

OČUVANJE ZDRAVLJA OSOBA S DEMENCIJOM TIJEKOM PANDEMIJE COVID-19

PREPORUKE

**Hrvatskog društva za Alzheimerovu bolest i psihijatriju starije životne dobi HLZ-a
Referentnog centra Ministarstva zdravstva za Alzheimerovu bolest
i psihijatriju starije životne dobi**

**Centra za mentalno zdravlje osoba starije životne dobi Službe za mentalno zdravlje i
prevenciju ovisnosti Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“**

Radna skupina:

*Voditelji: prof. dr. sc. Ninoslav Mimica, dr. med., spec. psihijatar
dr. sc. Marija Kušan Jukić, dr. med., spec. psihijatar*

*Članovi: doc. dr. sc. Suzana Uzun, dr. med., spec. psihijatar
doc. dr. sc. Oliver Kozumplik, dr. med., spec. psihijatar
Aida Križaj Grden, dr. med., spec. psihijatar*

Ove preporuke nastale su u vrijeme pandemije koronavirusa (COVID-19) kako bismo pomogli stručnjacima koji pružaju usluge skrbi iz područja mentalnog zdravlja osobama starije životne dobi, svom drugom zdravstvenom osoblju, članovima obitelji, formalnim i neformalnim njegovateljima.

Osobe starije životne dobi predstavljaju vulnerabilnu skupinu u društvu tijekom prirodnih katastrofa i kriza, što se pokazalo u situaciji realne prijetnje zaraze korona virusom. Zbog visoke zaraznosti virus se brzo širi svijetom od kraja 2019. godine te uzrokuje u pojedinim osoba akutni respiracijski sindrom i smrtni ishod. Protekli mjeseci pokazali su kako je smrtnost od COVID-19 značajno viša u osoba starije životne dobi s drugim kroničnim bolestima.

Rizik od obolijevanja i ishod bolesti za osobe s demencijom. Najugroženiji su prema dostupnim podacima stariji ljudi pa tako i osobe s neurokognitivnim poremećajima različitog stupnja, kod kojih stopa smrtnosti od 65. godine i više eksponencijalno raste. U pravilu, demencija ne povećava rizik za COVID-19 odnosno respiratorne bolesti uzrokovane novim korona virusom. Međutim, opasnost od korona virusa utječe na ponašanje osoba s demencijom, i zdravstvena stanja koja često prate demenciju. U Kini je, na primjer, stopa smrtnosti među inficiranima osobama starosti do 40 godina - 0,2%, između 70 i 79 godina - 8%, a među starijima od 80 godina - 14,8%. Upravo stoga treba povesti računa prije svega o zaštiti starijih ljudi i osoba s različitim neurokognitivnim poremećajima, a posebno onih koji već imaju različite tjelesne bolesti. Komorbidne dijagnoze koje doprinose povećanoj stopi smrtnosti su hipertenzija, ishemijska bolest srca, te dijabetes melitus. Osobe s demencijom imaju ograničen pristup i mogućnost razumijevanja informacija i činjenica o COVID-19 pandemiji. Mogu imati poteškoće u razumijevanju i pamćenju javno zdravstvenih uputa o pranju ruku, nošenju zaštitne maske, rukavica, održavanju fizičke udaljenosti i sl. Nepridržavanje mjera samozaštite i neodržavanje pojačnih mjera higijene mogu izložiti osobe s demencijom većem riziku zaraze. Starije osobe ipak vrlo dobro percipiraju kriznu situaciju vezanu uz pandemiju koronavirusom te ih stoga treba redovito i ponovno informirati koristeći kratke i jasne informacije. Potrebno je slušati što nam osobe daju kao povratnu informaciju.

Osobe s kognitivnim poremećajem često žive same ili sa supružnicima koji su i sami starije životne dobi. U našoj zemlji 98% osoba s demencijom zbrinuto je u krugu obitelji. Situacija pandemije COVID-19, samoizolacija i druge mjere prevencije predstavljaju dodatan stres za većinu ljudi, a posebice za osobe starije životne dobi koje imaju neki od mentalnih poremećaja ili Alzheimerovu bolest. Dodatan stres može imati negativne posljedice na tjelesno i mentalno zdravlje osoba s demencijom, ali i njihovih formalnih i neformalnih njegovatelja. U okolnostima kada s radom prestaju neke uslužne djelatnosti, mijenjaju se uobičajeni servisi opskrbe, način komuniciranja npr. s liječnicima i sl., (kako bi se osiguralo primjerenu fizičku udaljenost i spriječilo širenje COVID-19) mogu se pojaviti poteškoće vezane uz nove načine telekomunikacija. Nesnalaženje u novim tehnologijama ostavlja osobe s demencijom i njihove bližnje bez podrške, uskraćenih informacija, usamljenima s osjećajem da su zaboravljeni i izostavljeni.

