar şiddetlidir, **bilişsel bozukluk ciddi ve geri döndürülemez** hale gelmiştir.

İleri evre demans nedir?

Bu aşamada kişi tamamen bağımlı hale gelir ve günlük rutinlerini kendi başına gerçekleştiremez. Bilişsel düzeyde, insanlara ve çevrelerine tepki verme yeteneklerini kaybederler. Konuşmaları sürdürmezler ve nihayetinde hareketi kontrol etme becerilerini kaybederler. Hareket kabiliyetinin ve işlevlerin ilerleyici kaybı genellikle başka hastalıkların ve bozuklukların ortaya çıkmasına neden olur.

İleri evrede, gerileme belirgin olduğu için, tüm demans türlerinin belirtileri benzer olma eğilimindedir. Demansın sonraki evresi en kısa süren evredir, genellikle yaklaşık bir ila iki yıl sürer.





İleri-aşamalı Demans

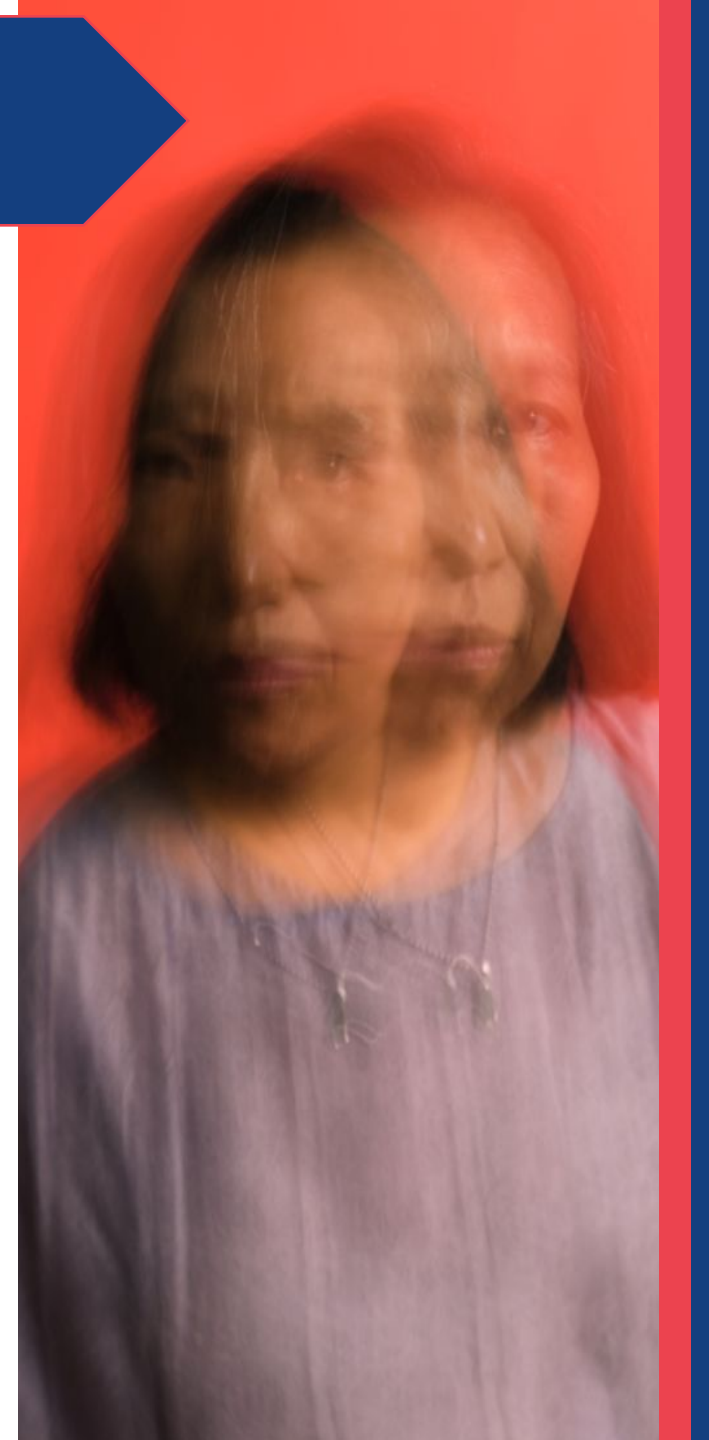


Genel Özellikler

İlerlemiş demansı olan kişiler **kısa ve uzun süreli hafızalarını kaybederler**, bu evre aynı zamanda şu özelliklerle de karakterize edilir:

