

GOVLESADTEME JÏH EKTESNE ÅRRODH

Demenseskiemtjelasse sæjhta daamtaj stoerre jarkelimmieh sjugniedidh dan almetjasse mij demensem átna jÏh dan lihemes fualhkan. Aaj voelph jÏh jeatjah almetjh dan demente almetjen bijre sijhtieh jÏjnjem jallh vaeniam demenseskiemtjelasseste dáájrehtidh. Iemie sárkoem dáájredh jÏh ovjearsoes sjÏdtedh dan báetijen aejkien bijre. Jeenjesh maehhtieh ovmurreds, haarmese jÏh stráarkan sjÏdtedh. Aajhpehtsvoeth jÏh ovvaantoeht maehhtieh jÏjhtedh, jÏh laavenjostoe mubpiejgumie geerve sjædta.

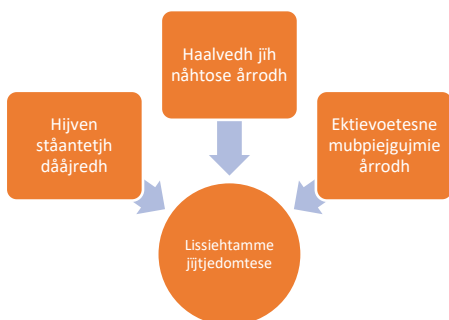
Akte reaksjovne maahta ároddh mubpijste antanadtedh jÏh gaskesem mubpiejgumie rievdedh. Mennie mieresne almetjh sijhtieh ræhpas ároddh demensen bijre sæjhta joekehts ároddh almetji gaskem mah demensem utnieh jÏh dej fuelhkieh. Dejtie jeanatjommiesidie sæjhta hijven ároddh byjreskidie bievnedh jÏh gaskesem utnedh dej lihke almetjigumie.

Darjomh jÏh sosijaale gaskese leah vihkeles. Maahta aavoem vedtedh jis maahta áehpies darjomigumie jáerhkedh. Lihke fuelhkie, healsoebarkijh jÏh mubpieh maehhtieh daerpies viehkiem jÏh dáarjoem vedtedh. Teknologije jÏh viehkievierhtieh maehhtieh aaj viehkiehtidh jearsoesvoetem jÏh jÏjtjearrehkevoetem vedtedh.

Vihkeles aarkebiejjen

Gaajhkesch dovnesch daarpesjeh haalvemem dáájredh jÏh náhtose ároddh. Baektjede gosse damta ij buekteht meatan ároddh sosijaale ektiedimmine. Hijven stáantetjh jÏh ektievoete maehhtieh jÏjtjedomtesem jÏh vyörtgevoetem nænnoestehtedh.

Almetjh demensine eah gaajhkh tjiehpiesvoeth dassh.



Njaelkie gaajhkesidie damtedh annje leah vihkeles jeatjah almetjidie. Seamman tÏjjen joekeen hijven domtoe gosse maahta darjomh oktemierien haalvedh.

Paarride jÏh fuelhkide leah daamtaj vihkeles ektie darjomigumie jáerhkedh aarkebiejjen dan gáhkese gáarede. Daate maahta lissie sjiehteladtemem krievedh byjreskijstie.

Jarkelimmieh mah leah vihkeles govlesadtemen jÏh ektiespielen gaavhtan

Tsáatskelesvoete –Tsáatskelesvoetem jienebi aati vöoste seamman tÏjjen stuvredh maahta geerve sjÏdtedh.

Liereme jÏh mojhtese –Ij orre bievnesh mujhtieh goh aarebi. Maahta aelhebe ároddh damtjidh goh mojhtesh gáaskodh. Mojhtesh gáaskodh lea heannadimmieh jallh nommh mujhtedh bieleden naan sáarhts májtajehtemh jallh jeatjah viehkie. Damtjimmesne biehkieh byjreskinie átnasuvvieh goh viehkie juktie mujhtedh.

Giele –Dáeriesmoerh guarkedh, soptsestidh jÏh reaktoeh baakoeh gaavnedh. Daamtajommes aelhebe ietniengielem mujhtedh goh giele maam liereme mænngan jieliedisnie.

Daajedimmie - Vuajnoe, govleme, hopsenasse jÏh smaahke maehhtieh geahpanidh.

