

Vključevanje oseb z demenco v prilagojene aktivnosti v času

COVID-19

Involving persons with dementia in adapted activities during

COVID-19

David Krivec, univ. dipl. soc., Jelka Cerar, univ. dipl. soc. del., Laura Fajkovič, dipl. soc. del.,

dr. Špela Glišović Krivec, univ. dipl. biol.

Spominčica – Alzheimer Slovenija – Slovensko združenje za pomoč pri demenci

POVZETEK

Demenca, za zdaj neozdravljiva in napredujoča bolezen, ni del običajnega staranja. O demenci govorimo takrat, ko se zaradi bolezni možganov posameznikove kognitivne sposobnosti poslabšajo do te mere, da je to moteče pri vsakdanjem življenju. Demenca vedno močno vpliva na življenje prizadete osebe in njeno družino. Za osebe z demenco je koristno, da so čim dlje v domačem (poznanem) okolju in vključeni v socialne stike. V času epidemije covid-19 se je izkazalo, da so družine oseb z demenco in tudi tisti, ki v začetni fazi bolezni živijo sami doma, v še večjih stiskah in težavah. Raziskovalci po svetu so v številnih raziskavah ugotavljali vplive epidemije covid-19 na zdravstveno stanje oseb z demenco, oseb z blagim kognitivnim upadom (MCI) in njihove svojce. Negativne vplive so povezali predvsem z zmanjšanjem socialnih stikov, zmanjšano aktivnostjo, spremenjeno dnevno rutino in povečanimi izdatki zaradi oskrbe .

V Združenju Spominčica smo želeli ugotoviti, s kakšnimi težavami se srečujejo osebe z demenco in njihovi svojci v času epidemije covid-19 in se nanje ustrezno odzvati. Izvedli smo periodične evalvacije tematik svetovanj v okviru Posvetovalnice in skupaj s strokovnjaki ustrezno prilagodili dejavnosti ter pripravili odzive, s ciljem ohranjanja socialne vključenosti, ohranjanja kognitivnih sposobnosti in opolnomočenja uporabnikov.

Skupna značilnost posledica epidemije je, da se je zdravstveno stanje oseb z demenco in njihovih oskrbovalcev poslabšalo, bistveno se je zmanjšala dostopnost do podpornih storitev v skupnosti in institucionalnih storitev. Dejavnosti skupin za samopomoč svojcem, delavnice Dejva in Alzheimer Cafe-je smo prilagodili novim razmeram in jih izvajali preko spleta. Svojci so se med epidemijo covid-19 soočali tudi z novimi dilemami in stiskami. Kot odgovor na opaženo, smo pripravili vrsto napotkov in pričeli s kampanjo ozaveščanja in opolnomočenja "Demenca in epidemija covid-19". Pomembno vlogo pri zagotavljanju dostopnosti do informacij o demenci in oblikah pomoči imajo Demenci prijazne točke, katerih nosilke so prepoznane organizacije v lokalnem okolju z usposobljenimi zaposlenimi o demenci in oblikah pomoči. Tudi ti dostopi so omogočili blaženje negativnih vplivov v lokalnih okoljih.

Spremenjene razmere v času epidemije covid-19 so jasno pokazale nujnost, da se razvije pravilne pristope za ohranjanje človeške bližine in se za krepitev posameznika vzpodbuja tudi sodelovanje v aktivnostih na daljavo ter sprejme ustrezne ukrepe za zajezitev potencialnega zdrsa v revščino družin, ki živijo z demenco.

Ključne besede: demenca, socialno vključevanje, ranljiva skupina, epidemija covid-19, Mestna občina Ljubljana.

SUMMARY

Dementia is not a part of normal aging, but a result of brain disease. We speak about dementia when an individual's cognitive abilities deteriorate to such an extent that it is disruptive in everyday life. It is beneficial for people with dementia to stay in the home environment and to be involved in social contacts for as long as possible. The families of people with dementia were found to face even greater distress and problems during the covid-19 epidemic. Researchers have identified the effects of the epidemic on the cognitive state of people with dementia and on their relatives, and have linked them primarily to reduced social contact and reduced activity in several international studies.

