

Всемирный месяц осведомленности о болезни Альцгеймера

Дайджест. Сентябрь 2022

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
ПРОЕКТ



ОПЫТНЫЙ МАРФОН

Оглавление

ВЕБИНАРЫ КОАЛИЦИИ	2
«Навыки коммуникации с близким человеком, у которого обнаружили деменцию»	2
«Как распознать деменцию и помочь правильно. Особенности взаимодействия волонтеров со старшими»	3
«Здоровая память. Основы когнитивной тренировки»	4
«Взаимосвязь насилия и деменции»	5
«Опыт работы Благотворительного Центра «Хэсэд Авраам» с людьми с деменцией»	6
«Стратегия предупреждения». Опыт Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус»	7
ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПОРТАЛЫ.....	7
Фонд помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус»	7
MEMINI	8
Деменция. Как быть рядом?	8
Центр памяти.....	9
Деменции.net	9
СПРАВОЧНИКИ.....	9
Информационный справочник по деменции.....	9
Деменция: самостоятельная профилактика	10
Деменция: как ухаживать за больными.....	10
Помощь людям с деменцией и их семьям. Блокнот ухаживающего	11
Когнитивный тренинг: упражнение интеллекта и речи в пожилом возрасте	12

Клинические рекомендации «Когнитивные расстройства у лиц пожилого и старческого возраста» ..12	
Методические рекомендации «Программа профилактики, раннего выявления, диагностики и лечения когнитивных расстройств у лиц пожилого и старческого возраста»	13
ЛИСТОВКИ.....	13

ВЕБИНАРЫ КОАЛИЦИИ

«Навыки коммуникации с близким человеком, у которого обнаружили деменцию»

09

сентября

10.00



АЛЕКСАНДРА
ЩЕТКИНА

президент Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус»



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
ПРОЕКТ

ОПЫТНЫЙ МАРАФОН

Деменция

Навыки коммуникации с близким человеком, у которого обнаружили деменцию

Совместный вебинар Коалиции НКО "Забота рядом" и АНО "Студио - Диалог" в рамках Опытного марафона "Всемирный месяц осведомленности о болезни Альцгеймера" и проекта "Развитие горячих линий помощи пожилым" при поддержке Фонда Тимченко.

Длительность – 1 час 16 минут

На вебинаре поговорили:

- о первых признаках деменции, которые можно обнаружить в процессе коммуникации;

- о ключевых навыках коммуникации с человеком, у кого обнаружена деменция;
- о том, как оказывать помощь, даже если просьба выглядит «странно».

Спикер: Александра Щеткина, журналист, автор адаптированной версии курса Dementia care skills, основатель сети альцгеймер-кафе «Клуб Незабудка», президент Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус».

«Как распознать деменцию и помочь правильно. Особенности взаимодействия волонтеров со старшими»

16
апреля

10:00

Татьяна РОМАШОВА,
клинический психолог,
руководитель центра
дневного ухода за
людьми с деменцией
БЦ «Хэсэд Авраам»,
г.Санкт-Петербург

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ

ЗАБОТА РЯДОМ
коалиция НКО

ОПЫТНЫЙ МАРАФОН
РАБОТА С ПОЖИЛЫМИ

**ДЕМЕНЦИЯ
РАСПОЗНАТЬ И ПОМОЧЬ**

- ✓ диагностика деменции, ее обнаружение;
- ✓ особенности взаимодействия с пожилыми людьми;
- ✓ обмен опытом и практиками работы.

Длительность – 1 час 54 минута

В рамках вебинара освещаются такие вопросы как:

- диагностика деменции и мероприятиях по ее обнаружению;
- особенности взаимодействия с пожилыми людьми (как соблюдать чужие границы и держать свои, как правильно реагировать на эмоциональные проявления и проч.).

Спикер: Татьяна Ромашова, клинический психолог и руководитель центра дневного ухода за людьми с деменцией в Хэсэд Авраам Санкт-Петербург.

«Здоровая память. Основы когнитивной тренировки»

02
июля
10.00



ТАТЬЯНА РОМАШОВА
клинический психолог,
руководитель
Центра дневного ухода БЦ
«Хэсэд Авраам»,
г. Санкт-Петербург

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЕКТ



ОПЫТНЫЙ МАРАФОН
Здоровье и качество жизни

Здоровая память. Основы когнитивной тренировки

- ☑ Основы сохранения ментального здоровья
- ☑ Основные принципы и построение занятий по тренировке памяти
- ☑ Практические рекомендации и упражнения для сохранения когнитивных функций

Длительность – 1 час 47 минут

В программе вебинара:

- Основы сохранения ментального здоровья.
- Основные принципы и построение занятий по тренировке памяти.
- Практические рекомендации и упражнения для сохранения когнитивных функций.

