

GOMENDIOAK

DEMENTZIA DUEN PERTSONAREN

INGURUA EGOKITZEKO

Dementia duen pertsonak nahastua izan ohi du eguneroko bizitzan moldatzeko gaitasuna; gaixotasunaren zer fasetan dagoen, halakoa nahasmendua. Haren ingurua egokitzen bada, duen autonomia hobetzen ahal da, baita zaintzaileen lana errazten ere.

Segurtasun neurriak

- ▶ Txartel bat sartzea karteran edo identifikazio-eskumutur bat paratzea, eta bertan datu hauek: izen-deiturak, helbidea eta erreferentziako norbaiten telefono mugikorren zenbakia. Gaur egun badira GPS motako lokalizazio-gailuak (mugikorretan, erlojuetan...)
- ▶ Ateetan segurtasun-sarrailak jartzea, kanpotik irekitzen ahal direnak dementia duen pertsona itxita geratzen bada. Segurtasun-gailuak erabiltzea leihotetan.
- ▶ Pasaguneetatik trabak kentzea, hala nola alfonbrak eta altzariak, zabal eta ibiltzeko moduan gera daitezten. Argiztapen egokia izatea, uniformea eta itzalik sortzen ez duena.
- ▶ Zoru irristakorrik ez egotea, ezta desnibelik duenik ere.
- ▶ Ez uztea haren eskura produktu toxikorik.
- ▶ Koloretako kartelak edo marrazkiak paratzea tokiak bereizteko (sukaldea, bainugela, katiluen armairua...)
- ▶ Giro lasaian egotea: zaratak kentzea, tenperatura egokia izatea, gehiegizko estimulua saihestea (adib., telebista itzaltzea ikusten ari ez bagara).
- ▶ Orientatzen lagunduko dioten tresnak paratzea: erlojuak, egutegiak edo informazioa duten kartelak. Ispiluak kentzea, erria nahasarazten badute.
- ▶ Bainugelan mesedegarria izan daiteke honako hauek erabiltzea: komuneko jasogailuak, euste-barrak, heldulekuak, agente bakarreko txorrotak eta termostatoa erabiltzea, baita zerrenda irristagaitzak itsastea eta dutxan edo bainuontzian aulkia paratzea ere.
- ▶ Sukaldean, komeni da segurtasun-mekanismoak dituzten etxetresna elektrikoak eta entxufeak paratzea. Onuragarria da zernahi elementu arriskutsu kontrolatzea: suak, labea, tresna ebakitzailak, etab.; eta orobat komeni da ahoratzeko moduko objektu txikiak edo janari-hondarrak kentzea eta material hautsezinezko baxera erabiltzea.

Laguntza teknikoak eta teknologia berriak

- ▶ **Laguntza teknikoak:** mugitzen laguntzeko tresnak, hala nola takatakak, gurpil-aulkiak, pertsonak jasotzeko aulkiak, garabiak, eskailera-igogailuko aulkiak...; zarakarren kontrako koltxoiak edo kuxinak, zarakarrak ager ez daitezen, eta koltxoi iragazgaitz transpiragarriak, zaintza errazteko...
- ▶ **Teknologia berriak:** gaixoa zaintzeko soinu-sentsoreak edo bideo-zaintzarako gailuak; arriskuak detektatzekoak, hala nola sute-sentsoreak, edo orientatzen laguntzen dutenak, hala nola deietarako laguntza-sistemak dituzten telefonoak (argazki bidezko identifikazioa dutenak), etab.