Kao što preporučuju međunarodni stručnjaci za demenciju i Svjetsko udruženje za Alzheimerovu bolest (*engl. Alzheimer's Disease International, ADI*), širom svijeta **hitno je potrebno organizirati dodatnu podršku osobama s demencijom i njihovim njegovateljima** u situaciji pandemije COVID-19. Uz fizičku zaštitu od virusne infekcije, **potrebno je voditi brigu o mentalnom zdravlju osoba s demencijom i neformalnih njegovatelja odnosno najčešće članova obitelji te im pružiti psihosocijalnu podršku**. Npr., stručnjaci za mentalno zdravlje, socijalni radnici, psiholozi, stručnjaci zaposleni u domovima za starije trebali bi biti dostupni i sudjelovati zajednički u zaštiti mentalnog zdravlja osoba s demencijom. Unutar multidisciplinarnih timova stručnjaci za demenciju mogu preuzeti vodstvo i podržati članove tima iz drugih disciplina, posebice u okolnostima kada se pojavljuju psihički i ponašajni simptomi demencije te njegovatelji trebaju savjet ili konzultaciju specijaliste psihijatra.

Takav vid dostupne psihološke pomoći i konzultacije sa specijalistom psihijatrom iz Centra za mentalno zdravlje osoba starije životne dobi za građane na području cijele Republike Hrvatske pruža se na **telefonima za psihološku pomoć Službe za mentalno zdravlje i prevenciju ovisnosti** NZJZ „Dr. Andrija Štampar“, svakodnevno od 08,00 do 22,00 sata (<http://www.stampar.hr/hr/telefonske-linije-za-pruzanje-psiholoske-pomoci-osobama-koje-se-nalaze-u-samoizolaciji-ili-karanteni>).

U Klinici za psihijatriju Vrapče od 26. ožujka 2020. godine uspostavljena je **Jedinica za izvanbolničku telepsihijatrijsku skrb u okvirima Centra za izvanbolničko liječenje, rehabilitaciju i edukaciju**. U ovoj jedinici pružaju se uobičajeni terapijski postupci i intervencije putem telefonskih konzultacija ili video pozivima (preko sustava Microsoft Teams) na siguran način bez ugrožavanja zdravlja pacijenata uz zaštitu podataka (GDPR), privatnosti bolesnika i poštivanje načela povjerljivosti. <https://bolnica-vrapce.hr/web/?p=5913> **Uputno je preporučiti smjernice za samopomoć za smanjenje stresa i tjeskobe**, poput tehnika opuštanja ili umirujuće glazbe koje mogu biti dostupne putem elektroničkih medija, posebice namijenjene neformalnim njegovateljima (dostupno na <http://www.stampar.hr/hr/program-za-ocuvanje-mentalnog-zdravlja-borbom-protiv-negativnih-utjecaja-tjeskobe-i-stresa>). Osim toga, potičemo ljude koji imaju roditelja s demencijom da češće kontaktiraju ili provode više vremena s roditeljem ili da preuzmu neku od dužnosti njegovatelja, kako bi njegovatelji imali neko vrijeme predaha (svakako to ne vrijedi ako su zaraženi virusom ili imaju određenu mjeru samoizolacije).

Kako bi se smanjio rizik širenja COVID-19 u Domovima za starije osobe zabranjene su posjete što je osobe oboljele od demencije dovelo do toga da su izgubile licem u lice kontakt s članovima obitelji. Također su zabranjene i grupne aktivnosti. Posljedica toga je još veća socijalna izolacija korisnika Domova za starije.

Pod dvostrukim stresom straha od infekcije i zabrinutosti za stanje korisnika, povećava se razina anksioznosti osoblja u domovima za starije osobe i razvijaju znakove iscrpljenosti i izgaranja nakon dugotrajnijeg potpunog zatvaranja objekata. Ukoliko osobe s demencijom obole od COVID-19 i budu smještene u Jedinice intenzivne njege u bolnici, novo okruženje može dovesti do pojačanog stresa i problema u ponašanju. Inače, delirij uzrokovan hipoksijom je izrazito kliničko obilježje COVID-19 bolesti, a mogao bi dodatno zakomplicirati stanje kod osoba s demencijom koja je sama po sebi rizični čimbenik za delirij što dodatno povećava patnju ljudi koji žive s demencijom, kao i troškove medicinske skrbi. Sve navedeno pokazuje kako je potreban dodatan oprez pri zbrinjavanju osoba s demencijom oboljelima od COVID-19.

