

OCCUPATIONAL THERAPY FOR BETTER GERIATRIC CARE IN THE FIGHT AGAINST DEMENTIA

Sonya Nencheva

University “Prof. d-r Asen Zlatarov” of Burgas, Medical college, Bulgaria, s_nencheva@yahoo.co.uk

Abstract: The role of occupational therapy in dementia prevention and care is increasingly recognized as a crucial aspect of promoting health and well-being in older adults. Occupational therapy aims to improve the independence and quality of life for individuals with dementia by engaging them in meaningful activities. Occupational therapy interventions are particularly effective in enhancing the ability of patients to perform daily tasks, such as self-care and home maintenance, which are essential for community participation. By focusing on the individual’s needs, preferences, and the environment, Occupational therapy seeks to mitigate the functional decline associated with dementia and support caregivers in managing the challenges of caregiving.

The World Health Organization emphasizes the importance of dementia prevention, and occupational therapy is positioned as a key strategy in achieving this goal through its client-centered approach. By addressing both the physical and emotional needs of the patient, occupational therapy interventions reduce caregiver burden and improve mental health outcomes for both patients and caregivers. Furthermore, occupational therapy contributes to a comprehensive rehabilitation approach that can significantly delay the progression of dementia and enhance the overall well-being of older adults.

This presentation will explore the therapeutic tools and methodologies employed in occupational therapy for dementia prevention and management, including various assessment techniques and intervention strategies. The aim is to showcase the profound impact of occupational therapy in promoting active aging, improving functional independence, and supporting dementia caregivers.

Keywords: occupational therapy, geriatric care, dementia

ЕРГОТЕРАПИЯ ЗА ПО-ДОБРА ГЕРИАТРИЧНА ГРИЖА В БОРБАТА С ДЕМЕНЦИЯТА

Соня Ненчева

Университет „Проф. д-р Асен Златаров“ – Бургас, Медицински колеж, България,
s_nencheva@yahoo.co.uk

Резюме: Ролята на ерготерапията в превенцията и грижата при деменция все повече се признава като решаващ аспект за насърчаване на здравето и благосъстоянието на възрастните хора. Ерготерапията има за цел да подобри независимостта и качеството на живот хората с деменция, като ги ангажира със значими дейности. Ерготерапевтичните интервенции са особено ефективни за подобряване способността на пациентите да изпълняват ежедневни задачи, като самообслужване и поддръжка на дома, които са от съществено значение за участието в общността. Като се фокусира върху индивидуалните нужди, предпочитанията и околната среда, ерготерапията се стреми да намали функционалния упадък, свързан с деменцията, и да подкрепи болногледачите в справянето с предизвикателствата при полагане на грижите. Световната здравна организация подчертава значението на превенцията на деменцията и ерготерапията се позиционира като ключова стратегия за постигането на тази цел чрез клиент-центриран подход. Отговаряйки на физическите и емоционалните нужди на пациента, ерготерапевтичните интервенции намаляват тежестта на болногледачите и подобряват резултатите за психично здраве, както на пациентите, така и на болногледачите. Освен това ерготерапията допринася за цялостния рехабилитационен подход, който може значително да забави прогресията на деменцията и да подобри цялостното благосъстояние на възрастните хора.

Това представяне ще изследва терапевтичните инструменти и методологии, използвани в ерготерапията за превенция и контрол на деменцията, включително различни техники за оценка и стратегии за интервенция. Целта е да се покаже дълбокото въздействие на ерготерапията за насърчаване на активното стареене, подобряване на функционалната независимост и подкрепа на лицата, които се грижат за болни от деменция.

1. ВЪВЕДЕНИЕ

Страдащите от деменция в света надвишават 55 милиона души и всяка година се увеличават с около 10 милиона. Популацията на възрастните също нараства (Kim E. Y. & Chang S. O., 2022).

С нарастването на възрастта старите хора са изложени на значително по-голям риск от психични заболявания, тъй като остаряването в съвременното общество е все по-трудна задача (Балканска, П., 2010).

Деменциите засягат предимно възрастните и стари хора, имат голямо социално значение и поглъщат голям ресурс на здравеопазните системи, като се очаква тези разходи да нарастват през следващите години. В грижата за тези хора от особено значение е мултидисциплинарния подход, където се включват различни специалисти: лични лекари, невролози, психиатри, медицински сестри и други. В мултидисциплинарния екип важно място заема и ерготерапевтът.

