



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



mHEALTH-AD

Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337



mHEALTH-AD

Hafif demans hastası kişiler tarafından
mobil sağlık teknolojilerinin
benimsenmesini arttırmaya yönelik eğitim

HANDBOOK MODULE 4: İletişim ve Planlama için mHealth



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

Telif Hakkı Beyanı:



Bu eser Creative Commons Attribution – Non Commercial – Share Alike 4.0 Uluslararası

Lisansı ile lisanslanmıştır. Şunları yapmakta özgürsünüz:

- Paylaş — Materyali herhangi bir ortamda veya formatta kopyalayın ve yeniden dağıtın
- Uyarlayın — Malzemeyi yeniden düzenleyin, dönüştürün ve üzerine inşa edin

aşağıdaki şartlar altında:

- Atıf — Uygun krediyi vermeniz, lisansa bir bağlantı sağlamanız ve değişiklik yapıp yapılmadığını belirtmeniz gerekir. Bunu makul bir şekilde yapabilirsiniz, ancak lisans verenin sizi veya kullanımınızı onayladığını im eden herhangi bir şekilde yapamazsınız.
- Ticari Olmayan — Materyali ticari amaçlarla kullanamazsınız.
- Share Alike — Materyali yeniden düzenler, dönüştürür veya üzerine inşa ederseniz, katkılarınızı orijinaliyle aynı lisans altında dağıtmanız gerekir.



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

İNDEKS

GİRİŞ	3
Demans hastasıyla ilgili iletişim ve planlama konularına giriş	3
Tipik çatışma-zorluk durumları	5
Yaşam kalitesine etkisi	6
KAVRAM	6
TEKNOLOJİ VE Demans hastası	6
MEVCUT MHEALTH TEKNOLOJİLERİ	11
İLETİŞİM CİHAZLARI	11
Neler mevcut?	13
İlişkili maliyetler	15
PLANLAMA CİHAZLARI	17
Mevcut olanlar	17
İlişkili maliyetler	18
GÖRSEL ÖRNEKLER	18
SONUÇ	23
KAYNAKÇA	24



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

GİRİŞ

Demans Hastalarının iletişim ve planlama konularına giriş

Hafıza bozukluğu teşhisi konulan popülasyondaki sürekli artış endişe vericidir ve çeşitli önlemler almak ihtiyacı artmaktadır. 2011 yılında, AB Parlamentosu demansı "Avrupa önceliği" olarak tanıırken, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) demansı 2017-2025 yılları için "halk sağlığı önceliği" olarak tanımladı. DSÖ, hafıza kaybının yavaşlatıldığı ve demans hastalarının kişilerin saygı ve özerklikle iyi yaşayabilecekleri bir gelecek tasarlamayı amaçlamaktadır [4].

Yaşlanmadaki ilerleyici güç kaybı, hafıza, dikkat ve yürütücü işlevler gibi bilişsel yeteneklerdeki artan bir bozulmalarla da ilişkilidir. Bu nedenle, yaşlı insanlar genellikle yaşam kalitelerini, günlük aktivitelerini ve sosyal etkileşimlerini ve sosyal aktivitelerini etkileyebilecek fonksiyonel düşüş yaşarlar.

Hafıza kayıpları, kişi yaşlandıkça ilk beliren işaretlerden biridir. Hafızasında bir bozukluğu olan yaşlı yetişkin, son olayları ve tanıdık kişileri, yerleri ve eşyaları hatırlayamaz. Bu, oryantasyon bozukluğu, gerginlik, sosyal izolasyon ve sağlık sorunlarına neden olabilir. Hafıza eksiklikleri kişinin rasyonel yeteneklerini bozabilir. Yaşlı yetişkin, problem çözmede veya karar vermede zorluklarla karşılaşır ve zaman ve para gibi soyut fikirleri anlamakta sorun yaşayabilir. Hafızasında ciddi bir düşüş olanlar için bu, market alışverişi ve fatura ödeme gibi rutin görevleri bile zorlaştırabilir [5].

Dahası, hafıza güçlüğü çeken yaşlı yetişkinler iletişim yeteneklerini ve dil kullanımlarını azaltmaya başlar. Düşüncelerini kelimelere dökmekte, bir konuşmayı takip etmekte ve başkalarının söylediklerini anlamakta zorluk çekebilirler. Bu, sosyal durumlarına etki eder, yalnızlık duygularına ve endişeye neden olabilir. Sonuç olarak, iletişim kurmakta ve faaliyetleri planlamakta, randevuları hatırlamakta ve/veya ilaç yönetiminde veya mali durumlarını ve sağlıklarını takip etmekte zorlanırlar, bunların da hastaların özerklikleri üzerinde etkileri vardır ve yaşamlarının kontrolünü ellerinde tutarlar[5]].



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

Tipik çatışma-zorluk durumları

Dil becerileri, insanlar yaşlandıkça değişir ve hafıza eksiklikleri yaşamaya başlar. İletişim zorlukları, ortaya çıkacak en yaygın sorunlardan biridir. İlk işaretler kendilerini ifade etmede ve başkalarını anlamada ortaya çıkan zorluklardır.

