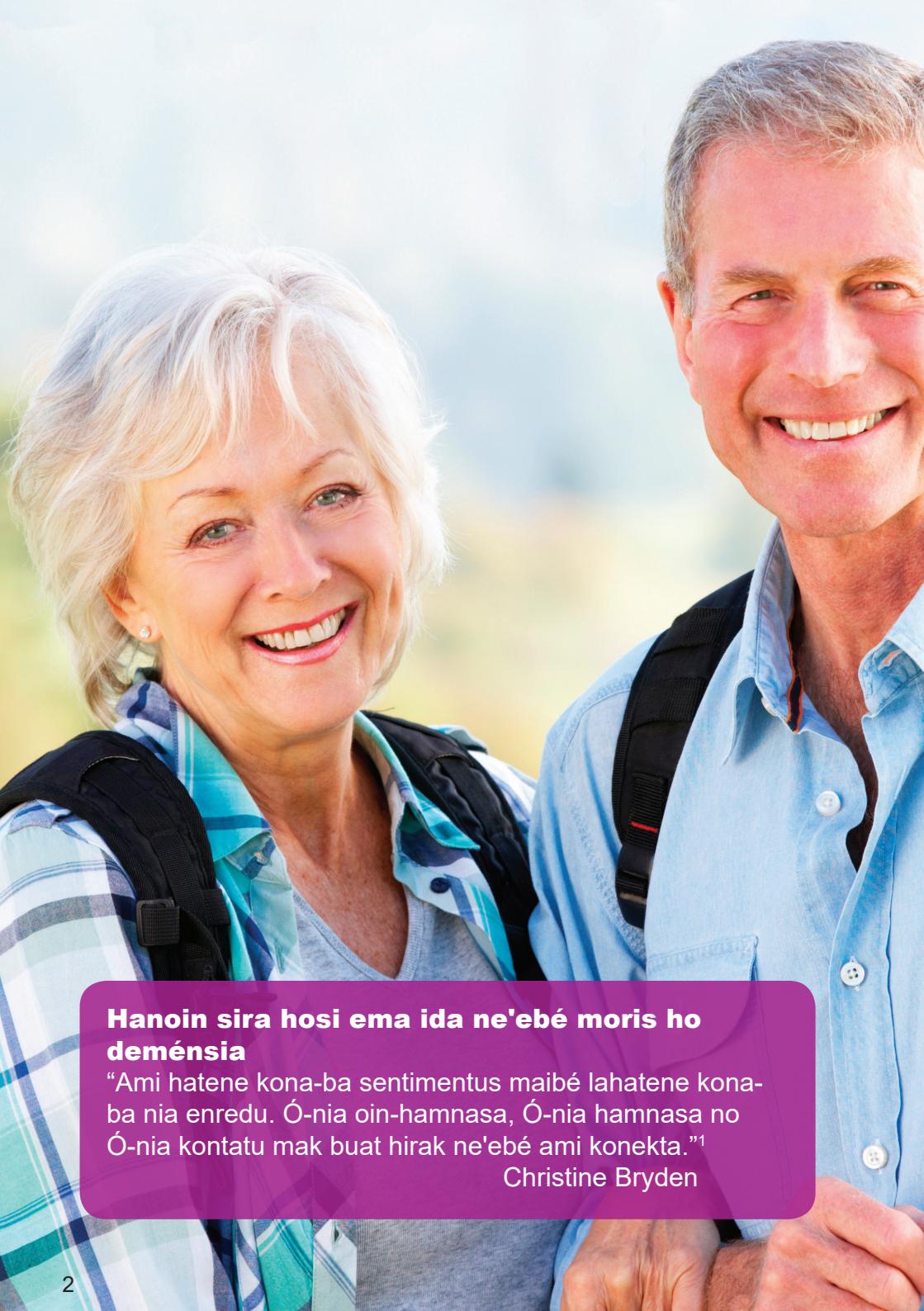


Komunika efetivamente ho ema ida ne'ebé moris ho deménsia



Health and
Social Care



Hanoin sira hosi ema ida ne'ebé moris ho deménsia

“Ami hatene kona-ba sentimentus maibé lahatene kona-ba nia enredu. Ó-nia oin-hamnasa, Ó-nia hamnasa no Ó-nia kontatu mak buat hirak ne'ebé ami konekta.”¹

Christine Bryden



Tansá mak komunikasaun importante?

