

Govlesadteme jñh ektesne årrodh

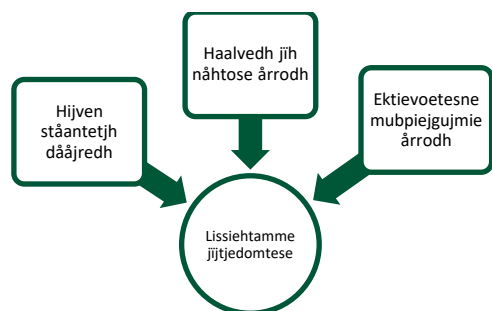
Demenseskiemtjelasse sæjhta daamtaj stoerre jarkelimmieh sjugniedidh dan almetjasse mij demensem átna jñh dan lihkemes fualhkan. Aaj voelph jñh jeatjah almetjh dan demente almetjen bñjre sijhtieh jñjnem jallh vaeniem demenseskiemtjelasseste dääjrehtidh. Iemie sårkoem dääjredh jñh ovjearsoes sjñdtedh dan bætijen aejkien bñjre. Jeenjesh maehtieh ovmurreds, haarmese jñh stråarkan sjñdtedh. Aajheptsvoeth jñh ovvaantoeh maehtieh jñjhtedh, jñh laavenjostoe mubpiejgumie geerve sjædta.

Akte reaksjovne maahta årrodh mubpijste antanadtedh jñh gaskesem mubpiejgumie rñevedh. Mennie mieresne almetjh sijhtieh ræhpas årrodh demensen bñjre sæjhta joekehts årrodh almetji gaskem mah demensem utnieh jñh dej fuelhkieh. Dejtie jeanatjommesidie sæjhta hijven årrodh byjreskidie bievnedh jñh gaskesem utnedh dej lihke almetjigumie.

Darjomh jñh sosijaale gaskese leah vihkeles. Maahta aavoem vedtedh jis maahta æhpies darjomigumie jærhkedh. Lihke fuelhkie, healsoebarkijh jñh mubpieh maehtieh daerpies viehkiem jñh däärjoem vedtedh. Teknologije jñh viehkievierhtieh maehtieh aaj viehkiehtidh jearsoesvoetem jñh jñjtjeraarehkevoetem vedtedh.

Vihkeles aarkebiejjien

Gaajhkesch dovnesch daarpesjeh haalvemem dääjredh jñh nåhtose årrodh. Baektjede gosse damta ij buekteht meatan årrodh sosijaale ektiedimmine. Hijven ståantetjh jñh ektievoete maehtieh jñjtjedomtesem jñh vyörtogsvoetem nænnoestehtedh. Almetjh demensine eah gaajhkh tjehpiesvoeth dassh.



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

Paarride jñh fuelhkide lea daamtaj vihkeles ektie darjomigumie jærhkedh aarkebiejjien dan gåhkese gåarede. Daate maahta lissie sjiehteladtemem krñevedh byjreskijstie.

Jarkelimmieh mah leah vihkeles govlesadtemen jñh ektiespielen gaavhtan:

Tsåatskelesvoete – Tsåatskelesvoetem jienebi aati vööste seamman tñjjen stuvredh maahta geerve sjñdtedh.

Liereme jñh mojhtese – Ij orre bievnesh mujhtieh goh aarebi. Maahta aelhkebe årrodh damtijidh goh mojhtesh gåaskodh. Mojhtesh gåaskodh lea heannadimmieh jallh nommh mujhtedh bieleden naan sårhts mājhtajehntemh jallh jeatjah viehkie. Damtijimmesne biehkieh byjreskinie átnasuvvieh goh viehkie juktie mujhtedh.

Gñele – Dääriesmoerh guarkedh, soptsestidh jñh reaktoeh baakoeh gaavnedh. Daamtajommes aelhkebe ietniengelem mujhtedh goh gñele maam liereme mænngan jieliedisnie.

Daajedimmie - Vuajnoe, govleme, hopsenasse jñh smaahke maehtieh geahpanidh.

