

Activities for persons with alzheimer's or related dementia

알츠하이머/치매관련 활동

알츠하이머/치매를 앓고 있는 사람에게 활동 프로그램은 기본이 되고 있다. 왜냐하면, 그것을 통하여 환자가 힘을 갖게 하고, 능력을 향상 시킴으로 독립성을 최대화 할 수 있기 때문이다. 알츠하이머 환자의 간병 프로그램은 환자 개인이 필요한 것을 고려하고 있다.

가족, 친지, 간병 기관(home care agencies, respite homes or adult day centers)에 의하여 제공되는 프로그램에서 알츠하이머 환자를 위한 운동에는 환자의 능력, 건강 상태, 행동 상태, 개인의 선호도를 고려하여야만 한다. 가장 중요한 것은 환자가 품위를 유지 할수 있어야 한다. 다음으로 의미있는 활동이 되기 위하여, 목적이 있어야 하고, 자원 봉사 의 형식이고, 환자에게 도움이 되며, 환자의 병을 호전시킬 수 있어야 한다.

운동은 환자 개인의 필요, 진행된 과정, 강도, 문제점들을 언급할 수 있게 계획 되어야 한다. 또한 유용성, 기쁨, 성공, 가능한한 정상적인 기능 레벨을 제공하고, 환자의 선호도를 가능한한 많이 반영하여야 한다.

신체적, 사회적, 문화적 환경은 안정성을 높이며, 독립성을 가지게 계획되어야 한다. 고통을 덜어 줄 수 있는 적절한 도우미를 찾는 것도 중요하다. 도우미는 알츠하이머 환자나 치매 환자를 다루기 전에, 치매 관련 여러가지 기술을 교육받을 필요가 있다.

치매 환자에게 적절한 활동으로 여러가지가 있다. 눈 마주침, 인사교환, 미소, 껴안기등과 같은 간단한 개인적인 활동이 있고, 운동, 정신 자극 게임, 음악과 같은 레크레이션 활동과 같은 단체 활동은 다른 사람들과 함께 할 수 있기 때문에 상당히 중요하다.

Whatever the activity, it should be

어떤 활동이되었건,

환경 동화형 활동: 환자에게 창문 근처의 의자를 권하므로, 밖에서 새 모이 주는 것을 보게 하는 것도 좋으며, 또한 다른 사람들과 함께 있는 테이블의 의자를 권해서 차 마시며 서로 대화 할 수 있게 하는 것도 좋다.

반복적인 활동: 알츠하이머 환자는 전부터 해왔던 간단한 집안 일과 같은 반복되는 일을 하게 함으로 도움이 되고 있다는 즐거움을 가질 수 있다. 예로서, 빨래를 개는 일, 테이블

세팅, 걸레질, 잔디 청소나 빗질하는 것들과 같은 반복되는 일은 환자에게 보람과 무언가 할 수 있다는 성취감을 줄 수 있다.

일상의 일들: 알츠하이머 환자에게 일상생활의 지속성은 중요하다.

병 초기에는 개인의 간병 활동과 관련된 매일 일상은 성공적으로 하루 일과를 구성할 수 있다. 개인의 현재 능력에 맞게, 매일 할 수 있는 것을 고려하여 계획한 활동은 환자에게 기쁨과 즐거움을 맞출 수 있게 해 준다.

자발적인 활동: 초조하고 불안한 사람에게 갑자기 차를 권하거나 산보를 요구하는 것은 상대를 놀라게 할 수 있고, 상태를 악화 시킨다.

개인별 접촉은 환자의 관심을 유지하기 어려운 경우에 필요하다. 이런 친밀한 접근은 개인적으로 우호적 관계를 증진 시킬 수 있다.

Translated by Mikyung Lee

Source: [ARCH National Respite Network and Resource Center](#)

Last Review: Tuesday, April 04, 2006

Copyright 2007 SeniorNavigator.org[®] All Rights Reserved.