İletişimle ilgili en yaygın zorluklar şunlardır:

1. Dil yeteneklerinin kaybı
2. Kelime bulma, özellikle nesnelere ve insanları adlandırma ile ilgili zorluklar
3. Bir kelimeyi yanlış olanla değiştirmek veya hiç bir yedek bulamamak
4. Aile ilişkileri hakkında kafa karışıklığı
5. Bir nesneyi adlandırmak yerine tanımlama
6. Sözcükleri, hikayeleri veya soruları tekrarlama
7. Bir düşünce trenini kaybetmek

İletişimdeki ilerleyici bozulmalar, bakıcılar ve aile üyeleri için yaşlı yetişkinlerin düşüncelerini, arzularını ve ne iletişim kurmaya çalıştıklarını anlamada bir engel oluşturabilir. Bazı durumlarda, yaşlı yetişkinlerin başkaları tarafından anlaşılma konusundaki hayal kırıklığı, bakıcılarıyla ajitasyona ve çatışmalara yol açabilir.

İletişim ve planlamadaki bir diğer yaygın zorluk, hafızanın bozulmasıdır. Hafıza güçlüğü çeken yaşlı yetişkinler, randevuları, olayları ve almaları gereken ilaçlar gibi önemli bilgileri hatırlamakta zorlanabilirler. Bu, sağlık hizmeti sağlayıcıları ve aile üyeleri ile çatışmalara yol açabilir.

Hafıza sorunları, günlük işlevler için önemli görevleri hatırlama sorunlarına da yol açabilir. Bunun bazı örnekleri fatura ödemek veya yemek hazırlamaktır. Bu, demanslı bireyin uygun şekilde bakılmasını sağlamak için ek sorumluluklara ihtiyaç duyabilecek bakıcılar ve aile üyeleri ile stres ve çatışma yaratabilir.

Demans ilerledikçe, bireyler iletişim ve planlamayı daha da karmaşıklatabilecek kişilik, ruh hali ve davranış değişiklikleri yaşayabilirler. Örneğin, demanslı bireyler agresif veya tedirgin hale gelebilir ve bu da etkili iletişimi zorlaştırabilir.

Yaşam kalitesine etkisi

Bu faaliyetlerdeki azalma ve sosyal temasın kaybı, bireyin öz-saygısını ve kişisel kimliklerini azalttığı için etkilenen kişilerin yaşam kalitesini açıkça etkilemektedir. Bu konulara yönelmek,



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

her bir kişinin önemli faaliyetleri güvenli bir şekilde geliştirmesini ve sürdürmesini desteklemek ve arkadaşları ve aileleri ile sosyal ve yakın ilişkiler kurmak onların refahını ve benlik saygısını artırır.

Yaşlı yetişkinler, zaman geçtikçe iletişim becerilerinde değişiklikler yaşarlar. İletişim, yaşlı yetişkinler için çok önemlidir ve genel sağlığı ve refahı önemli ölçüde etkiler. İletişimin rolü sadece yaşamın bir alanında değil, farklı yönlerinde de etkilidir. Yaşlı yetişkinler, artan hareketlilik ve sosyal etkileşim zorlukları nedeniyle sosyal olarak izole edilmiş hissederler.

Dahası, kendilerini izole ve yalnız hissederler, bu da yaşam kalitelerinde bir düşüşe yol açar. Yaşlı yetişkinler, yakınlarıyla sosyal ağ iletişimlerini aktif tutarak, duygularını ifade edebilir ve destek alabilirler. Bu stratejiler yalnızlık, izolasyon ve depresyon duygularını azaltmalarına yardımcı olabilir

Diğer bazı önemli nedenler de şunlardır:

1. Bilişsel İşlev: İletişim ve sosyal etkileşime girmek, yaşlı yetişkinlerin bilişsel yeteneklerini kullanmalarına yardımcı olabilir.
2. Sağlık bakımı: Yaşlı yetişkinlerin uygun bir sağlık planı almaları ve bunu anlayabilmeleri esastır.
3. Güvenlik: Bakıcılar, aile üyeleri ve arkadaşlarla iyi iletişim, yaşlı yetişkinlerin güvenliği için çok önemlidir, çünkü acil durumlarda yardım isteyebilir ve yardım alabilirler.

KAVRAM

TEKNOLOJİ AND DEMANS HASTASI

İletişim ve planlama ile ilgili mhealth çözümlerine giriş

Hafif demansı olan insanlar giderek daha fazla iletişim zorluğu yaşarlar ve biriyle konuşurken veya bir şeyler yazarken doğru kelimeleri ararlar. Kelime dağarcığının sürekli azalması, hafıza güçlüğü çeken kişiyi zihninin boş olduğu durumlara sokacak ve zihni eksik kelimeyi yerine koymaya çalışacaktır. Bazen bu alternatif kelimeler birbiriyle ilişkili kelimelerdir, ancak bazen sadece diğer insanlar için hiçbir anlam ifade etmeyen uydurma kelimelerdir. Bu aşamada, hafıza problemleri olan yaşlı yetişkinlerin daha sık el kol hareketi yapmaya başladığını gözlemleyebiliriz.