Demensine sæjhta ånnetji ånnetji dääriesmoerh sjñdtedh mujhtedh jñh guarkedh maam mubpieh jiehtieh, joekoen gosse jeenjesh stñeresne jñh jienebh seamman tñjjen soptsestieh. Dan åvteste vihkeles sjædta geehtedh olles fer gellie tjoejh jñh mojhteseguvvieh sjñdth mah maehtieh tsiehkiem hearaldehtedh. Daamtaj daerpies bievnesh mubpesth jiehtedh. Almetje demensine maahta dääriesmoerh utnedh geerve gyhtjelassh vaestiedidh, buerkiestimmieh vedtedh, jñh jñjnem jñjtje soptsestidh. Akte hijven govlesadtemevuekie maahta årrodh heannadimmieh vaajestidh. Lihke fualhkan jñh mubpide lea nuhteligs ussedalledh guktie maahta bööremeslaakan govlesadtedh viehkine dääjrehtimmieh juekedh, guarkedh jñh goerkelidh.

Raerie govlesadtemisnie

- Nuhtjh åenehks, aelhkie raajesh, aellieh abstrakte diejvesh jñh tjñelkestimmieh nuhtjh.
- Aellieh mojhtesem haestedh mij såaneminie, aellieh gihtjh mājhtah...?
- Baajh årrodh geerve gyhtjelassh gihtjedh, goh man åvteste.....? guktie.....? jñh gie.....? mah krievieh almetje mājhta.
- Årroeh tjyölkehke, nuhtjh aelhkies gñelem jñh vaeltieh bæjese ajve aktem teemam.
- Aellieh ovdaerpies jñh veljies bievnesh vedtieh.
- Viehkehth gosse govlesadteme tjöödtjeste, men aellieh aelkieh govlesadtemem stuvrh.
- Nuhtjh tjñelke kråahpegñelem.
- Utnieh astoem jñh raeffiem gosse almetjinie ektine.

Lissie haestemh govlesadtemisnie

Såemies aejkien soptsestimmieh jñh gaskese lissie geerve sjidtieh dan ávtteste almetje demensine jñh lihke fuelhkíe eevre joekehts goerkesh utnieh guktie tsiehkíe ríektesisnie lea. Maahta ovnessie vuajnoe árrordh dan bíjre mij lea jeahtasovveme jñh dorjesovveme, vuarjasjimmie tsiehkeste jñh mij viehkide mij lea daerpies. Gosse naakede lea áajaldamme, dellie sveekes lísie sov reaktam bagkesidh. Gellie lihke fuelhkieh sájloeh gosse seamma teemah jñh gyhtjelassh mubpesth jeahtasuvvieh.

Maahta lissie haestiedihks árrordh vaanesovmem jñh sávmahtimmieh gíetedidh (v.g. gáarhmoe goerkese sualadimmien jallh biehtemen bíjre). Seammalaakan gosse almetje demensine aath buerkeste jñh veanhta mij/gie akt desnie mij ij leah stíeresne (hallusinasjovnh). Dagkeri veajkoej lea lissie vihkeles lihke fuelhkieh naakenem utnieh mejnie maehetie soptsestidh jñh dah maehetie raerieh jñh viehkiem áadtjodh healsoe- jñh hoksedíenesjístie.

Nuhtjedh dam mij lea áehpies

Aaj mænngan demensem áádtjeme doh jeanatjommesh lyjhkoeh aatigujmie gíehtelidh meijgumie dáájrèhtimmieh utnieh aarebístie. Lihke fuelhkide jñh mubpide daamtaj stoere mielem vadta fiereguhten histovrijasse, kultuvrese jñh gíelese bigkedh. Áehpies byjreskh jñh daeverh maehetie mojhtesh gáaskodh jñh hijven váaroeminie árrordh ektesne soptsestidh jñh ektievoeten gaavhtan.