Bainhira ema ida moris ho deménsia, provável katak sira-nia kapasidade atu komunika ne'e sei sai afetadu iha formas balun. Ida-ne'e sei depende ba área hosi kakutak nian ne'ebé sai danifikadu no/ka faze hosi ema ne'e nia progesaun ba iha sira-nia moras.

Ema ne'e labele muda maneira oinsá sira komunika ho ita. Ne'e ita-nia responsabilidade atu muda maneira oinsá mak atu komunika hodi hadi'ak sira-nia kompreensaun no moris-dí'ak.

Livretu ida-ne'e ho objetivu atu fó vizaun jerál ida kona-ba difikuldades potensiál ba komunikasaun nian ne'ebé sei esperimenta hosi ema ida ne'ebé moris ho deménsia, inklui:

- lakon memória;
- difikuldade atu forma ideias;
- difikuldade atu komprende;
- difikudade ho espresaun verbál.

Lá'os ema hotu mak ho deménsia sei esperimenta buat hirak-ne'e hotu.

Ida-ne'e mós oferese matadalan kona-ba oinsá ita bele komunika iha forma ne'ebé efikás liutan ho ema ida ne'ebé moris ho deménsia no komprende sentimentus ne'ebé ema ne'e sente daudaun.

Lakon

memória

Lakon memória ka memória ladi'ak iha tempu badak nia laran bele halo ema ne'ebé moris ho deménsia atu:

- hetan difikuldade atu lembra saida mak hateten ona ba sira;
- dezvia hosi pontu ka tópiku konversasaun nian;
- sai repetitivu, husu fila fali pergunta ne'ebé hanesan, konta fila fali istória ne'ebé hanesan ka fó informasaun hanesan filafila.;
- ko'alia barak tebes kona-ba pasadu;
- hetan difikuldade atu hanoin kona-ba naran ba ema, fatin no sasán sira;
- hahú ko'alia buat ruma no haluha tiha fali saida mak sira ko'alia daudaun ne'e.

Hanoin sira hosi ema ida ne'ebé moris ho deménsia

"Empatia ne'e kura..hadomi deit ami tuir ami-nia kondisaun."

Christine Bryden

Dikas útil

- Temi ema ne'e nia naran atu hetan atensaun iha inísiu no durante konversasaun.
- Koko atu tuur ho pozisaun ne'ebé aas hanesan ho ema ne'ebé ho deménsia
- Repete ita-nia liafuan se karik ita laiha serteza se karik ema ho deménsia ne'e rona ona ka kompreende ona buat ne'ebé mak ita hato'o ba nia.
- Bainhira liu ema nain ida mak marka prezensa, koko atu husik ema ida mak ko'alia uluk iha momentu ida.
- Hakerek liafuan xave hodi apoia saida mak ita-boot hateten ona (se karik ema ne'e sei iha nafatin kapasidade atu lee).
- Introduza tópiku no 'define senáriu' ba ema ne'e, p.e. "Hau hakarak atu ko'alia kona-ba ita-nia maun/alin John".
- Fó-hanoin ema ne'e ho liafuan-mamar kona-ba saida mak sira ka ita-boot hateten daudaun, p.e. "ita-boot foin hateten daudaun mai hau".

Ideias atu tulun memória

Iha faze inisiál sira hosi ema ida-nia deménsia iha buat balun ne'ebé ita-boot bele halo atu tulun sira-nia memória:

- enkoraja atu uza notas eskrita, p.e. kalendáriu ka kuadru avizu ida;
- Uza relójiu ka kontroladór tempu nian hodi kria lembretes ba ema ne'ebé ho deménsia;
- taka letreiru eskrita no rótulu ho imajen iha odamatan no gaveta sira atu fó-hanoin ba ema ne'e kona-ba saida mak iha laran;
- mantein diáriu ida kona-ba eventus loroloron nian no mós ba vizitante sira atu tau atensaun kona-ba sira-nia vizita;
- tau lapizeira no suratahan besik ba telefone;
- konsidera ensaiu diária kona-ba informasaun importante;
- prioritiza saida mak presiza atu lembra;
- halo ema ne'ebé ho deménsia ne'e envelopidu iha desizaun sira no koko evita atu asume.