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

Aynı zamanda, hafıza problemleri olan yaşlı yetişkinler, günlük aktiviteleriyle ilgili sürekli bir güvensizlik yaşarlar. Kaçırılan randevuların ve unutulan görevlerin farkındadır ve bazı şeyleri yapmayı unuttuğu konusunda sürekli bir endişe hisseder.

Neyse ki, her iki sorunu da ele alabilecek ve bu ilk aşamada bu zorlukları bir dereceye kadar azaltabilecek teknoloji seçenekleri var.

Demans hastası bir kişinin tipik gereksinimleri, hastalığın evresine ve kişisel durumuna (bağımsız yaşam / aile katılımı vb.) bağlı olarak farklılık gösterir.

Sık sık yaşanan öncül zorluklar hafıza kaybı, ruh hali değişimleri, mekansal ve zamansal karışıklık, günlük görevleri yerine getirmede zorluk, bir şeyler bulma sorunları, konsantrasyon azalması, hafif ilgisizlik vb.

Bu aşamada, etkilenen kişilerin daha iyi bir yaşam kalitesine sahip oldukları normal evlerinde ikamet etmeye devam etmeleri yaygındır. Bu durumlarda, BİT'ler ve elektronik cihazlar, kendi evlerinde hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinlerin güvenliğini ve aile üyelerinin zihin rahatlığını korumayı mümkün kılar. Tele-bakım ve GPS cihazları gibi diğer teknolojiler, hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinlerin evlerinde kalabilecekleri süreyi uzatır ve bakıcının belirli faaliyetleri izlemesine izin verir, böylece bir sorun durumunda hızlı müdahale sağlanabilir.

DEMANSIN FARKLI EVRELERİNDE BİT KULLANIMI



Mobil Sağlık (mHealth) çözümleri, sağlıkla ilgili uygulamalardır. Bunlar, hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinlerin yaşam kalitesini ve özerkliklerini artırmak için hizmetler sunan akıllı telefon uygulamalarıdır. Hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinler ve bakıcıları için birçok uygulama



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

mevcuttur. Tasarımlarının temel bileşeni, daha kişiselleştirilmiş bakım sunmak ve demanslı kişilerin ve bakıcılarının ihtiyaçlarını karşılamaktır.

Bu çözümler mobil uygulamalar, giyilebilir cihazlar ve uzaktan izleme sistemleri dahil olmak üzere birçok biçimde olabilir.

Hafıza zorlukları için Mhealth çözümleri, ilaç ve randevular için hatırlatıcılar olarak, semptomları takip etme ve izlemede, eğitim kaynakları ve destek sağlamak ve sosyal katılımı ve duygusal desteği kolaylaştırma eylemlerinde çeşitli şekillerde kullanılabilir. Demans hastalarına verilen bakımın özellikle ihtiyaçlarına ve tercihlerine uygun olmasını sağlamak için, bu çözümler de kişiselleştirilebilir.

Genel olarak, mhealth çözümleri, öz yönetimi iyileştirmek, sosyal izolasyonu azaltmak ve bağımsızlığı artırmak gibi bir dizi fayda sağlayabilir.

Avantajlar ve engeller

MHealth uygulamaları sağlığı iyileştirmeyi hedefler ve bakım sağlar. Hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinleri hedef alan artan sayıda uygulama vardır. Mhealth uygulamalarının amaçları, günlük aktivitelerinde hafıza gücünü çeken yaşlı yetişkinleri desteklemek, sosyal etkileşimlerini korumak, bilişsel yeteneklerini korumak, konumu izlemek ve sağlığı izlemektir.

Hafıza problemleri olan kişilerin mHealth uygulamalarının kullanımından büyük fayda sağladığı tespit edilmiştir. Biz de birtakım avantajlar gözlemleyebiliriz.

En önemlileri:

1. Yaşam Kalitesini Artırmak: Hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinlere sağlıklarını yönetme ve sevdikleriyle iletişimde kalma araçları vererek. MHealth çözümleri, özerkliklerini korumalarına ve yaşam kalitelerini iyileştirmelerine yardımcı olabilir.
2. Bakıcılar için Destek: Sevdiklerinin bakımını yönetmeye yardımcı olacak bilgi ve araçlara erişmek için bir kaynak havuzu sunarak.
3. Uygun Maliyetli yardım: Bu çözümler maliyetleri düşürerek paradan da tasarruf sağlayabilir.

Her yaşlı yetişkinin ihtiyaçlarını karşılayan yüksek kaliteli ve kullanıcı dostu uygulamalar sağlamak için benimsenmelerinin önündeki engelleri ve zorlukları ele almak çok önemlidir.

En önemlileri:



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

1. Dijital cehalet: Yaşlı yetişkinler, özellikle hafıza sorunları olduğunda, teknolojiye erişme ve kullanma olasılığını azaltan bilgi eksikliğine sahiptir.
2. Gizlilik ve Güvenlik Sorunları: mHealth çözümlerinde bireysel sağlık verilerinin kullanılması, gizlilik ve güvenlik sorunlarını gündeme getirir.
3. Kullanılabilirlik: Hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinler, mhealth uygulamalarında kullanma ve gezinme konusunda zorluk çekmektedir.