Poruke za starije osobe, osobe s kroničnim bolestima i njihove skrbnike (Objava o psihosocijalnom kontekstu brige za mentalno zdravlje tijekom izbijanja COVID-19, Smjernice Svjetske zdravstvene organizacije od 18.03.2020.):

- starije odrasle osobe, osobito one u izolaciji ili s kognitivnim oštećenjima/demencijom, mogu biti pod većim stresom te postati pojačano anksiozni, ljuti, agitirani i povučeni tijekom epidemije ili za vrijeme karantene. Potrebno je pružati praktičnu i emocionalnu podršku pomoću neformalnih mreža (obitelj) i medicinskih radnika;
- potrebno je s njima podijeliti jednostavne činjenice o tome što se događa i dati im jasne informacije kako mogu smanjiti rizik od infekcije, pri tome koristeći rječnik kojeg starije osobe, s ili bez kognitivnih oštećenja, mogu razumjeti. Ove informacije ponoviti koliko god puta je to potrebno. Upute moraju biti komunicirane na jasan, koncizan i strpljiv način uz poštovanje. Može biti od koristi informaciju prezentirati pismenim putem ili kroz slike. Treba uključiti članove obitelji ili druge suportivne mreže u dijeljenju informacija te kako bi s osobama vježbale preventivne mjere (npr. pranje ruku itd.);

Savjeti za neformalne njegovatelje osoba s demencijom koji su kod kuće

[https://www.alz.org/help-support/caregiving/coronavirus-\(covid-19\)-tips-for-dementia-care](https://www.alz.org/help-support/caregiving/coronavirus-(covid-19)-tips-for-dementia-care)

Preporuča se onima koji skrbe za osobu oboljele od Alzheimerove bolesti i drugih demencija da prate upute nacionalnog kriznog stožera kao i da razmotre slijedeće savjete:

- za osobe s demencijom, pojačana smetenost je često prvi znak bolesti. Ako se kod osobe sa demencijom naglo intenzivira smetenost, kontaktirajte liječnika za savjet. Ako osoba ima poteškoće s disanjem ili jako visoku temperaturu, preporučljivo je nazvati liječnika umjesto odlaziti direktno u hitnu ambulantnu. Liječnik će možda moći liječiti osobu kod kuće i bez odlaska u bolnicu/hitnu;
- osobama s demencijom će možda biti potrebni iz dana u dan dodatni i/ili pismeni podsjetnici i podrška kako bi zapamtili važnost higijenske prakse:
 - postaviti u kupaonicu i na druge lokacije u kući oznake kako bi osobu s demencijom podsjetili da je potrebno prati ruke sa sapunom najmanje 20 sekundi;
 - demonstrirajte temeljito pranje ruku;
 - dezinfekcijska sredstva za ruke sa najmanje 60% alkohola mogu biti brza zamjena za pranje ruku ukoliko osoba s demencijom ne može doći do umivaonika ili nije u stanju s lakoćom oprati svoje ruke.
- savjetujte se s liječnikom ili farmaceutom glede izdavanje količine lijekova za duži period, kako bi se smanjili odlasci u ljekarnu;
- razmišljajte unaprijed i imajte alternativne planove spremne ukoliko dođe do prekida ili modifikacije rada dnevnih boravaka ili drugog vida pomoći koja vam je inače dostupna za osobe oboljele od demencije, uslijed COVID-19 pandemije;
- razmišljajte unaprijed i imajte alternativne planove spremne glede skrbi za osobu oboljelu od demencije ukoliko se razboli primarni njegovatelj.

Savjeti podrške za osobe s demencijom koje primaju skrb kod kuće
[https://www.alz.org/help-support/caregiving/coronavirus-\(covid-19\)-tips-for-dementia-care](https://www.alz.org/help-support/caregiving/coronavirus-(covid-19)-tips-for-dementia-care)

Ukoliko primete ili planirate primati usluge od strane plaćenog profesionalnog zdravstvenog radnika u svom domu:

- provjerite da je osoba obavila mjerenje temperature prije dolaska u vaš dom. Bilo tko s temperaturom iznad 38,0°C treba biti isključen iz pružanja bilo kakve skrbi;
- upitajte zdravstvenog radnika je li bio u bliskom kontaktu s osobom s potvrđenom infekcijom, a ukoliko je odgovor da, ne puštajte ga u svoj dom;
- kontaktirajte nadležne da vam objasne protokole za smanjenje prijenosa COVID-19;
- osigurajte da zdravstveni radnik opere ruke po dolaska u vaš dom i redovito tokom vremena provedenog u vašem domu;
- zamolite zdravstvenog radnika da nosi masku;
- znajte da dolazak bilo koga u vaš dom povećava rizik od prijenosa COVID-19 infekcije usprkos pridržavanju preporukama.

VAŽNO!

Etički podržavamo stav Alzheimer Europe o raspodjeli oskudnih medicinskih sredstava za usluge intenzivne njege tijekom pandemije COVID-19 usvojen 3. travnja 2020. godine.