Demensine sæjhta ánneti ánneti dáeriesmoerh sjÏdtedh mujhtedh jÏh guarkedh maam mubpieh jiehtieh, joekeen gosse jeenjesh stieresne jÏh jienebh seamman tÏjjen soptsestieh. Dan ávteste vihkeles sjædta geehtedh olles fer gellie tjoejh jÏh mojhteseguvvieh sjÏdth mah maehhtieh tsiehkiem hearaldehtedh. Daamtaj daerpies bievnesh mubpesth jiehtedh. Almetje demensine maahta dáeriesmoerh utnedh geerve gyhtjelassh vaestiedidh, buerkiestimmieh vedtedh, jÏh jÏjnjem jÏjtje soptsestidh. Akte hijven govlesadtemevuekie maahta ároddh heannadimmieh vaajestidh. Lihke fualhkan jÏh mubpide lea nuhteligs usjedalledh guktie maahta bööremeslaakan govlesadtedh viehkine dáájrehtimmieh juekedh, guarkedh jÏh goerkelidh.

Raerie govlesadtemisnie

- Nuhtjh ánehks, aelhie raajesh, aellieh abstrakte díjevsh jÏh tjíelkestimmieh nuhtjh.
- Aellieh mojhtesem haestedh mij sáaneminie, aellieh gihtjh májtah...?
- Baajh ároddh geerve gyhtjelassh gihtjedh, goh man ávteste....? guktie....? jÏh gie....? mah krieveh almetje májhta.
- Ároeh tjoelkehke, nuhtjh aelhkies gielem jÏh vaeltieh bæjjese ajve aktem teemam.
- Aellieh ovdaerpies jÏh veljies bievnesh vedtiedh.
- Viehkehth gosse govlesadteme tjööttjeste, men aellieh aelkieh govlesadtemem stuvrh
- Nuhtjh tjíelke kráahpegielem
- Utnieh astoem jÏh raeffiem gosse almetjinie ektine.

Lissie haestemh govlesadtemisnie

Såemies aejkien soptsestimmieh jìh gaskese lissie geerve sjidtieh dan åvteste almetje demensine jìh lìhke fuelhkie eevre joekehts goerkesh utnieh guktie tsiehkìe riektesisnie lea. Maahta ovmessie vuajnoe årrodh dan bijre mij lea jeahtasovveme jìh dorjesovveme, vuarjasjimmie tsiehkeste jìh mij viehkide mij lea daerpies. Gosse naakede lea åajaldamme, dellie sveekes lijsie sov reaktam bagkesidh. Gellie lìhke fuelhkieh sæjloeh gosse seamma teemah jìh gyhtjelassh mubpesth jeahtasuvvieh.

Maahta lissie haestiedihks årrodh vaanesovvem jìh såvmahtimmieh gïetedidh (v.g. gáarhmoeh goerkese sualadimmien jallh biehtemen bijre). Seammalaakan gosse almetje demensine aath buerkeste jìh veanhta mij/gie akt desnie mij ij leah stieresne (hallusinasjovnh). Dagkeri veajkoej lea lissie vihkeles lìhke fuelhkieh naakenem utnieh mejnie maehtieh soptsestidh jìh dah maehtieh raerìeh jìh viehkiem åadtjodh healsoe- jìh hoksedïenesjstie.

Nuhtjedh dam mij lea áehpies

Aaj mænngan demensem åadtjeme doh jeanatjommesh lyjhkoeh aatigujmie giehtelidh mejgujmie dååjrehtimmieh utnieh aarebistie. Lìhke fuelhkide jìh mubpide daamtaj stoere mielem vadda fiereguhten histovrijasse, kultuvrese jìh gielese bigkedh. Áehpies byjreskh jìh daeverh maehtieh mojhtesh gáaskodh jìh hijven váaroeminie årrodh ektesne soptsestidh jìh ektievoeten gaavhtan.

Akte raerie maahta årrodh eadtjohkelaakan áehpies heannadimmieh neebnedh, lìhke maadtoeladtjì jìh jeatjah vihkeles almetji bijre soptsestidh. Soptsestimmieh dan bijre mij daelie jìh aarebi vihkeles orreme jieliedisnie, maehtieh viehkiehtidh fiereguhten histovrijem jìh aarvoem vihtiestidh. Vihkeles goerkesem jìh goerkesadtemem vuesiehtidh. Ij leah iktesth daerpies dan jìjnìh baakoeh nuhtjedh juktie ektievoetem damtedh.