Sonuç olarak, mobil sağlık cihazları belirli kriterleri yerine getirdiği sürece bazı engeller aşılabılır. Örneğin, demansı olan kişinin dizileri ezberlemesini önlemek için sezgisel olmaları gerekir. Ayrıca, hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinler için erişilebilir bir şekilde tasarlanmalıdırlar (daha az metin, net piktogramlar vb.)

Kullanıcı katılımında güçlendirme

Güçlendirme, günlük aktivitelerini yürütürken hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinler için mHealth çözümleriyle kullanıcı etkileşiminde önemli bir faktördür. Güçlendirme, yaşlı yetişkinlere bakımlarının planlanması ve yönetimine katılma konusunda bilgi, beceri ve güven kazanma yeteneği kazandırma sürecini ifade eder. mhealth uygulamalarını kullanma yetkisi, yaşlı yetişkinlerin sağlıklarını yönetmede aktif bir rol benimsemelerine yol açar ve günlük yaşamları üzerinde bir kontrol duygusu yaratma olasılıklarını artırır.

Demans hastalarını güçlendirmek için, yaşlı yetişkinin özel ihtiyaçlarını tanımlamak gerekir. Bu, çözümü geliştirmek için onlarla iş birliği yapmayı ve yorumlarını ve önerilerini dikkate almayı gerektirir.

Ayrıca, bir diğer önemli faktör, mHealth çözümlerini etkili bir şekilde kullanmalarını sağlamak için yaşlı yetişkinlere eğitim sağlamaktır. Bu nedenle, demanslı insanlara destek sağlayın ve sahip olabilecekleri endişeleri veya sorunları ele almalarına yardımcı olun.

Bu yaklaşım, yaşlı yetişkinler ve bakıcıları için yaşam kalitesinin artmasına neden olabilir.

Bilgisayar İnteraktif Anımsama ve Konuşma Yardımı Projesi: Example of CIRCA (Computer Interactive Reminiscence and Conversation Aid):

CIRCA konuşma üretimini geliştirir ve hafif demanslı kişilerin grup konuşmalarına katılmalarını desteklemek için uzun zaman önce yaşanmış bir şeyleri hatırlamaya yardımcı olur.



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

CIRCA, farklı kategorilere ait görüntüler, videolar ve müzik dosyalarından oluşan geniş bir veritabanından oluşur. Bu şekilde, demans hastası insanlar (PwD) aynı hikayeyi tekrar tekrar anlatmaz, bunun yerine yeni konular araştırırlar. Aile ve arkadaşlar veya PwD'nin kendisi sisteme resim, müzik veya video ekleyebilir. PwD'nin anımsama alanının yaratılmasındaki imaları, PwD'yi kendi destek sisteminde yer alması için güçlendirir, çünkü sistem onu özellikle demansın sonraki bir aşamasında destekleyecektir.

Öz-Yönetimin geliştirilmesi

Giyilebilir teknolojinin kullanımı, hastanın kalp atış hızı ve kan şekeri seviyeleri gibi sağlık göstergelerinin yanı sıra zihinsel sağlık sıkıntısı ile ilişkili göstergelerle etkileşimi ile ilgili olarak kendi kendini yönetme kabiliyeti geliştirebilir. Bu cihazların çoğu, alınan verileri doğrudan sağlık uzmanlarına iletebilir ve bu nedenle uzmanın teşhis etmek için elindeki bilgileri geliştirebilir. Bu şekilde sağlık göstergelerinin iletişimi sözsüzdür, ancak güvenilebilir. PwD, doktorunun doğru verileri alacağını bilir ve bu şekilde PwD, demansın ilk aşamasında sağlık sorunlarını bağımsız olarak yönetebilir.

Öz-Yönetimin arttırılması, demans bakımının planlanmasında önemlidir. Yaşlı yetişkinleri sağlıklarını yönetmede aktif bir rol oynamaya teşvik ederek, yaşam kalitelerini artırabilir ve daha iyi sağlık sonuçlarını teşvik edebiliriz. Planlamada, hatırlatıcılar ve istemler demanslı kişilerde Öz-yönetimi artırabilecek mhealth çözümlerindedir; bunlar, ilaçlarını almak, randevulara katılmak ve refahlarını artıran etkinliklere katılmak için demans hastalarına hatırlatıcılar sağlayabilir.

Ek olarak, iletişim açısından, Mhealth çözümleri, demans hastalarını, bakıcılarını, arkadaşları ve topluma bağlayarak sosyal destek ağlarını kolaylaştırabilir.

MEVCUT MHEALTH TEKNOLOJİLERİ

İLETİŞİM ARAÇLARI

Demans hastalarının teknoloji cihazlarıyla olan ilişkisi ve teknolojiyle etkileşime girme yetenekleri, büyük ölçüde bu kişilerin ilk demans belirtilerini yaşamadan önce teknolojilerle temas kurup kurmadıklarına bağlıdır. Daha önce video konferans kullanmış olan kişiler genellikle bu eğitim biçimiyle hızla ilgilenir ve demansları ilerlese de kullanabilirler. Öte yandan, bu teknolojilerle hiç tanışmamış insanlar için bunama hastalığına yakalandıktan sonra bu tür bir teknolojiye erişmek zor veya imkânsız olmaya devam ediyor.