- » Öğrenme kapasitesinin kaybı.
- » Dile gelince, artık bir sohbeti sürdürmezler veya çoğu durumda, sadece tek kelimelerle konuştukları için konuşma bir anlam ifade etmez.
- » Günlük rutinlerini kendi başlarına yerine getiremezler, beslenme, banyo yapma, hareket etme vb. konularda yardıma ihtiyaç duyarlar ve sonunda yatağa bağlı hale gelirler.
- » Oryantasyonla ilgili olarak, kendilerini zaman ve mekanda konumlandıramazlar: hangi gün olduğunu, nerede olduklarını bilemezler ve aile üyelerini veya günlük nesnelere tanıyamazlar.

İleri demans hastalarının, uyarlanmış bakım tesislerinde uzman profesyoneller tarafından desteklenmesi gerekir.





Bakıcılar ve aileler için ipuçları



Bu aşamada, genellikle uygun bakım tesislerinde ki uzman ve profesyonel desteğine ihtiyaç duyulmaktadır. Profesyonel yardım, bu son aşamadaki hastaya mümkün olduğunca iyi bir yaşam kalitesi sağlamanın anahtarıdır. Buna rağmen, gayri resmi bakıcılar ve aileler büyük ölçüde destekte bulunabilmektedir:

- » **Esnek, nazik ve sabırlı olunuz.** Süreci iyi planlayınız ve yönetiniz. Hastayı acele ettirmek endişe ve hayal kırıklığına neden olabilmektedir.
- » Kişiye **basit ve doğrudan talimatlar veriniz**, basit rutinlere ve sabit programlara bağlı kalmaya çalışınız.
- » **Empatik olunuz ve gözlemleyiniz**, çünkü kişi ihtiyaçlarını kelimelerle iletemeyebilmektedir.
- » Çeşitli yiyeceklerle **dengeli bir diyet sağlayınız**, yüksek oranda doymuş yağ ve kolesterol içeren yiyecekleri sınırlandırınız ve öğünleri son evrede ki yutma ve sindirim zorluklarına uyarlayınız.
- » Giyilmesi ve kullanımı kolay, **rahat giysiler sağlayınız.**
- » Kişilerin evinde, odasında ve / veya bakım tesisinde **sessiz, erişilebilir ve güvenli bir ortam sağlayınız.**
- » **Pasif dürtüleri teşvik ediniz ve alıcı duyularla** (işitme, dokunma, görme) **uyum sağlayınız**: sessiz müzik veya beyaz gürültü çalmak, masaj yapmak, resim ve video göstermek vb.



İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri



Demansın ileri evreleri söz konusu olduğunda, **bakımın amacı kişiye rahatlık, itibar ve yaşam kalitesi sağlamak olmalıdır.** Bu anlamda, sevdiklerimizle gerçekleştirebileceğimiz bir dizi aktiviteler mevcuttur, **fakat bu aktivitelerin zorlayıcı olmamaları gerektiğini ancak teşvik edici olmaları gerektiğini göz önünde bulundurmamız gerekmektedir. Duyarlılığı, azmi ve sabrı korumak da çok önemlidir, çünkü kişi aktiviteye katılacak kadar motive olamayabilmektedir. Farklı aktivite türleri şunlardır:**

- » **Bilişsel Uyarım Aktiviteleri:** genel olarak düşünmeyi ve hafızayı teşvik etmek için kullanılmaktadır. İleri aşamalarda iletişim ve sosyal ilişkilerin sürdürülmesine yardımcı olabilmektedir.
- » **Duyusal Aktiviteler:** duyarları uyarmak içindir. Tedirginliği, uyku bozukluklarını ve karşılanmamış ihtiyaçları azaltmaya yardımcı olurken demanslı kişiler için iletişimi kolaylaştırmaktadır.
- » **Fiziksel Aktiviteler:** vücut hareketlerini kolaylaştırmak içindir. Bazı ileri evre demans hastaları motor becerilerini kaybetmiş olabileceğinden, yapılacak fiziksel aktiviteler basitleştirilmelidir: bunlara bazı örnekler dokunma, okşama, basma, çekme, katlama ve sarmadır.
- » **Anımsama Aktiviteleri:** anıları ve duyguları uyandırmak içindir. Demanslı yaşlıların, geçmişlerinin mutlu zamanlarını hatırlayarak kendilerini değerli, memnun ve huzurlu hissetmelerine yardımcı olabilmektedir. Demansta insanlar tipik olarak kısa süreli hafızalarını kaybetmekte, ancak genellikle eski anıları hatırlayabilmektedirler.



İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri



Bir sonraki slaytlarda, demansın ileri aşamasında olan sevdiğinize bakarken onları rahatlatmak ve teşvik etmek için geliştirebileceğiniz aktiviteler için bazı fikirler sunmaktayız.



Uyarıcı aktivitelerin etkisini artırmak için, farklı aktiviteler seçebilir veya bir sonraki önereceğimizi uyarlayabilirsiniz, **böylece aktiviteler sevdiğinizin kişiliğine, ihtiyaçlarına ve koşullarına uygun olabilmektedir.**



Bazı faaliyetlerin tahmini bir süresi olsa da, **süreyi kişinin özelliklerine ve faaliyete ne kadar iyi yanıt verdiği göre uyarlamamız tavsiye edilir.** Aktivitenin çok zorlayıcı olduğunu fark ederseniz, basitleştirebilir, kısaltabilir veya ara verip başka bir zaman devam edebilirsiniz. En önemli şeyin rahatlık sağlamak ve kaliteli zaman geçirmek olduğunu unutmayın.



İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri



A1. Hatıralar hakkında konuşmak

Tip >> Bilişsel Uyarım.

Yararlar >> Geçmişten gelen olayları ve deneyimleri tartışarak anıları çağrıştırmakta, zihinsel aktiviteyi uyarmakta ve kişinin refahını iyileştirmektedir.

Önerilen Süre >> 30 dakika.

Ekipmanlar ve koşullar >> Özel anlamı olabilecek aksesuarlar (videolar, müzik, resimler, nesnelere vb.).

Anlatım >> Geçmişle ilgili konuşmalarla başlayınız. Daha kolay olacak ise, bakılacak veya ele alınacak bir konu veya öge tanıtabilirsiniz. Sohbeta katılmak iyi bir başlangıç olacaktır ve kişinin, tarafınızdan önemli ve değerli hissetmesine, ayrıca sevilme ve aidiyet duygusuna yardımcı olmaktadır.

İpuçları ve öneriler >> Kişinin çocukluğu ve önceki tatilleri hakkında konuşabilirsiniz. Konuşma önemli ölçüde hatalı ise, resimleri ve nesnelere daha fazla konuşmaya katabilirsiniz ve kişiyi basit sorulara, jestler ile tepki vermeye teşvik edebilirsiniz (örneğin: ne zaman olduğunu hatırlıyor musunuz? ayrıntılı bir cevaba ihtiyaç duymamaktadır).





İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri

A2. Müzik Terapisi

Tip >> Bilişsel Uyarım.

Yararlar >> Başkaları ile ilişkiler geliştirmeye, sürdürmeye ve refahı iyileştirmeye yardımcı olmaktadır. Zihinsel yetenekler, dikkat ve konsantrasyon, biliş (düşünme), hafıza, konuşma ve sözsüz iletişim becerileri üzerinde olumlu etkisi bulunmaktadır. Müzik terapisi alıcı ise, kişinin sakinleşmesine ve uykuya dalmasına yardımcı olur.

Önerilen Süre >> 20 dakika.

Ekipmanlar >> Bir müzik parçası, (gerekirse) bazı temel müzik aletleri.

Anlatım >> Müzik dinlemek veya müzik etkinlikleri yapmak - örneğin şarkı söylemek, dans etmek veya temel bir enstrüman çalmak. İlerlemiş demans için alıcı müzik terapisi önerilir ve en uygun olanıdır: Kişinin anksiyetesini azaltmak ve hatta uykuya dalmasını sağlamak için müzik dinletmekle ilgilidir.