Therefore, we wanted to find out what problems people with dementia and their carers face during the epidemic and to respond accordingly. Spominčica carried out periodic evaluations of the provided counselling and, together with the experts, adjusted the activities and prepared responses with the aim of maintaining social inclusion, cognitive abilities and empower people living with dementia.

A common feature is that the health status of people with dementia and their carers has deteriorated, and access to community-based support and institutional services has been significantly reduced. The activities of self-support groups for relatives of persons with dementia, DEJVA workshops, and Alzheimer Cafes were adapted to the new conditions and carried out online. Relatives were also faced with new dilemmas and hardships during covid-19. Therefore, Spominčica has prepared a series of guidelines and launched an awareness and empowerment campaign "Dementia and the covid-19 epidemic". Dementia friendly points, recognized organizations in the local environment with qualified staff about dementia and forms of care, play an important role in ensuring access to information on dementia and forms of care. These institutions were an important place of the support also in the covid-19 pandemic time. The changed situation during the covid-19 epidemic clearly showed the need to develop the right approaches to maintain human proximity, participation in remote activities to strengthen the individual, but also prevent potential poverty for families that are living with dementia.

Key words: dementia, social inclusion, vulnerably group, covid-19 epidemic, City of Ljubljana.

Uvod

Demenca, za zdaj neozdravljiva in napredujoča bolezen, ni del običajnega staranja. O demenci govorimo takrat, ko ima posameznik težave pri vsakodnevnih sposobnosti pomnjenja, razumevanja, govora, prostorske orientacije in presoje. Posameznikova kognicija se poslabša do te mere, da vpliva na njegovo zaznavanje sveta in je moteča pri vsakdanjem življenju.

Demenca je posledica različnih bolezni, najbolj pogost vzrok je Alzheimerjeva bolezen, ki povzroča dve tretjini vseh demenc. Ocenjuje se, da je leta 2018 v Sloveniji živel 34.137 oseb z demenco, kar predstavlja 1,6 odstotka prebivalstva (Alzheimer Europe 2019). Alzheimer Europe je v poročilu pripravil tudi dolgoročno napoved, v kateri so ocenili, da se bo kljub zmanjšanju števila prebivalstva skupno število oseb z demenco do leta 2050 skoraj podvojilo na 65.892 in bodo osebe z demenco v letu 2050 predstavljale 3,4 odstotka celotnega prebivalstva Slovenije. Slovenija tako sledi ostalim zahodnim evropskim državam ter demografskim spremembam, ki napovedujejo, da se bo do leta 2050 skoraj podvojilo število oseb z demenco.

Za ljudi z demenco je priporočljivo, da živijo čim dlje v svojem poznanem domačem okolju, kar predstavlja velik izziv – tako za osebe z demenco, kot njihove bližnje. Demenca lahko pri posamezniku povzroča tveganja. V socialnem delu strmimo k temu, da se s človekom z demenco naredi osebni načrt ter analizo tveganja. Pomembno je, da so osebe z demenco čim bolj aktivne, da opravljajo aktivnosti, ki jih še zmorejo, ter so vključene v lokalno skupnost. Pri ljudeh z demenco je še posebej pomembno, da imajo stike z drugimi. Žal se pogosto dogaja, da starejši ljudje velikokrat živijo sami in imajo redke socialne stike. Ker pa smo ljudje socialna bitja in potrebujemo bližino drugih, redko druženje in krčenje socialnega kapitala lahko povežemo s slabo kognicijo, to pa vodi do poslabšanje zdravstvenega stanja – tako na področju kognitivnih sposobnosti, kot fizičnih sposobnosti (Evans idr. 2018). Kot ključna je prepoznana potreba po socialnem vključevanju starejših odraslih, še posebej pa ljudi z demenco. Za posameznike v začetni fazi demence se priporoča, da so čim bolj aktivni, se vključujejo v pogovorne skupine, skupine za samopomoč ter druge družbene aktivnosti, ki imajo za posameznika nek smisel.