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

Kişisel iletişimi ve sosyal etkileşimi desteklemek için yardımcı teknolojilere ihtiyaç vardır, çünkü özellikle hafif demanslı insanlar şu anda günlük yaşamda, örneğin sağlık sistemiyle veya kamu hizmetleriyle etkileşime girerken birçok zorlukla karşı karşıyadır.

Bu tür araçları kullanırken, sözlü iletişim, örneğin kelimeleri sembollerle değiştirerek hatta sembolleri sese çevirerek sözel olmayanla değiştirilebilir.

eHealth, vatandaşları sağlıklarını ve hastalıklarını daha iyi yönetmek, önlemeyi iyileştirmek, daha doğru tanı ve tedaviyi sağlamak ve sağlık profesyonelleri ile hastalar arasındaki iletişimi kolaylaştırmak için güçlendirme potansiyeline sahiptir.

Resmi bakımın dışında veya yanında, yaşlı insanlar ve aileleri de sadece bir iletişim aracı olarak değil, aynı zamanda ailelerini düşmeye karşı uyararak için bir koruma olarak da yeni ve gelişmekte olan teknolojilere yöneliyorlar.

Neler mevcut?

Demans (PwD) hastaları için aileleri, arkadaşları ve bakıcıları ile iletişimde kalmalarına yardımcı olan birçok cihaz vardır.

Örneğin, bazı işlevlerinde ayarlanmış ve bir PwD'nin ihtiyaçlarına uyacak şekilde tasarlanmış ticari olarak temin edilebilen telefonlar vardır.

- Demanslı kişinin en sık temasları ile programlanabilir
- Büyük düğmeler, piktogramlar veya aramak istedikleri kişinin fotoğrafları ile tasarlanmıştır

FaceTime ve Skype gibi görüntülü sohbet hizmetleri, coğrafi olarak uzak olan sevdiklerinizle iletişimde kalmanın bir başka harika yoludur.

İletişim desteğinin bir başka yönü de, bir iletişim kanalının kolaylaştırılmasından ziyade, tutarlı konuşma ile doğrudan yardımdır. Bu teknolojilere bir örnek, kağıt kartlar ve bir paspas ve dijital versiyon şeklinde mevcut olan Konuşan paspaslar[1] tekniğidir. Bu kavram, konuşmada zorluk çeken bir kişinin konuları üç kategoriye ayırmasına izin verir. Kişiyi farklı piktogramlar sunulur ve bunları daha önce belirlenmiş kategorilerde dijital bir paspas üzerinde sınıflandırabilir. Bu alıştırmaya önceden hazırlanmalıdır ve bu kişinin belirli konulardaki duygularını tanımlamaya yardımcı olabilir, örneğin kendisini hala bağımsız olarak gördüğü eylemleri ve kendi başına ustalaşabileceğine inandığı eylemleri tanımlamak için. Bunun gibi destek işlevleri, konuşma güçlüğü çeken kişinin bakım durumunu daha fazla kontrol altına almasını sağlar.



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

Konuşma desteği için bir başka örnek, çalışma belleği bozukluğunun etkisini en aza indirirken, konuşma üretimini ve uzun süreli bellekten hatırlamayı geliştirmek için geliştirilen CIRCA (Bilgisayar İnteraktif Anımsama ve Konuşma Yardımı) teknolojisidir Projeler, CIRCA'nın grup konuşmalarında demans hastalarını desteklediğini göstermiştir. Konuşma matlarına benzer şekilde, CIRCA, üçü keyfi olarak gösterilen altı kategoriye ait geniş bir resim, video ve müzik dosyası veritabanından oluşur. Bu, hastanın aynı hikayeyi tekrar tekrar irdelemesi yerine yeni konuları keşfetmesini sağlamak için yapılır. Aile ve arkadaşlar veya hasta, kendileri için önemli olan bireysel kategorileri eklemek için sisteme resim, müzik veya video ekleyebilir.

[1] <https://www.talkingmats.com/about/our-resources/#social-care>

Sesle etkinleştirilen sözlük araçları/uygulamaları, hatırlatıcılar ayarlamak veya günlük bir rutin oluşturmak konusunda demans hastasına destek verebilir. Bununla birlikte, hastanın okuması veya yazması zorlaştığında yazılı bir biçimde iletişim kurmalarına da yardımcı olabilirler. Hasta, bir sestem metne işlevini kullanabilir ve harfleri veya talimatları dikte edebilir. Bu şekilde hasta hala kendi ihtiyaçlarını iletmeye devam edebilir ve planlama faaliyetlerine katılabilir.

Aynı şey, belirli bir konuda zihnin korunmasına yardımcı olmak ve akla geldiğinde bu konuda bilgi toplamak için kullanılacak Dijital Not Defterlerinin ve iletişim araçlarının kullanımı için de geçerlidir.