Hanoin sira hosi parente ba ema ida ne'ebé moris ho deménsia

“Wainhira ema ida ne'ebé ho deménsia koa'lia no sira-nia konversa ne'e haksoit hosi buat ida ba ida seluk, ema ne'ebé ho sira sei tenke tuir deit, la importa se karik ne'e iha sentidu ka lae.”

Ajuda hodiforma ideias

Ita uza hanoin no ideias ne'ebé ita forma iha ita-nia kakutak atu influensia buat ne'ebé mak ita atu hateten. Ema ida ne'ebé ho deménsia bele hetan difikuldade atu forma ideias no hanoin ka apresia no komprende ema seluk nia ideias. Ida-ne'e bele signifika katak ema ne'e hetan difikuldade:

- bele hanoin kona-ba saida mak atu hatete, ne'ebé sei difikulta sira atu inisia konversasaun ida;
- komprende saida mak dehan ona ba sira rezulta iha difikuldade atu halo-tuir instrusaun sira;
- bele partisipa ka akompaña konverasaun ida ho ema sira seluk;
- Bele hatán perguntas ho forma adekuada.

Dikas útil

- Pauza no fó tempu ba ema ne'ebé ho deménsia atu prosesa saida mak ita-boot hatete ka husu no mós atu elabora resposta ida.
- Uza jestu no sinál sira naun-verbál nian mak hanesan hatudu ka uza dezeñu atu ajuda kompreensaun kona-ba saida mak ita-boot hateten.
- Repete fila fali se karik ita-boot laiha serteza katak ema ne'ebé ho deménsia ne'e rona ona ka komprende ona saida mak ita hateten.
- Minimiza nível distraisaun no barullu.
- Hakerek liafan xave ne'ebé ita-boot hateten daudaun no/ka hatudu dezeñu atu estimula kompreensaun.
- Se karik ema ne'ebé ho deménsia ne'e lakon foku entaun fó-hanoin sira ho liafan-mamar kona-ba tópiku ne'e, p.e. "Hau hakarak atu ko'alia kona-ba ita-nia korente ne'ebé tau iha kakorok".

Hanoin sira hosi parente ida ba ema ida ne'ebé moris ho deménsia

"Hau lembra ho papá uza efeitu 'ping pong', hau hanoin nia naran mak ne'e. Se karik nia dehan buat ruma mak 'brillante', hau dehan 'brillante' no hafoin nia temi tuir; ida-ne'e akontese filafila durante tempu balun nia laran."

Tulun ho kompreensaun

Ema ne'ebé ho deménsia nia kapasidade atu komprende, prosesa no responde ba informasaun ne'ebé nia rona, no nível rapidés iha-ne'ebé sira bele halo ida-ne'e bele afeta hosi sira-nia kondisaun. Ida-ne'e bele halo sira atu hetan difikuldade hodi:

- partisipa iha buat ne'ebé akontese daudaun ka akompaña konversasaun ida ho ema seluk;
- komprende ka lembra saida mak hateten daudaun ba sira;
- bele hatán ba perguntas ho forma adekuada;
- sintoniza programas televizaun ka rádiu nian.