Спикер: Татьяна Ромашова, клинический психолог и руководитель центра дневного ухода за людьми с деменцией в Хэсэд Авраам Санкт-Петербург.

«Взаимосвязь насилия и деменции»

23

сентября

12.00



АЛЕКСАНДРА
ЩЕТКИНА

президент Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус»



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ
ПРОЕКТ

ОПЫТНЫЙ МАРАФОН

Деменция

Взаимосвязь насилия и деменции

Совместный вебинар Коалиции НКО "Забота рядом" и АНО "Студио - Диалог" в рамках Опытного марафона "Всемирный месяц осведомленности о болезни Альцгеймера" и проекта "Страха.net" при поддержке Фонда президентский грантов.

Длительность – 1 час 22 минуты

На вебинаре обсудили:

- Причины жесткого обращения с человеком с деменцией.

- Проблемы выявления фактов насилия в отношении человека с деменцией.
- Возможную помощь семье, в которой есть родственник с деменцией.

Спикер: Александра Щеткина, журналист, автор адаптированной версии курса Dementia care skills, основатель сети альцгеймер-кафе «Клуб Незабудка», президент Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус».

«Опыт работы Благотворительного Центра «Хэсэд Авраам» с людьми с деменцией»

Профилактика насилия в отношении пожилых

Опыт работы Благотворительного Центра «Хэсэд Авраам» с людьми с деменцией.



ТАТЬЯНА РОМАШОВА,
клинический психолог, руководитель центра
дневного ухода для людей с деменцией
«Лоскутки», МОО БЦ «Хэсэд Авраам»

Длительность – 16 минут

Спикер: Ромашова Татьяна, клинический психолог, руководитель Центра дневного ухода для людей с деменцией «Лоскутки», МОО БЦ «Хэсэд Авраам».

«Стратегия предупреждения». Опыт Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус».

Профилактика насилия в отношении пожилых

Стратегия предупреждения. Опыт Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус».



АЛЕКСАНДРА ЩЕТКИНА,
журналист, президент фонда помощи
пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус».

Длительность – 22 минуты

Спикер: Александра Щеткина, журналист, автор адаптированной версии курса Dementia care skills, основатель сети альцгеймер-кафе «Клуб Незабудка», президент Фонда помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус».

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ПОРТАЛЫ

Фонд помощи пациентам с деменцией и их семьям «Альцрус»

Фонд Альцрус — это фонд системной поддержки семей и людей с деменцией в разных регионах России. Цель — сделать так, чтобы в любой точке страны родственники имели доступ к информации о

7

болезни, лечении и уходе, получали психологическую и юридическую помощь, а также своевременную качественную медицинскую и паллиативную помощь.

Программы Фонда:

- Горячая линия Альцрус
- Психологическая помощь ухаживающим
- Информационная помощь
- Поддержка людей с деменцией

Все мероприятия Фонда для ухаживающих и людей с деменцией бесплатны.

MEMINI

Мемини – это социальный проект, созданный в 2008 году при поддержке врачебного сообщества, посвящен семьям, в которые пришла беда под названием «деменция». На сайте представлена информация о диагностике и лечении, советы по уходу, консультации с ведущими специалистами, тесты на деменцию.

Деменция. Как быть рядом?

База знаний Благотворительного центра «Хэсэд Авраам», которая позволит лучше понять природу деменции, распознать тревожные сигналы и овладеть навыками ухода за больными. Важно, чтобы каждый, кто на собственном опыте столкнулся с проявлениями деменции, был вооружён всей необходимой информацией о ней. Также на сайте есть лекции о деменции и Аризонский тест для раннего выявления когнитивных нарушений.

Центр памяти

Проект Университет старшего поколения, направленный на профилактику деменции и борьбу с ней.

Работа проекта ведётся по трём направлениям:

- общие занятия для развития и сохранения когнитивных функций;
- специализированный курс для тех, у кого есть небольшие когнитивные нарушения;
- просветительская деятельность — распространение информации о деменции в формате печатных материалов и видео.

Деменции.net

Проект Деменция.net создан в 2021 году благотворительным фондом «Память поколений».

На сайте:

- Общая информация о деменции
- Тесты на деменцию
- Видеокурсы
- Карта центров профилактики когнитивных расстройств
- Анонсы мероприятий

СПРАВОЧНИКИ

Информационный справочник по деменции

Содержание:

- Как распознать деменцию?
- Как принять болезнь и беспомощность?

- С чем вы столкнетесь?
- Общие медицинские вопросы
- Стратегия лечения
- Стратегия немедикаментозной поддержки
- Взаимодействие с государственными структурами и службами
- Социальное обслуживание
- Юридические вопросы
- Основы ухода
- Безопасность
- Какие организации могут вам помочь

Автор - Благотворительного фонда «Память поколений».