Hastaların bir sağlık uzmanıyla doğrudan temas ve iletişim kurmasını sağlayan sağlık parametreleriyle ilgili kişilerarası iletişimi destekleyen belirli uygulamalar vardır. Bu uygulamalar, hastanın daha fazla bilgiyi kaydedebilmesi ve sağlık uzmanına gönderebilmesi için günlük günlükleri içerebilir. Tıpkı giyilebilir cihazlar gibi, bu uygulamalar da hastanın kendi kendini yönetmesine katılmasını sağlar.

Demans hastalarının yazma ve okuma işlevleri zorlaştığı için, bilgisayarlarda ve akıllı telefonlarda ekran okuma yazılımının kullanılması, demans hastasının kitap okumasına, web'de gezinmesine, bir dizi yazılım uygulaması kullanmasına ve mektup, makale ve e-posta yazmasına olanak tanır. Ayrıca ekran okuma yazılımı talimatları, randevu ayrıntılarını veya diğer mesajları yüksek sesle okuduğundan, demans hastasına bunları yazılı olarak almaya devam etmelerini ve böylece durumunu hemen diğer insanlara ifşa etmeme seçeneği sunar.

İletişim desteği için bir başka seçenek de, hastayla etkileşime girecek ve ona eşlik edecek şekilde programlanabildikleri için robotların kullanılmasıdır. Bir robot, talimatları veya belirli cümleleri



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

gerektiği kadar tekrarlamaktan yorulmaz ve bir insanın bu durumda kaçınılmaz olarak hissettiği sabırsızlığı veya hayal kırıklığını göstermez. Ek olarak, her robot belirli bir ses türünde (kadın/erkek, yerel aksanla) konuşmaya hazırdır ve herhangi bir özel ayar gerektirmez.

İnsanların artık fiziksel olarak sözlü konuşma veya yazma yetenekleri kalmadığında iletişim kurmalarının bir yolu, güçlendirici ve alternatif iletişim cihazları (AAC) olabilir. Bu cihazlar, bir hastanın hangi resimlerin etkinleştirdiğine bağlı olarak konuşabilen bir programdaki piktogramlar aracılığıyla düşünceleri veya ihtiyaçları seslendirmesine yardımcı olabilir.

İlişkili maliyetler

İletişim cihazları için temel maliyetler, cihazların çoğu için gerekli internet ve telefon hattı maliyetleridir.

Uyarlanmış bir telefonun maliyeti 50-200 € arasında değişebilir.

Açıklayıcı ve kişisel bir çevrimiçi oturum (İngilizce) dahil olmak üzere konuşma matlarının çevrimiçi versiyonunun maliyeti 360 € 'dur.

Bir konuşma robotunun maliyeti: 8000 €

Animasyonlu bir evcil hayvanın maliyeti: yaklaşık 130 €

AAC'nin maliyeti: AAC, tablet veya cep telefonu için ücretsiz veya düşük maliyetli uygulamalar şeklinde veya özel olarak iletişim destek cihazı olarak kullanılabilir. Cihazların fiyatı değişebilir, örneğin iletişim becerileri bozulmuş kişiler için temel resim desteği içeren Pocket Go Talk 5 Level cihazı 170 € karşılığında satın alınabilir.





Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

<https://www.speechpathologygraduateprograms.org/2017/11/top-10-aac-augmentative-and-alternative-communication-devices/>

PLANLAMA CİHAZLARI

Hafıza sorunları, yaşlı yetişkinin günlük aktivitelerini organize etmesini ve rutinine ayak uydurmasını zorlaştırır. Bir diğer önemli husus da sağlık yönetimi ve bakımverenlerin yaşam kalitesi açısından önemli olan ilaç yönetimidir. Örneğin, yaşlı yetişkinin hipertansiyon gibi tıbbi bir sorunu olabilir ve rejime uymadığı için durumu ilerleyip kişi hastaneye yatırılabilir.

Akıllı uygulamalar ve cihazlardaki teknolojik gelişmeler, ilaç yönetimi ve randevu hatırlatma gibi alanlarda birçok strateji ve çözümü de beraberinde getirmektedir.

Neler mevcut

Hafıza sorunları olan yaşlı yetişkinlere yardımcı olmaya katkıda bulunan birçok uygulama ve cihaz vardır. Bunlardan bazıları şunlardır:

Sesli hatırlatıcılar

Sesli hatırlatma cihazları, kullanıcıların kişiselleştirilmiş hatırlatıcılar üretmesine olanak tanır. Sesli hatırlatıcı, hatırlatıcının çalması için belirli bir zamana programlanabilir.

Saat

Özellikle zamanı gösterebilen ve yaşlı yetişkinin zamana yönelmesine yardımcı olan saatler mevcuttur. Ayrıca, bazıları randevular için alarm ve hatırlatıcılar ayarlama yeteneğine sahiptir.

Uygulamalar ve Akıllı Telefon

Takvimler gibi akıllı telefon uygulamaları, randevuları hatırlatmak veya günlük etkinliklerini düzenlemeye yardımcı olmak için kullanılabilir.