V letu 2020 je življenje mnogih ljudi popolnoma spremenila epidemija covid-19. Epidemija in ukrepi za varovanje zdravja so močno vplivali na vse segmente vsakdanjega življenja. Izkazalo se je, da so družine oseb z demenco in tudi tisti, ki v začetni fazi bolezni živijo sami, v še večjih

stiskah in težavah. Povsod po svetu so raziskovalci ugotavljali vplive epidemije na stanje oseb z demenco, oseb z blagim kognitivnim upadom (v nadaljevanju MCI) in njihove svojce. Slabšanje stanja so povezali predvsem z zmanjšanjem socialnih stikov ter zmanjšano aktivnostjo. Zaradi omejitev stikov in izolacijskih ukrepov se je stopnja telesne neaktivnosti ljudi povečala do 30 %, kar bo med drugim verjetno imelo škodljive posledice na primarni in sekundarni ravni preprečevanja demence tudi v prihodnosti (Müller idr. 2020). Ugotovitve kažejo tudi, da so ljudje z MCI zaradi pandemije izpostavljeni tveganju poslabšanja kognitivnega in duševnega zdravja, k čemer imata primarni vpliv socialna izolacija in osamljenost (Manca idr. 2020). Omejitve, povezane z epidemijo covid-19, predstavljajo pomembne izzive za oskrbovalce in osebe z demenco, vključno z motenimi rutinami, s pomanjkanjem ohranjanja strukture dneva, z manjšim dostopom do nadomestne oskrbe, s poslabšanjem varnostnih vprašanj, povezanih z medosebnim nasiljem in higieno (Azarpazhooh idr. 2020). Študije kažejo, da tudi oskrbovalci in družinski člani, ki skrbijo za osebo z demenco, povečano obolevajo za nevrološkimi težavami zaradi preobremenjenosti med covid-19 (Alexopoulos idr. 2020). Pandemija grozi, da bo porušila osnovne rutine, ki so nujne za ohranjanje duševnega in fizičnega zdravja tako oseb z MCI in/ali demenco, kot njihovih svojcev in oskrbovalcev (Tsapanou idr. 2021).

Poslabšanje zdravstvenega stanja in počutja zaradi nenadne ukinitve socialnih stikov, porušeni dnevni rutini ter finančne stiske zaradi stroškov oskrbe, smo zaznali tudi v Sloveniji. Spremenjena realnost med epidemijo covid-19 nas opominja, da je treba zagotoviti ustrezno raven oskrbe in pomoči ljudem z upadom kognitivnih sposobnosti, njihovim oskrbovalcem in okrepiti storitve socialnega varstva v splošnem s prilagoditvijo in nadgradnjo oblik pomoči v skupnosti.

Namen in cilj

Epidemija covid-19 in ukrepi za ohranjanje zdravja so imeli za posledico zmanjšane socialnih stikov in slabši dostop do institucionalnih storitev in storitev v skupnosti. Želeli smo ugotoviti, s kakšnimi težavami se v času epidemije covid-19 srečujejo osebe z demenco in njihovi svojci. V Združenju Spominčica smo se na to odzvali in pripravili dejavnosti s ciljem ohranjanja socialne vključenosti, kognitivnih sposobnosti in opolnomočenja uporabnikov.

Metode

Marca 2020, ko se je pričela epidemija covid-19, smo zaznali spremembe v vsebinah pogovorov v posvetovalnici Združenja Spominčica preko svetovalnega telefona. Izvedli smo periodične kvalitativne evalvacije vsebin. Kasneje, maja 2020, smo v evalvacije vključili tudi tematike vprašanj, ki smo jih prejeli po elektronski pošti in v spletni "on-line" posvetovalnici. Uporabniki posvetovalnice predstavljajo vzorec oseb z zaznanimi težavami kognitivnih funkcij ali demenco in njihovi svojci oziroma oskrbovalci. Na osnovi rezultatov kvalitativne analize in intervizijskih sestankov smo oblikovali odzive na zaznane potrebe uporabnikov. V pripravo dejavnosti smo vključili tudi Delovno skupino oseb z demenco, ki deluje v sklopu Spominčice. Dejavnosti, namenjene neposrednim uporabnikom, in ozaveščanje javnosti smo izvajali v okviru socialnovarstvenega programa Ljubljana – demenci prijazno mesto, ki ga Spominčica izvaja v Mestni občini Ljubljana (v nadaljevanju MOL). Glavni cilji programa so: ozaveščana in informirana lokalna skupnost MOL o demenci, zmanjšana stigma demence, informiran in o demenci izobražen uporabnik programa, opolnomočen uporabnik in uporabnik s pozitivnejšim smislom do življenja.