Деменция: самостоятельная профилактика

К сожалению, деменцию вылечить невозможно. Однако профилактические мероприятия могут её отсрочить или даже предотвратить. Для этого необходимо в первую очередь заботиться о своем здоровье, учитывая факторы риска. Каковы причины потери памяти, потери концентрации, внимания, способности планировать у человека в пожилом возрасте?

Нашу память можно аллегорически сравнить с сугробом снега. Чем больше и белее сугроб, тем лучше наша память. Но под действием различных химикатов или погодных условий сугроб может начать уменьшаться и таять. Точно так же под влиянием различных условий жизни и нашего поведения начинает «таять» и наша память.

Автор - Университет старшего поколения.

Деменция: как ухаживать за больными

Родственники с деменцией — огромное испытание для семьи. Тяжело смотреть, как близкий человек постепенно теряет умственные способности, забывает события, места и людей, превращается в

другого, незнакомого человека. Деменция — это симптомы заболеваний мозга, которые приводят к снижению когнитивных функций, таких как мышление, память, ориентация в пространстве.

Автор - Университет старшего поколения.

Помощь людям с деменцией и их семьям. Блокнот ухаживающего

Содержание блокнота:

- Фонд АЛЬЦРУС
- Поддержка ухаживающих во Владивостоке
- Деменция — ненормальный процесс старения
- Обследование и лечение
- План действий при диагнозе «деменция»
- Как завести карту в ПНД
- Что вы должны знать после похода к врачу
- Как оформить инвалидность
- Что дает инвалидность
- Социальное обслуживание
- Как признать гражданина недееспособным
- Как оформить опеку
- Права, льготы опекуна и недееспособного гражданина
- Юридическая помощь
- Паллиативный уход
- 10 советов ухаживающим родственникам
- Полезные ресурсы

Автор - Автономная некоммерческая организация «Центр социального обслуживания "Патронаж».

Когнитивный тренинг: упражнение интеллекта и речи в пожилом возрасте

Одной из важных проблем современной цивилизации является лавинообразное старение населения, определяемое как увеличением продолжительности жизни людей, так и снижением рождаемости.

В этом отношении Россия не является исключением. С каждым годом возрастает численность людей пенсионного возраста. Все это приводит к появлению множества новых социальных и медицинских проблем, связанных как с недостаточным охватом населения гериатрической помощью (специализированной медицинской помощью для людей пожилого и старческого возраста), так и отсутствием или слабой развитостью социальных служб, осуществляющих уход за пожилыми.

Авторы: Российский геронтологический научно-клинический центр, Федеральный центр координации деятельности субъектов Российской Федерации по развитию организации оказания медицинской помощи по профилю «гериатрия».

Клинические рекомендации «Когнитивные расстройства у лиц пожилого и старческого возраста»

Когнитивные расстройства (КР) – субъективное и/или объективно выявляемое ухудшение когнитивных функций (внимания, памяти, речи, восприятия, праксиса, управляющих функций) по сравнению с исходным индивидуальным и/или средними возрастными и образовательными уровнями вследствие органической патологии головного мозга и нарушения его функции различной этиологии, влияющее на эффективность обучения, профессиональной, социальной и бытовой деятельности.

Авторы: Российский геронтологический научно-клинический центр, Федеральный центр координации деятельности субъектов Российской Федерации по развитию организации оказания медицинской помощи по профилю «гериатрия».

Методические рекомендации «Программа профилактики, раннего выявления, диагностики и лечения когнитивных расстройств у лиц пожилого и старческого возраста»

Методические рекомендации предназначены для врачей — гериатров, врачей общей практики, терапевтов, также будут полезны врачам других специальностей, работающим с пациентами пожилого и старческого возраста, студентам, ординаторам, а также медицинским сестрам и специалистам по социальной работе.

Методические рекомендации изданы в рамках реализации национального проекта «Демография» и федерального проекта «Разработка и реализация программы системной поддержки и повышения качества жизни граждан старшего поколения.

Авторы: Российский геронтологический научно-клинический центр, Федеральный центр координации деятельности субъектов Российской Федерации по развитию организации оказания медицинской помощи по профилю «гериатрия».

ЛИСТОВКИ

1. [10 признаков деменции](#)
2. [Виды и симптомы деменции](#)
3. [Правила общения с человеком с деменцией](#)
4. [Гайд «Безопасный дом для человека с деменцией»](#)
5. [Чек-лист по предотвращению пропажи близкого с деменцией](#)
6. [Чек-лист для ухаживающих](#)

7. [Информационные карточки Фонда «Альцрус» для распространения](#)
8. [Плакат «Самая коварная болезнь пожилого возраста»](#)