İlaç hatırlatıcıları



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

Bip sesi, el feneri veya ilaç zamanı geldiğinde sinyal vermek üzere kolayca programlanabilen otomatik ilaç kutuları vardır.

Akıllı telefona yüklenebilen ve ilacı yönetimi, hatırlatıcılar ve ilacın dozlarını ayarlamaya yarayan uygulamalar mevcuttur.

Su Hatırlatıcıları

Yaşlı yetişkinlere su içmelerini hatırlatmak, kaç bardak suya ihtiyaç duyduklarını bildirmek ve su alımlarını yönetmek için akıllı telefonlara uygulamalar yüklenebilir.

İlişkili maliyetler

Uygulamalar

Uygulamaların çoğu bir akıllı telefona veya tablete ücretsiz yüklenebilir. İnternet bağlantısına, akıllı telefona veya tablete ve bazen de bir e-posta adresine ihtiyaç olabilir. Bazen, uygulamaya bağlı olarak bir abonelik ücreti ödemek gerekebilir.

Akıllı saatler

Bu kategoride birçok marka var. Fiyatlar 40 Euro ile 200 Euro arasında değişmektedir.

Akıllı Hoparlörler

Çeşitli markalar mevcuttur ve fiyatları 40 Euro ile 150 Euro arasında değişmektedir.

Görsel Örnekler

İletişim robotlarına örnekler:

Pepper

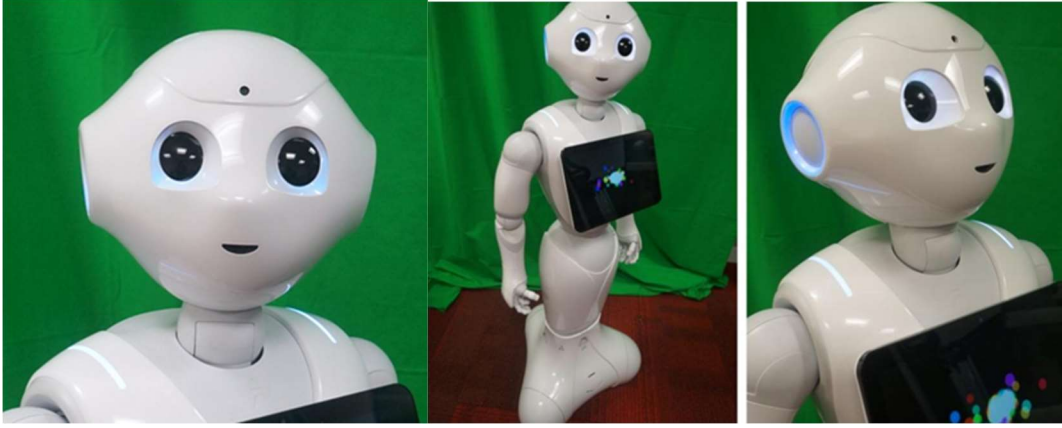


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



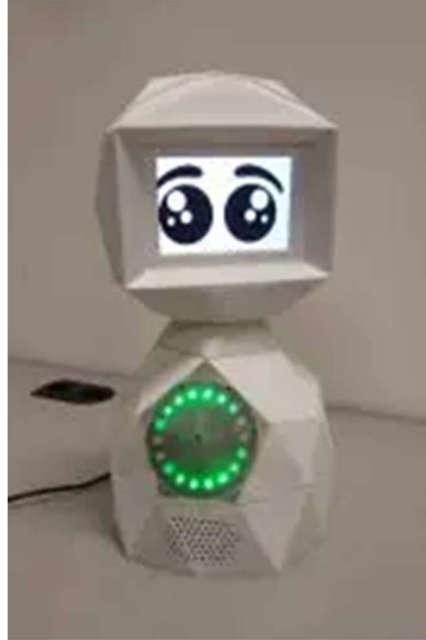
mHEALTH-AD

Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337



<https://www.alzheimers.org.uk/blog/how-can-robots-support-people-dementia>

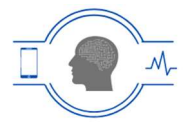
EVA Robot



<https://es.oceanomedicina.com/nota/e-health-es/eva-el-robot-que-acompana-a-pacientes-geriatricos-con-demencia/>

Hareketli evcil hayvan oyuncaklar:

Avrupa Komisyonu'nun bu yayının üretimine verdiği destek, yalnızca yazarların görüşlerini yansıtan içeriklerin onaylandığı anlamına gelmez ve Komisyon, burada yer alan bilgilerin herhangi bir şekilde kullanılmasından sorumlu tutulamaz.