Vsebine vključevanja oseb z demenco v aktivnosti za ohranjanje socialne vključenosti in kognitivnih sposobnosti smo predhodno razvili v Erasmus+ KA2 projektih AD-AUTONOMY (Razvoj programa usposabljanja za povečanje avtonomnosti oseb z Alzheimerjevo boleznijo), AD-GAMING (Oblikovanje programa usposabljanja za uporabo »resnih iger« za izboljšanje kakovosti življenja oseb z Alzheimerjevo boleznijo), SINCALA (Podpora neformalnim

oskrbovalcem: celostni družinski in (vse)življenjski pristop) in AD-ARTS (Uporaba kreativnih umetnosti za izboljšanje kakovosti življenja oseb z demenco). Vsebine in njihovo izvedbo smo prilagodili novim razmeram in jih prenesli v spletne delavnice.

Rezultati

V okviru Posvetovalnice smo v letu 2020 izvedli 945 svetovanj uporabnikom. Svetovanje je potekalo v prostorih Spominčice, v Knjižnici pod krošnjami, na dogodkih ozaveščanja ter v aktivnostih na daljavo. Osebno, telefonsko in elektronsko svetovanje je potekalo vsak delovnik od 9. do 15. ure, v času epidemije smo povečali obseg delovanja svetovalnega telefona, ki je deloval vsak dan, tudi med vikendi in prazniki, med 9. in 22. uro. Izvedli smo kvalitativno analizo vsebin pogovorov v posvetovalnici. Vsebine smo razdelili glede na bivalno okolje osebe z demenco: živi sama, živi s svojci, živi v domu starejših. Glavni vsebinski sklopi so prikazani v tabeli 1.

Tabela 1: Težave, ki jih osebe z demenco in njihovi svojci naslavlajo na svetovalnem telefonu

OSEBA Z DEMENCO ŽIVI SAMA
Ostali so brez pomoči svojcev, ker živijo predaleč, ker so zboleli, ker imajo takšne službe, da ne upajo do njih, da jih ne bi okužili, ali cel dan delajo in nimajo časa...
Niso odprta dnevna varstva ali dnevni centri, kar bi jim zapolnilo del dneva.
Opazno poslabšanje zdravstvenega stanja – upad kognitivnih sposobnosti.
Ne glede na to, da se je zdravstveno stanje osebe z demenco močno poslabšalo, ne morejo dobiti prostega mesta v domu starejših, ker domovi v času epidemije ne sprejemajo novih stanovalcev.
Svojci se srečujejo s tavanjem osebe z demenco, ki ne razume, kako težka je situacija. S tem ogroža sebe in druge. Svojci so v stiski, ker nimajo nadzora nad tem, kaj oseba z demenco počne doma.
Akviziterji in ostali prodajalci po telefonu in preko pošte še toliko lažje pridejo do oseb z demenco, ki so sami doma.
OSEBA Z DEMENCO ŽIVI SKUPAJ S SVOJCEM/SVOJCI
Ne prejemajo pomoči zunanjega okolja (prijatelji, sorodniki, družabniki), ki so jim prej pomagali pri skrbi za svojca z demenco in jih nekoliko razbremenili.
Osebe z demenco so zmedene, razdražljive. Svojci namenijo še toliko več energije za umirjanje.
Svojci so preobremenjeni. So bili že prej, zdaj so še bolj.
Poročajo o povečanju nasilja v družinah.
Težave zaradi poslabšane finančne situacije.
Težje pridejo do zdravstvenih storitev.