Almetjidie mah leah lìhke ektiedamme eatnamasse, kreekide jìh jielemen aerpieviekide daate maahta akte hijven váarome årrodh soptsestalledh jìh darjomh darjodh. Daesnie lìhke fuelhkie jìh mubpieh maehtieh viehkiehtidh mojhtesh gáaskodh. Gosse giele geahpene dellie nuhtelìgs usjedalledh guktie maahta **daajide skreejrehtidh** guktie dah fiereguhtese sjiehtieh.

Vuartsajidh guvvieh jìh filmh áehpies sijjijste jìh almetjijstie. Aavoedidh eatnemen dååjresijstie, plåamsterijstie jìh klaerijste.

Goltelidh musihkem, dikth, laavlomh jìh vuelieh maehtieh skraejriem vedtedh laavloemasse jìh daanhtose, jìh ektievoetem jìh aavoem sjugniedidh.

Hepsiehtidh jìh maejstedh áehpies beapmoeh jìh jovkemesh maehtieh damtjimmieh jìh vihtiestimmieh vedtedh. Seammalaakan maahta gelliej jeatjah hopsenassi jìh smaahki bijre årrodh mejtie aarebistie damta.

Damtedh baahkem jìh tjåetskemem, tyjjh, dueljìeh jìh ij goh unnemes njaltjam doehtedimmien tjìrrh maehtieh mojhtesh gáaskodh jìh vihtiestimmieh vedtedh.

Svihtjedh mojhtesh gááske, jìh báeries tjiehpiesvoeteh maehtieh váåjnesasse báetedh áehpies tsiehkine, goh gosse daajjem deaptoeminie, guelpiem sööpeminie, kreekigujmie giehtele jallh dagke daanhtsohte. Viehkine sjiehteladtedh ovmessie darjoemidie mah fiereguhtese sjiehtieh, dellie lìhke fuelhkie jìh mubpieh maehtieh viehkiehtidh dååjresh sjugniedidh mah damtjimmieh jìh vihtiestimmieh vedtieh. Daate maahta jìjtjedomtesem lutnjedh.

Ræhpasvoete

Ræhpasvoeten tjìrrh fuelhkien, voelpi, kraannaj jìh áahpetji vöoste aelhkebe sjædta goerkesem åadtjodh tseahkan. Aaj fuelhkie jìh viermie daajroem demensen bijre daarpesjìeh juktie maehtedh viehkiem jìh daarjoem vedtedh aarkebiejjien. Mubpieh ráakedh mah leah plearoh tsiehkesne, jìjtsh dååjrehtimmiej bijre soptsestidh jìh mubpiej dååjrehtimmiej bijre govledh lea vihkeles gellide lìhke fuelhkide. Dovne healsoe- jìh hoksedïenesjìh jìh jìjtjevyljehke siebrieh faalenassh utnieh. Lìhkefuelhkieskuvlìh jìh soptsestimmiedáehkieh leah vuesiehtimmieh naan sáarhts sijjide gusnie lìhke fuelhkie maahta hijven raerìeh åadtjodh jìh sinsitneste lieredh.

Faalenassine jìh dienesjinie lea vihkeles fiereguhten maadtoem, jieledevuekiem jìh aerpievuekieh váaroeminie utnedh. Daajroe almetjen histovrijem jìh kultuvren bijre stoerre aarvoem átna juktie maehtedh hoksem jìh darjomh vedtedh fiereguhtese mah mielem vedtieh.

Referaansh/ Lidteratuvretipsh: Aldring og helse: *Utfordringer og muligheter – samvær med personer med demens*, (2013), *Jeg er minnene mine* (2017), *Dvd-en Kommunikasjon og holdninger* (2012) **Nasjonalforeningen for folkehelsen:** *Håndbok for pårørende* (2017) **Utviklingssenter for sykehjem og hjemmetjenester for den samiske befolkningen i Finnmark:** *Hva skal jeg gjøre i dag, tro?* (2013)

Nasjonal kompetansetjeneste for Aldring og helse lea teema-aarhkem dorjeme stillemen mietie Healsoedirektoraateste jìh lea akte belie lìhkefuelhkieåajvarimmijste Demensesoekesjìsnie 2020. Dåarjoehtæjjah: Per Kristian Haugen, Kirsti Hotvedt, Reidun Ingebretsen.

Bæjkhoehtamme: 11.01.19