Ерготерапията няма за цел да лекува заболяванията. Нейната цел е възстановяване, насочено към независим начин на живот. Подчертава се значението на включването в обикновени трудови дейности и занаяти за стабилизиране на здравето. „Нашата роля е да осигуряваме възможности, а не да даваме предписания. Всеки трябва да има възможност да работи, да произвежда, да планира и твори ...“ (Adolph Meyer, 1977). Авторът на този цитат отчита важността на работата, играта и съня, като идеята е да се възстанови балансът между работа, почивка и развлечения. Не случайно ерготерапията се заражда първо в психиатричните клиники, в Америка, за лечение на психично болни и за умствено изостанали лица. Основателите на ерготерапията са смятали, че правилният избор на дейности има основно значение за здравето и благополучието и оказва оздравителен ефект. В Европа също стартира като лечение за психично болни (Тодорова, Л., 2012).

2. ДИСКУСИЯ

Лицата с деменция са обект на ерготерапията. Най-подходящо е тя да стартира още преди да са започнали първите симптоми на деменцията или при т. нар. леко когнитивно нарушение. То се изразява с лесна уморяемост и понижена концентрация при мисловни задачи, трудности при заучаването на нови задачи, субективно преживяване за понижено паметта и др. Акцентът пада върху това да се осигурят възможности на възрастните и стари хора да участват не прости в дейности, а в такива, които смисъл и значение за тях.

Новите политики на Световната здравна организация (СЗО) са насочени по-скоро към превенция на психичните разстройства, промоция на здравето и благополучието, които са в унисон с дефиницията за ерготерапия, дадена в свое становище от Световната федерация на ерготерапевтите. Тъй като основното терапевтично средство в ерготерапията са дейностите, една от основните цели на ерготерапията при превенция на деменцията е възрастните и стари хора да са в състояние да извършват дейностите от ежедневието така, че това да им носи удовлетворение. Друга важна цел е да бъдат въвличани и в продуктивни дейности и развлекателни дейности (Тодорова, Л., 2019).

Дейностите за насърчаване на здравето на възрастните хора обхващат разнообразна гама от интервенции, включително програми за физическа годност, балансирано хранене, подкрепа за психично здраве и превантивни грижи (Obreykova, M. & Dimitrova, Zl. 2023).

Както всяка лечебна дейност, ерготерапията започва с изследване, но преминава през още много етапи. Използват се няколко метода на изследване, като много важни са методът наблюдение и функционалният анализ. Изследването в домашна обстановка дава много ценна информация, но за съжаление се използва по-рядко, тъй като отнема много време и понякога е финансово неоправдано.

Оценяването става чрез използване на различни средства. Използват се Дейностна карта, Модифицирана карта на интересите, Канадска оценка за дейностно изпълнение, Въпросник за начина на живот, Скала за социално функциониране и други.

Планирайки интервенцията, трябва да се помисли и за промяна на заобикалящата среда, което оказва значително въздействие на личността. Самата интервенция се насочва към дейности, свързани със самообслужването, обучение в житейски и социални умения, насочване към здравословен начин на живот, образователни дейности и развлечения. С особен терапевтичен ефект за творческите дейности. В зависимост от аудиторията и поставените цели, ерготерапията може да се провежда индивидуално или групово. Най-подходящо е сесиите да се извършват там, където живее лицето с деменция, но ако това е невъзможно, може и на друго място, като градински център и др.

Изследвания, направени в Обединеното кралство, показват положителното въздействие на ерготерапията върху способността на хората с деменция при извършване на ежедневните дейности. Също така се е повишила и компетентността на хората, които се грижат за дементно болните (Wenborn, J., O'keeffe, A.G., Mountain, G., Moniz-cook, E. et al., 2021).

Други проучвания също показват ефект от ерготерапията при изпълнение на дейностите от ежедневиия живот, поведенческите и психологически симптоми на деменцията. По-голяма част от участниците са били над 75 годишна възраст, от няколко континента, а тези, които полагат грижи за тях – над 65 г. Потвърждава се благотворното влияние и върху хората, грижещи се за болните с деменция, като това въздейства на дистреса и като цяло - повишава качеството им на живот. (Bennett, S., Laver, K., Voigt-Radloff, S. et al., 2019). Деменцията се отразява както на болния, така и на грижещите се за него. Затова поддържане качеството на живот на болногледачите трябва да се разглежда като неразделна част от лечението на деменциите. Това трябва да се има предвид в управлението на деменциите, като важна част от цялостната грижа за възрастните хора (Nasrun, M. B. S., Kusumaningrum, P., Redayani, P. et al., 2021).