Nekateri pa poročajo, da se zanje v času epidemije ni nič spremenilo, ker ob osebi z demenco že prej niso mogli nikamor in ne prejemajo nikakršne pomoči.
OSEBA Z DEMENCO ŽIVI V DOMU STAREJŠIH OBČANOV
Občutki krivde svojcev, da ne morejo poskrbeti za bližnjega z demenco, ki so ga prej vsakodnevno obiskovali, pomagali s hranjenjem in podobno.
Strah, da za bližnje v domu ni poskrbljeno, saj so prej pomagali svojci.
Nemoč in strah, da jih bodo osebe z demenco pozabile, da jih po končani karanteni ne bodo več sprejele.
Svojci se soočajo z očitki svojih bližnjih z demenco, da jih puščajo same, da ne pridejo na obisk in podobno.
Poslabšanje zdravstvenega stanja – upad kognitivnih sposobnosti.

Vir: Lastna raziskava 2020.

Za osebe z demenco, ki živijo same, se ugotavlja povečanje socialne izključenosti zaradi otežene dostopnosti družinskih oskrbovalcev in ukinitve delovanja institucionalnega varstva, predvsem dnevnega varstva (tabela 1). Svojci so izražali zaskrbljenost zaradi bolj izraženih znakov kognitivnega upada. V prvem valu novega koronavirusa so poročali predvsem o nerazumevanju ukrepov za ohranjanje zdravja, kot so nošenje maske, ohranjanje razdalje, omejevanje potovanj in obiskov ter ukinitve storitev. V jeseni 2020 pa se je povečalo število klicev svojcev, ki so izražali zaskrbljenost zaradi napredovanja bolezni in slabšega dostopa do primarne in sekundarne ravni zdravstvene obravnave. Prizadelo jih je, da se je bolezen v tem letu tako hitro poslabšala, saj so pred tem bile osebe z demenco še pogovorljive, krajevno in časovno orientirane, niso nenehno postavljale istih vprašanj.

Predvsem pri svojcih, ki živijo skupaj z osebo z demenco, smo zaznali preobremenjenost z oskrbo in težave, povezane s pomočjo na domu, ter z denarno pomočjo, saj se jih je veliko v času epidemije znašlo v hujših denarnih stiskah (tabela 1). Svojce je predvsem zanimalo, kako in kje lahko dobijo pomoč na domu, ki je brezplačna. Nekateri so se znašli v hujših eksistencialnih stiskah, saj so poročali, da finančno ne zmorejo pokrivati niti osnovnih sprotnih stroškov, kaj šele izvajanje zasebnih storitev nege in skrbi na domu. Kot poročajo strokovnjaki in mediji o povečanju nasilja oziroma agresije v družinah, smo tudi pri vsebinah svetovanja v obdobju drugega vala epidemije opazili porast relevantnih vsebin. Že pred epidemijo so bili prisotni spori in nesoglasja v družinah, v posvetovalnici pa smo zaznali, da so spori, nesoglasja,

nasilje in nerazumevanje med ljudmi v času epidemije še pogostejši. Za obe skupini, tiste, ki živijo sami, in tiste, ki živijo s svojci, je ključna težava tudi nedostopnost strokovnih in zdravstvenih storitev (tabela 1).

Nenazadnje, svojci, ki imajo osebo z demenco v domu starejših, so se soočali predvsem s stiskami in občutki krivde (tabela 1) zaradi nemoči nad nastalo situacijo. V času epidemije niso mogli obiskati in pomagati svojcu z demenco pri življenjskih aktivnostih, prisoten je bil tudi strah, da jih svojec ne bo več prepoznal. Po sprostitvi ukrepov, ko so bili obiski ponovno omogočeni, so svojci poročali o upadu kognitivnih sposobnosti svojca v institucionalnem varstvu.