İpuçları ve öneriler >> Kendileri için önemli olan müzik parçalarını duyduklarında anıları hatırlamaları genellikle daha kolaydır - belki geçmişte ki en sevdikleri şarkı veya çocuklarına söyledikleri bir ninni olabilir. El ele tutuşmak, ritmi hissetmek, şarkı söylemek ve kişiyle dans etmek bağlantı kurmaya ve etkileşime girmeye yardımcı olabilir. Anıları hatırlamak ve paylaşmak için müzikle birlikte resimleri veya fotoğrafları kullanabiliriz.





İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri

A3. Duyusal Kucak Yorganı

Tip >> Duyusal.

Yararlar >> Stresi, kaygıyı ve can sıkıntısını azaltmaktadır. Onları sakinleştirmenin bir yolu olarak tekrarlı, zararsız davranışlara alıştırmamanın etkili bir yoludur.

Önerilen Süre >> Uygulanamaz.

Ekipmanlar ve koşullar >> Kucak yorganı ve kumaşlar. Yorgana dikilebilecek veya takılabilecek farklı malzeme türleri (düğmeler, kurdeleler, ipler vb.).

Anlatım >> Yorganı farklı kumaş türleri kullanarak dikiş, yamalı tarzda bir yorgan duyusal deneyimi zenginleştirecektir. Yaratıcılığınızı kullanınız ve her türlü süslemeyi ekleyiniz: kurdeleler, düğmeler, yün teller vb. Ayrıca cepler oluşturabilir ve yumuşak oyuncaklar takabilirsiniz veya kişisel nesnelere özelleştirebilirsiniz. Tedirgin, sinirli veya huzursuz olduklarında kişilerin kucağına koyunuz. Davranışlarını yatıştırmaya ve yönlendirmeye yardımcı olacaktır.

İpuçları ve öneriler >> Demansı olan kişi yeterince yetenekli ise, süreç boyunca yorganın yapılmasına yardımcı olabilir, başarıdan ziyade keyif almaya odaklanılmalıdır. Takılacak nesnelere dikkatlice seçiniz, böylece demanslı kişi yorganı kullanırken zarar görmez.



Source: FlourishinPlace.com



İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri

A4. Rüzgar Çanları

Tip >> Duyusal.

Yararlar >> Duyuları uyarır, huzursuz zihinleri yatıştırır, eğlence sağlar, can sıkıntısı giderici etkileşim ve iletişim sağlamaktadır.

Önerilen Süre >> Uygulanamaz.

Ekipman ve koşullar >> Rüzgar çanları, biraz hava akımı olan bir pencere.

Anlatım >> Kişilerin pencerelerine rüzgar çanları takabilirsiniz. Bu, demans hastaları için, özellikle yatakla sınırlı olanlar için değerli duyusal stimülasyon sağlayabilen pasif bir aktivitedir. Rüzgar çanlarını dinlemek ve sallandıklarını görmek huzur ve memnuniyet getirmektedir.

İpuçları ve öneriler >> Rüzgar çanının boyutuna karar veriniz ve çevreye uyumlu olanını seçiniz. Bazı rüzgar çanları gürültülü olabildiği için komşulara saygılı olunuz.





İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri



A5. Bahçe Önerileri

Tip >> Fiziksel ve Duyusal.

Yararlar >> Dikme, kazma, süpürme, ayıklama ve budama yolu ile el becerilerini ve daha fazla egzersizi uyarmaktadır. Tedirginliği azaltmaya ve uykuyu iyileştirmeye yardımcı olmaktadır.

Önerilen Süre >> 60 dakika, kişi koşullarına uyarlanabilir.

Ekipmanlar ve koşullar >> Bahçe aletleri, saksılar, bitkiler.

Anlatım >> Demanslı kişi ile yapılabilecek bir çok pratik bahçecilik aktivitesi bulunmaktadır, toplama, hasat, bakım, saksı dikme, dikim, ayıklama vb. gibi. Rahatsızlık düzeyine bağlı olarak, bazı faaliyetler diğerlerinden daha uygun olabilmektedir.

İpuçları ve öneriler >> Bahçecilik faaliyetleri bir grupta da yapılabileceği için sosyal faydaları da bulunmaktadır. İleri aşamadaki insanlar ise sadece bahçede ve güneş ışığı altında bulunmanın veya bir bakım partnerinin yardımı ile parkurlarda yürümenin (veya tekerlekli sandalye ile yürümenin) keyfini çıkarabilirler.





İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri

A6. Ne İşe Yarıyor?

Tip >> Bilişsel.

Yararlar >> Günlük işlevsel nesnelerin işlevlerini ve kullanımını hatırlamaya devam etmeye yardımcı olmaktadır.

Önerilen Süre >> 20 dakika.

İpuçları ve koşullar >> Günlük hayatta kullandıkları ve hala hatırlayabilecekleri nesnelere (kalem, saat, defter, çorap, çatal vb.)

Anlatım >> Demansı olan kişinin her gün kullandığı, işlevlerini hala hatırladığı günlük nesnelere hakkında konuşunuz. Onlara bu nesnelere ne için kullanıldığını, nesnenin adının ne olduğunu vb. sorunuz. Bu, bu nesnelere işlevleri hakkındaki bilgileri korumalarına yardımcı olacaktır.

İpuçları ve öneriler >> Tarak veya belirli bir kahve fincanı gibi kişinin demanstan önce zaten kullandığı işlevsel nesnelere kullanmak daha kullanışlıdır.





İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri

A7. Fotoğraf Albümleri

Tip >> Anımsama.

Yararlar >> Bağları güçlendirmektedir. Kişi üzüldüğünde kullanılacak dikkat dağıtıcı bir yöntemdir. Huzur ve mutluluk sağlamaktadır.

Önerilen Süre >> 20 dakika.

Ekipman ve koşullar >> Aile fotoğrafları, eski dergiler.

Anlatım >> Eski aile fotoğraflarını ve / veya eski dergi ve gazetelerden bazı resimleri karıştırarak birlikte bir fotoğraf albümü oluşturunuz. Fotoğrafları kronolojik sıraya göre yerleştiriniz ve fotoğraflara odaklanmasını kolaylaştıracak basit bir tasarım (sayfa başına 1/2 resim) seçiniz. İlişkileri gösterin ve anlamlı anlar seçiniz. Sohbeta katılınız: Fotoğraftaki kişiler veya etkinlikler hakkında açık uçlu sorular sorunuz. Cevaplar, konuşmanın ve katılımın kendisinden daha az önem arz etmektedir.

İpuçları ve öneriler >> Konuşma sırasında resimlerle ilgili kendi anılarınızı ve duygularınızı paylaşınız. Düzeltmeye değil iletişime odaklanınız. Fotoğrafları kullanarak anıları sık sık tekrar etmek için zaman ayırınız(kişiye bağlı olarak günlük veya haftalık olabilir). İlginç tutmak için her gün aynı fotoğraf setini kullanmayınız. En rahat tempoyu bulunuz, acı verici ve üzücü anıları göstermekten kaçınınız. Kişi sözlü olarak iletişim kuramıyor ise, kişiye geçmişini hatırlama zevkini vermeye odaklanınız.





İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri

A8. Duyusal fasulye torbaları

Tip >> Duyusal.

Yararlar >> Anksiyete ve ajitasyonu azaltır. Sakinliği teşvik eder ve görsel ve dokunsal duyuları uyarır.

Önerilen Süre >> 20 dakika.

Ekipman ve koşullar >> Farklı kumaş dokuları ve renklerden yapılmış küçük fasulye torbaları (örneğin: pamuk, kadife ve ipek, yaygın tahıllar veya baharatlar). Özel bir koşul gerekmemektedir.

Anlatım >> Fasulye torbalarını verin ve birlikte torbaların içindeki farklı kumaşları, renkleri ve içerikleri belirlemeye çalışın.

İpuçları ve öneriler >> İçlerini ne ile doldurduğunuza bağlı olarak, bu etkinlik koku gibi diğer duyuları da eğitebilir.





İleri-Aşamalı Demans Aktiviteleri

A9. Düğümleri çözme

Tip >> Duyusal.

Yararlar >> Demanslı kişilerin kendilerini daha yetkin hissetmelerine ve özgüvenlerini geliştirmelerine yardımcı olur.

Önerilen Süre >> 30 dakika.

Ekipman ve koşullar >> Yumuşak ip, her yerde yapılabilir.