Широко се дискутира въпросът за устойчивостта на полагащите грижи. В повече от 80% от случаите за тези болни се грижи член от семейството или приятел. В тази връзка са правени проучвания на три континента как се справят с трудностите, пред които са изправени и как се адаптират. (Kim E. Y. & Chang S. O., 2022).

Често тези хора нямат необходимото образование и оказват безплатни грижи. Установено е, че болногледачите имат нужда от подкрепа, като информираност относно заболяването, неговото протичане и т.н. (Hodges, V., Hynes, K., Lassa, S. & Mitchel, C., 2021).

Правени са и редица проучвания, свързани с анализ на разходите и полезността от приложението на ерготерапия спрямо стандартна терапия при пациенти с деменция (Wenborn, J., O'keeffe, A.G., Mountain, G., Moniz-cook, E. et al. (2021). Резултатите показват по-високи разходи за ерготерапия. Вероятно това е една от причините да не се практикува толкова масово. Но полезността от нея е неоспорима.

3. ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Професията на ерготерапевта е относително млада и за съжаление не много известна в България. За нея започва да се говори през 2003 г., когато стартира един европейски проект “ Улесняване участието на млади хора с увреждания в разрастваща се Европа“. През 2010 г. е основана Асоциацията на българските ерготерапевти, а от 2012 г. е редовен член на Council of the Occupational Therapists for the European Countries (COTEC) (Тодорова, Л., 2020).

Ерготерапията трябва да се разглежда като неотменна част в грижата за страдащите от деменция и в цялостната гериатрична грижа.

Необходимо е да се намерят и други подходящи форми и средства, които да провокират, мотивират и вдъхновят хората от третата възраст да се занимават с по-активни и интересни допълнителни дейности в ежедневиия си програма. Поднесени и организирани по интересен начин, смислените дейности биха били ключов момент в изграждането на позитивни нагласи и мотивация у възрастните към пълноценен живот и удовлетворение (Obreykova, M. & Dimitrova, Zl. 2023).

От ерготерапия може да се възползва всеки човек, без значение от диагноза или възраст. Ерготерапията може да осигури на хората с деменция (или изложените на риск) възможности за пълноценно участие в дейностите от ежедневиия живот, преодолявайки дейностните затруднения.

ЛИТЕРАТУРА

Балканска, П. (2010). Мениджмънт на грижите за лица с дементен синдром – проблеми и перспективи. Сестринско дело 42(2-3), стр.23-27.

Тодорова, Л. (2020). Ерготерапия – професионален профил и перспективи. Академично издателство „Русенски университет“, Русе.

Тодорова, Л. (2012). Теоретични основи на ерготерапевтичния процес. Издателски център на Русенски университет „Ангел Кънчев“.

Тодорова, Л. (2019). Ерготерапия за психично здраве. Академично издателство „Русенски университет“, Русе.

Bennett, S., Laver, K., Voigt-Radloff, S. et al. (2019). Occupational therapy for people with dementia and their family carers provided at home: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*, 9, 1-11

Hodges, V., Hynes, K., Lassa, S. & Mitchel, C. (2021). Support needs of carers making proxy healthcare decisions for people with dementia: a systematic review based on the Noblit and Hare meta-ethnographic synthesis of qualitative studies. *BMJ Open*, 11(12).

Kim E. Y. & Chang S. O. (2022) Exploring carer resilience in the context of dementia: a meta-synthesis. *BMC Geriatrics*. 22(1):806

Nasrun, M. B. S., Kusumaningrum, P., Redayani, P. et al. (2021). Relationship Between Quality of Life of People with Dementia and Their Caregivers in Indonesia. *J Alzheimers Dis.*, 81(3):1311-1320.

- Obreykova, M. & Dimitrova, Zl. (2023). A review of the effectiveness of health promotion activities among older people. KNOWLEDGE – International Journal Vol.61.4, pp.839-843
- Wenborn, J., O'keeffe, A.G., Mountain, G., Moniz-cook, E. et al. (2021). Community Occupational Therapy for people with dementia and family carers (COTiD-UK) versus treatment as usual (Valuing Active Life in Dementia [VALID]) study: A single-blind, randomised controlled trial. PLoS Medicine, 18(1), 1-19