Razprava

Več kot dve tretjini oseb z demenco živi doma, v oskrbi svojcev. To so praviloma zakonci bolnika in otroci, ki se kot neformalni oskrbovalci oseb z demenco zaradi progresivne narave bolezni srečujejo s posebnimi zdravstvenimi, socialnimi in finančnimi izzivi. Poslabša se njihovo telesno zdravje in poveča duševni stres v primerjavi s splošno populacijo in oskrbovalci bolnikov z drugimi boleznimi. Obremenjenost svojcev se je v času epidemije covid-19 še povečala. Tudi svojci potrebujejo dejavnosti za ohranjanje socialne vključenosti. Prav socialna vključenost in osebni stiki so pomembni za vse ljudi. Partnerjem in svojcem osebe z demenco in družinskim članom predstavlja vključevanje v pogovorne skupine za samopomoč in udeležba na usposabljanjih in delavnicah obliko druženja in ohranjanja socialnih stikov. Poleg tega svojci na ta način pridobijo kompetence, kako zadovoljiti potrebe oseb z demenco, urediti strukturo dnevnih aktivnosti in zmanjšati tveganja nevarnih dogodkov. Na Spominčici smo aktivnosti prilagodili novim razmeram in jih izvajali preko spleta. Poleg omenjenega, so bili svojci med pandemijo covid-19 soočeni tudi z novimi dilemami in stiskami. Pripravili smo vrsto napotkov in pričeli s kampanjo ozaveščanja "Demenca in epidemija covid-19". Na spletni strani in Facebook-u Spominčice smo dnevno objavljali nasvete, predloge za strukturiranje dneva, vaje

za ohranjanje kognitivnih sposobnosti in druge predloge za aktivnosti. V sklopu kampanje smo pripravili tudi vrsto vsebin za krepitev oskrbovalcev oseb z demenco: 10 napotkov, kako ravnati z osebo z demenco v sedanji epidemiji covid-19, 10 nasvetov svojcem, ki imajo osebe z demenco v domu starejših, 10 nasvetov za pomoč osebi z demenco, ki živi sama, 10 nasvetov za svojce, ki imajo osebe z demenco doma, »Kako lahko pomagamo v času epidemije covid-19«, »Kako govoriti z osebo z demenco v času epidemije«, »Tavanje oseb z demenco«, »Urniki dnevne rutine«, idr.

Po obdobju zaprtja države smo v letu 2020, z namenom zmanjšanja njenih negativnih učinkov, začeli z izvajanjem skupinskih aktivnosti z osebami z demenco, ob upoštevanju vseh ukrepov za varovanje zdravja. Odprli smo »Knjižnico pod krošnjami«, in v tem sklopu v parku pred sedežem združenja izvajali delavnice Dejva za osebe z demenco za krepitev socialnih veščin, kognitivnih zmožnosti in ohranjanje gibljivosti. Delavnice vključujejo tudi aktivno skupinsko druženje z osebami z demenco in krepitev komunikacijskih veščin. Pri izvajanju smo posebno pozornost namenili tudi druženju in skupinskemu igranju raznih iger. Vse aktivnosti so bile zasnovane tako, da jih je bilo mogoče med samim izvajanjem prilagajati psihofizičnim in kognitivnim sposobnostim posameznih udeležencev ter epidemiološkim razmeram. Vključili smo tudi IKT aplikacije, ki omogočajo, da se dejavnosti izvajajo na daljavo v domačem okolju. Uspeh pri igri in skupinskih aktivnostih krepi občutek samozavesti, koristnosti, vrednosti in dostojanstva (WHO 2019).

Skupne zaznane težave uporabnikov so bile poslabšanje zdravstvenega stanja, omejena dostopnost do storitev zdravstvenega in socialnega varstva ter novo nastale finančne težave, s potencialnim zdrsom v revščino. Uporabniki so pogosto potrebovali nasvet glede sprememb, povezanih z zdravstvenim stanjem, zdravili, urejanjem pravic iz socialnega varstva... Na to smo se odzvali z vključevanjem zunanjih strokovnjakov s področja medicine, zdravstva, pravnega in socialnega varstva ter psihologije. Pomembno vlogo pri zagotavljanju dostopnosti do informacij o demenci in oblikah pomoči imajo Demenci prijazne točke, katerih nosilke so

prepoznavne organizacije v lokalnem okolju, kot so knjižnice, domovi starejših, lekarne, Rdeči križ, nevladne organizacije in institucije. V njih smo zaposlene usposobili z znanji o demenci, kako je potrebno ukrepati, usmeriti pri iskanju pomoči in nasvetov. Institucije, ki so nosilke Demenci prijazne točke, poznajo svoje lokalno okolje in potrebe ter stiske ljudi, ki tam živijo. Ljudje so se obračali nanje, da so dobili potrebne informacije, saj je marsikdo težko prišel do zdravnika ali drugih storitev. V zadnjem letu sta se nam v MOL, v mreži Demenci prijaznih točk, pridružili tudi Narodna galerija in Lekarna Ljubljana. Tako je sedaj v mrežo Demenci prijaznih točk vključenih skupaj 33 organizacij.