Dikas útil

- Ko'alía neineik no klaramente no ho volume normál.
- Mantein ita-nia linguajen badak no simples deit.
- Repete fila fali se karik ita-boot laiha serteza katak ema ne'e rona ona ka komprende ona saida mak ita hateten.
- Muda maneira oinsá ita hateten buat rumá se karik ita-boot laiha serteza katak ema ne'e komprende ona, envezde halo repetisaun.
- Tau énfaze ba liafuan xave sira.
- Pauza no fó tempu ba ema ne'e atu prosesa saida mak ita-boot hateten ona.
- Uza jestu no sinál sira naun-verbál nian atu ajuda kompreensaun kona-ba saida mak ita-boot hateten.
- Bainhira liu ema nain ida mak marka prezensa, koko atu husik ema ida mak ko'alía uluk iha momentu ida.
- Uza dezeñu no liafuan sira iha eskrita atu tulun kompreensaun (se karik ema ne'e sira iha nafatin kapasidade atu lee no koñese dezeñu).
- Evita liafuan sira hanesan 'kesi tali-fukun' - di'akliu dehan 'kaben'.
- Introduza tópiku no 'define senáriu' ba ema ne'e, p.e. "Hau hakarak atu ko'alía kona-ba ita-nia bin/alin Rose".

Hanoin sira hosi parente ba ema ida ne'ebé moris ho deménsia

"Ko'alía tópiku ida ne'ebé sei refere ba, hanesan ho papá no kazamentu, ka Easkey no peska. Hau deskobre katak bainhira ita iha tópiku ne'ebé atu refere ba ne'e útil tebes bainhira ita fera-ulun hodi buka liafuan, tanba sira familiár no bele insertiva nia atu partisipa iha konversasaun ida bainhira nia bele buka liafuan atu hatutan."

Tulun ho espresaun verbál

Ema ida ne'ebé ho deménsia bele hetan difikuldade atu organiza no espresa ideias nesesáriu ba konversa ne'e. Inisia konversasaun no mantein nafatin tópiku bele móis sai impedimentu tanba ema ne'e karik bele hetan difikuldade atu forma ideias no hetan konsentrasaun.

Kapasidade atu ko'alia klaramente bele impede hosi konversa ne'ebé karik bele iha sentidu 'konfuzu'. Difikuldades ho partisipasaun iha konversasaun ne'e bele inklui:

- diskursu ne'ebé konfuzu;
- uza lifuan ne'ebé 'sala', p.e. dehan 'dapur' bainhira ita nia intensaun atu hateten 'hariis-fatin';
- fera-ulun atu buka liafuan ne'ebé mak loos;
- ezitasaun no repetisaun;
- ko'alia sees hosi tópiku/lakon foku kona-ba tópiku refere;
- ko'alia la moos/rona ba la klaru;
- envolvidu iha saida mak akontese ka akompaña buat ne'ebé ema seluk ko'alia;
- bele hatán ba perguntas ho forma adekuada;
- hanoin kona-ba naran, fatin no sasán sira-nia naran;
- bele hanoin kona-ba saida deit mak atu hateten.



Dikas útil

- Evita husu perguntas, bainhira posivel - ida-ne'e tau presaun ba ema ne'e atu responde. Di'akliu koko atu oferese sujestau, p.e. "oinsá se karik ita hemu xá" no "mai ita la'o halimar".
- Bainhira ema ne'ebé ho deménsia hetan difikuldade atu buka liafuan ne'ebé adekuada, entaun fó sujestau maibé evita atu finaliza ema ne'e nia fraze hodi sira-nia naran.
- Bainhira ema ne'ebé ho deménsia labele espresa sira-nia an klaramente, observa didi'ak sira-nia komunikasaun naun-verbál (linguajen isin-lolon, espresaun oin) hodi hetan dika
- Enkoraja formas komunikasaun hotu-hotu, jestu, espresaun oin, dezeñu, nts.
- Se bainhira ita seidauk comprende saida mak ema ne'ebé ho deménsia ne'e hateten ona, ita bele husu ba sira atu repete. Evita atu labele husu ida-ne'e dalabarak liu hodi nune'e sei la halo sira sente triste.

Fraze sira ne'ebé útil

- Haree ba ita neon-kraik/laran la metin.
- Hau mós nunka bele lembra.
- Haree ba ita-boot iha saudade ba ita-nia...
- Dalaruma susar tebes atu hanoin kona-ba buat sira-ne'e.
- Mai ita halo ida-ne'e hamutuk.
- Hau presiza tebes ita-nia ajuda.
- Hau sente mesak deit no sente lakon.
- Hau bele halo mós ho belun ida.
- Sente ba frustrante duni bainhira ita labele hanoin kona-ba liafuan ne'e loos ka lae?
- Karik ne'e buat rumá kona-ba...?
- Ita gosta hela iha....