Akte raerie maahta árrordh eadtjohkelaakan áehpies heannadimmieh neebnedh, lihke maadtoeladtji jñh jeatjah vihkeles almetji bíjre soptsestidh. Soptsestimmieh dan bíjre mij daelie jñh aarebi vihkeles orreme jieliedisnie, maehetie viehkiehtidh fiereguhten histovrijem jñh aarvoem vihtiestidh. Vihkeles goerkesem jñh goerkesadtemem vuesiehtidh. Ij leah iktesth daerpies dan jijnjh baakoeh nuhtjedh juktie ektievoetem damtedh.

Almetjidie mah leah lihke ektiedamme eatnamasse, kreekide jñh jielemen aerpievuekide daate maahta akte hijven váarome árrordh soptsestalledh jñh darjomh darjodh. Daesnie lihke fuelhkíe jñh mubpieh maehetie viehkiehtidh mojhtesh gáaskodh. Gosse gíele geahpene dellie nuhteligs usjedalledh guktie maahta **daajide skreejrehtidh** guktie dah fiereguhtese sjiehtieh.

Vuertasjidh guvvieh jñh filmh áehpies sijjístie jñh almetjístie. Aavoedidh eatnemen dáájrèsjístie, plåamsterijstie jñh klaerijstie.

Goltelidh musihkem, dikth, laavlomh jñh vuelieh maehetieh skraejriem vedtedh laavloemasse jñh daanhtsose, jñh ektievoetem jñh aavoem sjugniedidh.

Hepsiehtidh jñh maejstedh áehpies beapmoeh jñh jovkemesh maehetieh damtjimmieh jñh vihtiestimmieh vedtedh. Seammalaakan maahta gellie jeatjah hopsenassi jñh smaahki bíjre árrordh mejtie aarebístie damta.

Damtedh baahkem jñh tjåetskemem, tyjjh, dueljeh jñh ij goh unnemes njaltjam doehtedimmieh tjírrh maehetieh mojhtesh gáaskodh jñh vihtiestimmieh vedtedh.

Svihtjedh mojhtesh gááske, jñh báeries tjiehpiesvoeteh maehetieh váájnèssasse báetedh áehpies tsiehkine, goh gosse daajjem deaptjoeminie, guelpiem söpèminie, kreekigujmie gíehte lea jallh dagke daanhtsohte.

Viehkine sjiehteladtedh ovnessie darjoemidie mah fiereguhtese sjiehtieh, dellie lihke fuelhkíe jñh mubpieh maehetieh viehkiehtidh dáájrèsh sjugniedidh mah damtjimmieh jñh vihtiestimmieh vedtieh. Daate maahta jíjtjedomtesem lutnjedh.

Ræhpasvoete

Ræhpasvoeten tjírrh fuelhkien, voelpi, kraannaj jñh áahpetji vööste aelhkebe sjædta goerkesem áadtjodh tseahkan. Aaj fuelhkíe jñh viermie daajroem demensen bíjre daarpesjeh juktie maehetiedh viehkiem jñh dáarjoem vedtedh aarkebiejjien.

Mubpieh ráakedh mah leah plearoe tsiehkese, jíjtsh dáájrèhtimmieh bíjre soptsestidh jñh mubpiej dáájrèhtimmieh bíjre govledh lea vihkeles gellide lihke fuelhkide. Dovne healsoe- jñh hoksedíenesjñh jñh jíjtjevyllèhke siebrieh faalenassh utnieh. Lihkefuelhkieskuvlh jñh soptsestimmiedáehkieh leah vuesiehtimmieh naan sáarhts sijjide gusnie lihke fuelhkíe maahta hijven raerieh áadtjodh jñh sinsitneste líeredh.

Faalenassine jñh díenesjinie lea vihkeles fiereguhten maadtoem, jieledèvuekiem jñh aerpievuekieh váaroeminie utnedh. Daajroe almetjen histovrijen jñh kultuvren bíjre stoerre aarvoem átna juktie maehetiedh hoksem jñh 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 jñh lea akte bielie lihkefuelhkieráajvarimmijste Demensesoejkesjisnie 2020.**

Dáarjoehtæjjah: Per Kristian Haugen, Kirsti Hotvedt og Reidun Ingebretsen
Bæjhkoehamme: 11.01.19