Anlatım >> Yumuşak bir ipe birkaç basit düğüm atın ve kişinin bunları çözmesini sağlayın.

İpuçları ve öneriler >> Esnek ve sabırlı olun. Demanslı kişinin sakin ve oryante kalmasına yardımcı olun. Zorlanıyorsa, onlara bir strateji vererek yardımcı olabilirsiniz (örneğin: Düğümün ilmeklerini bulun ve parmaklarınızla ayırmaya çalışın).



Ne öđrendiđinizi kontrol edin...





Öğrenilen Dersler



Bu modülde demansın sonraki aşamalarında neler olduğunu ve bundan muzdarip insanların ve ailelerinin karşılaştığı en yaygın zorlukları öğrendik.



Demansla başa çıkmak, kişiyi uyarmak ve refahını iyileştirmek için kolayca gerçekleştirilebilecek bir dizi farklı aktivite öğrendik.



Demansı olan bir kişiye bakmanın ödüllendirici bir deneyim olabileceğini anlamak önemlidir, ancak günlük olarak zorlayıcı, sinir bozucu olabilmektedir ve ciddi tükenmişliğe yol açabilmektedir. Bu zorlukların üstesinden gelmek için uygulanacak ipuçları bulunmaktadır.



Test Zamanı!



*Cevaplar
modülün
sonunda!*

1) Demans kaç aşamada tanımlanmaktadır?

- a) 1
- b) 2
- c) 3

2) Demansın ileri evresine en uygun tanım hangisidir?

- a) Bir kişi bağımsız olarak çalışabilir. Hala araba kullanabilir, çalışabilir ve sosyal aktivitelerin bir parçası olabilir.
- b) Demans semptomları daha belirgindir. Kişi kelimeleri karıştırabilir, bıkmış hissedebilir veya sinirlenebilir ve banyo yapmayı reddetmek gibi beklenmedik şekillerde hareket edebilir.
- c) Demans semptomları şiddetlidir. Bireyler çevrelerine cevap verme, konuşma ve nihayetinde hareket kontrol yeteneklerini kaybederler.

3) İleri-aşamalı demansta hatırlama faaliyetlerinin faydaları nelerdir?

- a) Eski anıları hatırlatmak
- b) Duyuları uyarmak
- c) Fiziksel sağlığı uyarmak

3) Bir bakıcı ileri evre demans hastalarını desteklemek için ne tür fiziksel stimülasyon aktiviteleri sağlayabilir?

- a) Bahçe aktiviteleri
- b) Fotoğraf albümleri
- c) Müzik Terapisi

Bilginizi genişletin...





Sözlük



Uyarıcı aktiviteler >> belirli becerileri desteklemeyi veya sürdürmeyi amaçlayan bir dizi etkinliktir. Demansta, uyarıcı aktiviteler genellikle anıları canlandırmayı, bağ kurmayı ve duygusal bağlantıları teşvik etmeyi, kendini ifade etmeyi teşvik etmeyi, kişiyi yaşamla meşgul olmaları için harekete geçirmeyi, üretken hissetmelerine yardımcı olmayı amaçlamaktadır.

Bozukluk >> geçici veya kalıcı olabilen, yaralanma veya hastalıktan kaynaklanabilecek bir vücut parçasının, organının veya sisteminin işleyişinde bozulmadır.

Erken-aşamalı demans >> yaştan bağımsız olarak Alzheimer hastalığı veya demans ile ilişkili bir bozukluk teşhisi konmuş ve hastalığın başlangıç aşamasında bulunan kişileri ifade etmektedir.

Beyaz gürültü >> özellikle sürekli bir türden, hiçbir kalıbı veya ritmi yokmuş gibi görünen bir sestir. Demansta, ajite hastalarını sakinleştirmenin basit ve invaziv olmayan bir yoludur.



Daha fazla bilgiyi nerede bulabilirim



>> 50 Aktivite | Alzheimer Derneği

Alzheimer'ın ileri veya orta evrelerinde, bir aile üyesi veya arkadaş ile yapılabilecek çeşitli aktiviteler.

Link: <https://www.alz.org/help-support/resources/kids-teens/50-activities>

>> İleri-Evre Demans Hastalığı için 15 Aktivite | Altın Bakıcılar

İleri evre Alzheimer hastaları ile birebir yapılabilecek 15 dakikalık aktiviteler.