Komunikasaun

naun-verbál

Dikas naun-verbál nian ne'e forma 93% hosi oinsá ita komunika ba malu. Sira fó inspirasaun barak ba ita kona-ba saida mak ema ne'ebé moris ho deménsia ne'e koko atu hateten, liuliu iha momentu bainhira komunikasaun verbál nian ne'e difisil. Alende difikuldades hotu-hotu ho linguajen nian ne'ebé dalaruma ita bele hasoru komunikasaun verbál ne'e dalabarak sei di'ak nafatin. Ne'e-duni observa didi'ak ba dikas naun-verbál hotu-hotu mak hanesan espresaun oin, jestu, hatuduk, nst. tanba hirak-ne'e bele ajuda ita atu comprende saida mak ema ne'ebé ho deménsia ne'e komunika daudaun.

Sin/lae

Importante atu nota katak ema ida ne'ebé moris ho deménsia bele mistura sira-nia resposta sin/lae. Ema ne'e bele dehan 'lae' bainhira sira tuir loloos hakarak atu dehan 'sin' no vise versa. Ne'e-duni, tuir ne'ebé akonsella ona, halo favór observa didi'ak saida mak sira-nia dikas naun-verbál ne'e hatudu mai ita.

Komprende sentimentus

Ema ida ne'ebé ho deménsia sei esperimenta nafatin sentimentu ne'ebe hanesan ho ita-boot no hau. Maibé mudansa iha funsaun kognitiva nian, hamutuk ho aumentu iha difikuldades ho komunikasaun nian ne'e bele signifika katak ema ne'e susar atu komunika sentimentu hirak-ne'e iha maneira ne'ebé tuir loloos nian. Tanba ho razaun ida-ne'e, diferensas iha sira-nia komunikasaun no/ka sira-nia hahalok ne'e bele sai indikasaun ida kona-ba nesesidade ka sentimentu ida ne'ebé ema ne'e koko atu espresa.

Kuandu ema ne'e kontinua ho sira-nia jornada ba iha deménsia, kapasidade atu kontrola sira-nia ko'alia no/ka hahalok ne'e sei afetadu liutan. Ne'e-duni ita presiza atu konxiente kona-ba oinsá mak ita komunika ho ema no oinsá mak ita-nia resposta ne'e bele fo impaktu ba ema ne'e nia sentimentu no hahalok. Ema ne'ebé ho deménsia sei labele atu ajusta ka muda maneira oinsá sira espresa sira-nia an.