Zaključek

Vsi ljudje, kot tudi osebe z demenco, kot družabna bitja potrebujemo za ohranjanje kakovosti življenja socialne stike, ustrezno sporazumevanje in spodbudno okolje za ohranjanje samostojnosti pri vsakodnevnih opravilih in ohranjanje kompetenc za vključenost v aktivnosti družbe. Ugotavljamo, da se je v času pandemije covid-19 povečalo tveganje ranljivih skupin oseb, ki živijo z demenco, saj so bili izpostavljeni pomanjkanju socialnih stikov, dostopa do storitev, finančnim težavam in posledično soočeni s poslabšanjem zdravja in počutja oseb z demenco in njihovih svojcev ter soočeni s povečanim tveganjem za ogroženost. Osamitev, zmanjšanje stikov, izguba prihodkov ali povečani izdatki zaradi oskrbe, nedostopnost do javnih storitev, zmanjšanja oskrbe in podpore družinskih članov ter formalnih in neformalnih oskrbovalcev v obliki obiskov, vodi v slabšanje zdravstvenega in duševnega stanja tako oseb z demenco, kot njihovih svojcev, ki so bili poleg vsega velikokrat še gmotno ogroženi. Spremenjene razmere v času epidemije covid-19 so jasno pokazale nujnost, da se razvije pravilne pristope za ohranjanje človeške bližine, sodelovanje v aktivnosti na daljavo za krepitev posameznika, olajša dostopnost do storitev ter sprejme ustrezne ukrepe za zajezitev potencialnega zdrsa v revščino. Izkazalo se je, da treba prilagoditi in nadgraditi oblike pomoči v skupnosti. Socialnovarstvene storitve in ostali servisi bi morali biti čimbolj dostopni in

prilagodljivi ter nuditi k posamezniku usmerjen in prilagodljiv način storitev glede na življenjske razmere, potek bolezni ter upoštevajoč pridružene obolevnosti, ki so že prisotne ali se razvijejo ob poteku bolezni.

Literatura

1. Alzheimer Europe, 2019. Dementia in Europe Yearbook 2019. Dostopno na: <https://www.alzheimer-europe.org/Publications/Dementia-in-Europe-Yearbooks>
2. Azarpazhooh M R, Amiri A, Morovatdar N, Steinwender S, Ardani A R, Yassi N, Biller J, Stranges S, Belasi M T, Neya S K, Khorram B, Andalibi MSS, Arsang-Jang S, Mokhber N, Di Napoliq M. 2020. Correlations between COVID-19 and burden of dementia: An ecological study and review of literature, *Journal of Neurological Science* 416: 117013.
3. Evans E M, Llewellyn D J, Matthews F E, Woods R T, Brayne C in Clare L. 2019. Social isolation, cognitive reserve, and cognition in older people with depression and anxiety, *Aging & Mental Health*, 23(12): 1691-1700.
4. Manca r, De Marco M, Vanneri A. 2020. The Impact of COVID-19 Infection and Enforced Prolonged Social Isolation on Neuropsychiatric Symptoms in Older Adults With and Without Dementia: A Review, *Frontiers in Psychiatry* 11: 1086.
5. Müller P, Achraf A, Zou L, Apfelbacher C, Erickson K I, Müller NG. COVID-19, physical (in-)activity, and dementia prevention. *Alzheimer's Dement.* 2020; 6:e12091.
6. Tsapanou A, Papatriantafyllou J D, Yiannopoulou K, Sali D, Kalligerou F, Ntanasi E, Zoi P, Margioti E, Kamtsadeli V, Hatzopoulou M, Koustimpi M, Zagka A, Papageorgiou S G, Sakka P. 2021, The impact of COVID-19 pandemic on people with mild cognitive impairment/dementia and on their caregivers. *Int J Geriatr Psychiatry*, 36: 583-587.
7. WHO Guidelines 2019, Risk reduction of cognitive decline and dementia. Dostopno na: https://www.who.int/mental_health/neurology/dementia/guidelines_risk_reduction.