Link: <https://www.goldencarers.com/15-activities-for-late-stage-alzheimers-disease/4640/>

>> Demans Bakımında Fotoğrafların Gücünü Kullanmanın 10 Yolu | Teksas Alzheimer

Demans hastalarının geçmiş etkinlikleri tekrar değerlendirmesini ve anımsamasını sağlamada aile fotoğraflarının nasıl kullanılacağına dair detaylı makale.

Link: <https://www.txalz.org/blog/powerofphotos/>

>> Demans Bakımı için Duyusal Battaniyeler Nasıl Yapılır | Altın Bakıcılar

Duyusal battaniyeler demanslı bireylere rahatlatıcı bir aktivite sunmaktadır, bu makaleyi okuyarak nasıl hazırlayacağınızı öğrenebilirsiniz.

Link: <https://www.txalz.org/blog/powerofphotos/>



Kaynakça

Test Cevapları:
Soru 1. C şıkkı
Soru 2. C şıkkı
Soru 3. A şıkkı
Soru 4. A şıkkı

Mükemmellik Sosyal Bakım Enstitüsü. (2022, 25 Ağustos). Demansın sonraki aşamalarında aktivite. >

<https://www.scie.org.uk/dementia/living-with-dementia/keeping-active/activity-in-later-stages.asp>

Alzheimer Derneği. (2022, 25 Ağustos). Alzheimer'ın Evreleri. >

<https://www.alz.org/alzheimers-dementia/stages#:~:text=In%20the%20final%20stage%20of,but%20communicating%20pain%20becomes%20difficult>

Altın Bakıcılar. (2022, 25 Ağustos). Geç Dönem Alzheimer Hastalığı için 15 Aktivite. > <https://www.goldencarers.com/15-activities-for-late-stage-alzheimers-disease/4640/>

Ulusal Yaşlanma Enstitüsü. (2022, 25 Ağustos). Lewy Cisimli Demansın Teşhisi: Profesyoneller için. >

<https://www.nia.nih.gov/health/diagnosing-lewy-body-dementia-professionals>

Yarın, A. (2022, 25 Ağustos). İleri Evre Semptomları Olan Demanstan Ölmek. Çok iyi sağlık. > <https://www.verywellhealth.com/what-is-it-like-to-die-of-dementia-1132331>

MindStart. (2022, 25 Ağustos). Demans Aktiviteleri. > <https://www.mind-start.com/dementia-activities.html>

Türkiye Alzheimer Derneği. (2022, 25 Ağustos). *Alzheimer hastası yaşlılarla evde uygulanacak etkinlik rehberi.* >

<https://www.alzheimerderneği.org.tr/alzheimer-hastasi-yasli-larla-evde-uygulanacak-etkinlik-rehberi/>

DementiaUK. (2022, 25 Ağustos). Anlamli aktivitenin beşinci bölümü: İzolasyon dönemlerinde zihni formda tutmak. > <https://www.dementiauk.org/cognitive-stimulation/>

Alzheimer Derneği, Kanada (2022, 19 Eylül). Demans için Bahçe Terapisi. > <http://alzheimersocietyblog.ca/gardening-therapy-for-dementia/>

Alzheimer Teksas (2022, 19 Eylül). Demans Bakımı için Fotoğrafların Gücünü Kullanmanın 10 Yolu > <https://www.txalz.org/blog/powerofphotos/>





INFOCARE

InfoCARE | Supporting Informal Caregivers of People with Dementia



@infocareproject

www.infocare.me

infocare.erasmusproject@gmail.com

InfoCARE Konsorsiyum



Austrian Association of
Inclusive Society



ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΝΟΣΟΥ ΑΛΖΕΙΜΕΡ ΗΛΛΑΔΟΣ



EURASIA INSTITUTE



Danish Committee
for Health Education



Co-funded by
the European Union

Proje Numarası: 2021-1-ES01-KA220-ADU-000026660. Bu proje Avrupa Komisyonu tarafından desteklenmektedir. Bu yayın [iletişim/bağlantı] sadece yazarın görüşlerini yansıtmaktadır, ve içerdiği hiç bir bilgiden Komisyon sorumlu tutulamaz.