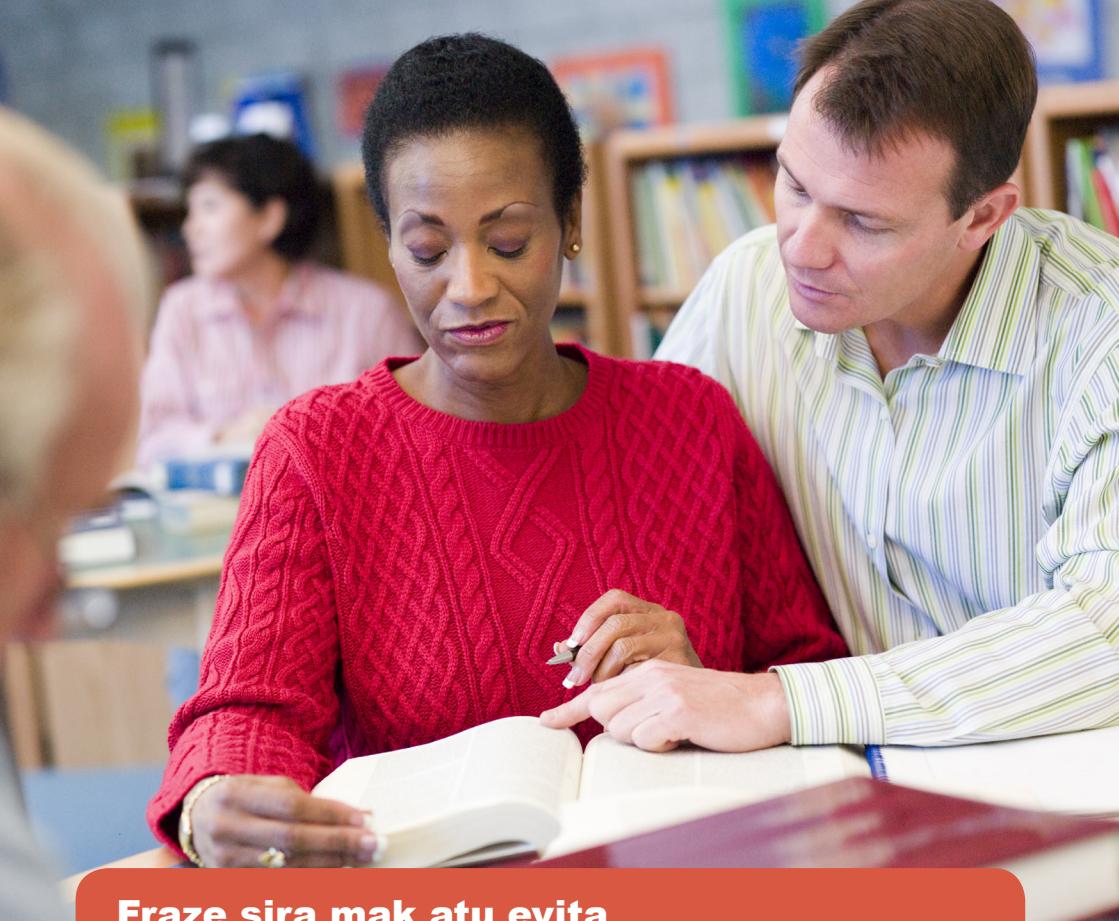
Ne'e nu'udár ita-nia responsabilidade atu muda maneira oinsá ita komunika hodi nune'e bele apoia ema ne'e iha forma efikás. Ita tenke PARA, HAREE no RONA no buka-hatene signifikadu hosi komunikasaun ka hahalok hotu-hotu, liuliu se bainhira ema ne'e ansiozu ka sente iha presaun.

Importante katak ita observa ema ne'e nia liafuan ka asaun atuál no buka-hatene sentimentu subjasente ne'ebé komunika hela daudaun no responde efetivamente.

Se karik ema ne'ebé ho deménsia ne'e dehan, purezemplu, 'Hau hakarak hau-nia mamá' ne'e dalaruma sira komunika kona-ba nesesidade ba seguransa no domin. Ko'alia ho ema ne'e kona-ba sira-nia mamá ka moris iha uma nian, purezemplu, 'Hau hatene duni katak ita saudade ba ita-nia mamá'. Ema ne'e bele sente lakon no inseguru. Reafirma ba sira no koko atu promove sentimentu ba seguransa nian. Ignora ka diverte ema ne'e sei la rezolve sentimentu subjasente ne'ebé espresa daudaun. Bainhira ita-boot responde ona ba sentimentus, karik iha folin duni atu koko no diverte ema ne'e nia atensaun hodi inisia atividade ida, tarefa ida diferente ka oferece xá xikara ida bainhira adekuada.

Importante katak ita uza tempu atu koko no comprende sentimentu no esperiênsia hosi ema ne'ebé moris ho deménsia atu nune'e hadi'ak sira-nia kualidade moris no sentidu ba moris-di'ak nian.





Fraze sira mak atu evita

- Ita-boot foin husu ida-ne'e mai hau.
- Ita-boot la ba ona serbisu.
- Ita-nia inan mate kleur tebes ona.
- Karik ita labele hanoin buat ruma atu halo.
- Ita-boot haluha fali ona.
- Hau hateten ona ba ita-boot.
- Hein uitoan.
- Labele halo ona ida-ne'e.

Área sira seluk ne'ebé bele afeta komunikasaun

Lee no hakerek

Kapasidade atu lee nian ne'e bele hetan impedimentu bainhira ema ida hetan deménsia. Lee bele sai difisil tanba ema ne'e bele laiha ona kapasidade atu lembra saída mak sira lee ona, comprende liafuan sira ka konsentra ba tempu kleur nato'on. Iha momentu balun bainhira ema ne'e karik comprende deit fraze eskrita ne'ebé badak no simples ka liafuan ida-ida.