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337



<https://dailycaring.com/robotic-cat-brings-joy-to-seniors-with-dementia/>

AAC:



https://www.researchgate.net/figure/Some-Augmentative-and-Alternative-Communication-devices_fig15_266558490



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

Planlama için Örnekler:

1. AP@LZ Uygulaması



https://www.researchgate.net/figure/Homepage-of-APLZ-version-1_fig1_313799832

2. Akıllı Saatler

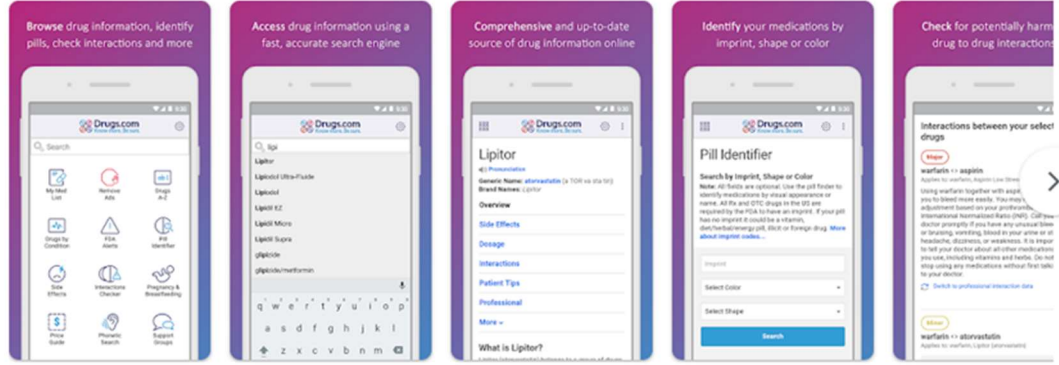


Source: Pixabay

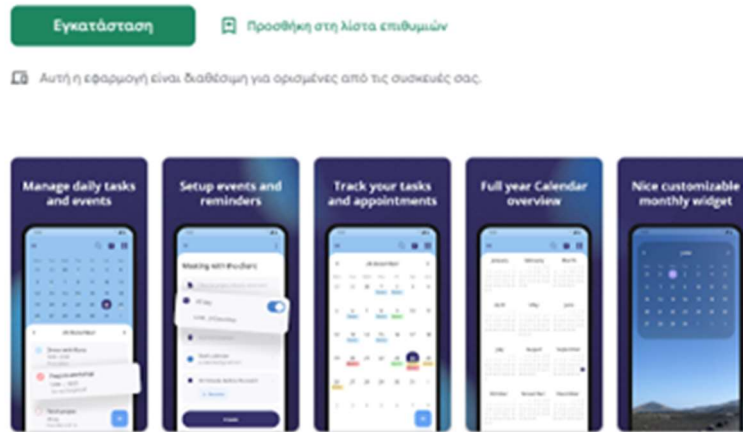


Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

3. Drugs com Medication Serbest Rehber



4. Serbest Takvim



5. Demans/Dijital Günlük/Saat





Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.fashmel.alzclock&hl=en>

6. Takvim Saati Demans Saati

Calendar Clock Dementia Clock

Jelter

10K+ Downloads PEGI 3 G

Install Add to wishlist

This app is available for all of your devices

Stay on Time and in Control

Only the necessary information

Set messages and alarms remotely

Digital/Analog large clock

Highly customizable

Disable inter by hiding all buttons

Developer contact

Similar apps

HiCal - Collaborative Calendar
HiCal team

CloudCal Calendar Agenda Plann
Pselis
4.3

https://play.google.com/store/apps/details?id=net.jelter.calendarclock&hl=en_US

CONCLUSION

Dünya çapında, 55 milyondan fazla insan demanstan muzdariptir ve her yıl yaklaşık 10 milyon yeni vaka eklenmektedir[1]. Demansın yıllık küresel maliyeti şu anda 1,3 trilyon ABD dolarının üzerindedir. AB27 ülkelerinde şu anda 9 milyondan fazla insan demans ile yaşamaktadır (2018), 2050 yılına kadar 16 milyondan fazla kişinin bu hastalığa yakalanması beklenmektedir[2].

Mobil sağlık uygulamalarının gerçek ortamlarda kullanılması, hafif demansı olan (PwD) kişilerin iletişim ve planlama kapasitelerini açıkça kolaylaştırırken ve demans hastalarını da sosyal olarak meşgul olmalarına ve daha uzun süre bağımsız bir yaşam sürdürmelerine yardımcı olduklarını kanıtlamıştır. Teknolojinin türü ister videoya ister sese dayansın, mobil sağlık çözümlerinin bakımverenler ile hafif demansı olan kişiler arasındaki yüz yüze iletişime faydalı bir katkı sağladığı ve günlük planlama faaliyetlerinde onları desteklediği açıktır. [3]



Contract No. 2021-1-DE02-KA220-ADU-000028337

KAYNAKÇA

- [1] <https://who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia> +
<https://www.alz.co.uk/research/statistics>
- [2] <https://alzheimereurope.org/content/download/195515/1457520/file/FINAL%2005707%20Alzheimer%20Europe%20yearbook%202019.pdf>
- [3] Lindberg B, Nilsson C, Zotterman D, Söderberg S, Skär L (2013) Using information and communication technology in home care for communication between patients, family members, and healthcare professionals: A systematic review. Int J Telemed Appl 2013, 461829
- [4] <https://www.alzint.org/what-we-do/partnerships/world-health-organization/who-global-plan-on-dementia/>
- [5] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dementia>