Kapasidade hakerek nian ne'e mós bele sai afetadu tanba sira labele ona atu kaer no uza lapizeira, no transfere sira-nia ideias ba iha liafuan eskrita.

Se karik observa katak ema ne'ebé ho deménsia ne'e hetan difikuldade atu lee no/ka hakerek, no haree ba hanesan hirus ka frustradu ho ida-ne'e, reafirma sira ho liafuan-mamar no labele husu sira atu lee no hakerek ba ita-boot.

Uza livru sira ho dezeñu no fotografia no mós livru sira ho impresaun boot.

Bainhira Inglés lá'os sira-nia lian-inan

Iha tempu balun bainhira ema ne'ebé moris ho deménsia la ko'alía Inglés nu'udár sira-nia lian-inan. Se bainhira ko'alía iha lian seluk, ka troka malu entre Inglés no lian seluk, dalaruma di'akliu arranja durubasa ida atu ba vizita. Durubasa ne'e bele fó inspirasaun kona-ba ema ne'e nia kapasidade linguística, no fó frazes útil hodi ajuda komunikasaun efetivu.

Bainhira iha impedimentu signifikativu ba raronak

Se bainhira lakon signifikativu ba raronak mak afeta ema ne'e nia kapasidade atu komunika ho ema seluk, entaun ita-boot tenke konsidera atu halo enkamiñamentu ba ekipa defisiénsia sensorial

Sosiedade Alzheimer

Apartadu 4
Balmoral Business Park
Boucher Crescent
Belfast
BT12 6HU
Tel: 028 9038 7770
www.alzheimers.org.uk

Age NI

3 Lower Crescent
Belfast BT7 1NR
0808 808 7575
www.ageuk.org.uk/northern-ireland

Kuidadór sira Irlanda du Norte

58 Howard Street
Belfast
BT1 6PJ
028 9043 9843

Sentru Dezenvolvimentu Servisus Deménsia Irlanda du Norte

The Mount Business & Conference Centre
2 Woodstock Link
Belfast
BT6 8DD
Irlanda du Norte
028 9073 0160 or 01786467740
028 9073 0160 or 01786467740 028
9073 0160 or 01786467740

Servisu Interpretasaun Kuidadu Saúde no Sosiál Irlanda du Norte

Primeiru Andár - Graham House
Knockbracken Healthcare Park
Saintfield Road
Belfast BT8 8BH
028 9056 3794

Autór prinsipál Ruth Sedgewick, Belfast Health and Social Care Trust.
Janeiru 2014.

Referéncias

1. Bryden C. *Dansa ho Deménsia Hau-nia Istória kona-ba Moris iha Foma Pozitivu ho Deménsia Londres: Jessica Kingsley Publishers; 2005*

Bibliografia

Sosiedade Alzheimer Reino Unido. Komunika [online] Disponivel hosi: http://www.alzheimers.org.uk/site/scripts/documents_info.php?documentID=130 [Asesa ikusliu loran 20 Agostu 2014]

Barnes CJ. *Chatter Matters. Aprezentasaun ida ba Kuidadór sira hosi Ema ne'ebé ho Difikuldades Komunikasaun no Memória nian Publika hosi Autór. 2003*

Powell J. *Kuidadu/Importa atu Komunika. Ajuda Ema Idozu ne'ebé ho Deménsia Londres: Hawker Publications; 2000.*

Rekoñesimentus

Ho agradesimentu ba:

Irlanda du Norte nia forum rejonal deménsia ba terapia ko'alia no lingua nian

Belfast Health and Social Care Trust servisu internamentu/kobertura deménsia nian

Informasaun balun adapta hosi
Dementia Care Matters,
St George's House,
34-36 St George's Road,
Brighton, BN2 1ED.
Tel: 01273 242335.
Web: www.dementiacarematters.com
Email: info@dementiacarematters.com



Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:



DELIVERING SOCIAL CHANGE