Stav Alzheimer Europe o pitanju trijaže pacijenata u kontekstu pristupa uslugama

intenzivne njege tijekom pandemije COVID-19 glasi:

Alzheimer Europa naglašava svoju opredijeljenost pristupu demenciji koji je utemeljen na ljudskim pravima i čvrsto uvjerenje da ljudi koji imaju demenciju nakon dijagnoze mogu dugo živjeti smisleno i vrlo kvalitetno. **Stoga dijagnoza demencije sama po sebi ne bi trebala biti razlog da se ljudima odbije ili umanju mogućnosti liječenja, njege i potpore.**

Vlade i zdravstveni sustavi trebaju poduzeti sve potrebne mjere kako bi osigurali potrebnu infrastrukturu (uz dovoljno ljudskih resursa), kako bi se izbjegla potreba za trijažnim odlukama.

Prema svakome, bez obzira na to prima ili ne usluge intenzivne njege, treba postupati osjećajno i s poštovanjem njihovog dostojanstva, kao i njihovih običaja, duhovnih uvjerenja i pružiti im, kad je to potrebno, sredstva za ublažavanje boli, sedaciju i/ili palijativnu skrb.

Tijekom pandemije COVID-19 odluke povezane s pristupom ili pružanjem usluga intenzivne njege (uključujući, ali ne ograničavajući se na spašavanje života ili održivo liječenje):

- trebaju se temeljiti na procjeni pacijentova individualna stanja, a ne na tome ima li on određenu dijagnozu ili na generaliziranim pretpostavkama/stereotipima o utjecaju određene dijagnoze (npr. demencije) na ukupno zdravlje, životni vijek ili šanse za opstanak;
- ne bi se trebale temeljiti na nemedicinskim kriterijima/karakteristikama (npr. dobi, mjestu prebivališta, spolu, rodnom identitetu, etničkoj pripadnosti ili bračnom ili roditeljskom statusu) ili vrijednosnim prosudbama (npr. o vjerojatnom trajanju života, pretpostavljenoj kvaliteti života, potencijalnom budućem doprinosu društvu itd.);
- ne bi se trebale temeljiti na tome da li pacijenti imaju ili nemaju COVID-19;
- trebaju uzeti u obzir trenutne želje neke osobe, a ako to nije moguće, njihove ranije izražene ili poznate želje (npr. anticipiranim naredbama ili koje prenosi njihova rodbina ili životni partneri), ali ne i njihove sumnjive ili pretpostavljene želje;
- trebale bi uzeti u obzir načela i smjernice palijativne skrbi;
- trebaju se izraditi na temelju jasnih postupaka odobravanja koji trebaju, kad god je to moguće, uključivati najmanje dva kvalificirana liječnika s iskustvom u intenzivnoj njezi i jednog relevantnog zdravstvenog radnika (npr. medicinsku sestru ili profesionalnog njegovatelja s iskustvom pružanja palijativne skrbi);
- odluke treba redovito pregledavati i dopunjavati sukladno zdravstvenim promjenama pacijenata, dostupnosti različitih i novih alternativnih načina liječenja i dostupnosti resursa;
- trebaju biti dokumentirane na odgovarajući način (npr. uključujući detalje o razlozima donošenja odluke), datirane i potpisane.

Postupak upravljanja i pristupa uslugama intenzivne njege za vrijeme pandemije COVID-19 trebao bi biti transparentan i dostupan javnosti.

Smatramo kako preporuke za očuvanje zdravlja osoba s demencijom tijekom pandemije COVID-19 trebaju biti dostupne svim građanima, zdravstvenim djelatnicima i stručnjacima pomagačkih struka kako bi ih imali na umu tijekom zbrinjavanja osoba s demencijom. Također preporučamo i snažno podupiremo razvoj telekomunikacijskih servisa, servisa psihološke podrške, e-ordinacija i sl. za osobe oboljele od demencije i njihove njegovatelje.

Svi materijali će biti dostupni na web stranicama stručnog društva i institucija čiji stručnjaci su sudjelovali u njihovoj izradi: <http://alzheimer.hlz.hr/>, www.bolnica-vrapce.hr, www.stampar.hr.

Dodatak:

- Preporuke za očuvanje zdravlja osoba starijih osoba od 65 godina i kroničnih bolesnika (COVID-19) <http://www.stampar.hr/hr/preporuke-za-ocuvanje-zdravlja-osoba-starijih-od-65-godina-i-kronicnih-bolesnika-covid-19>
- Upute za sprečavanje i suzbijanje epidemije COVID-19 u domovima za starije osobe i drugim ustanovama u sustavu socijalne skrbi (28.03.2020.) <https://mdomsp.gov.hr/vijesti-8/upute-za-sprecavanje-i-suzbijanje-epidemije-covid-19-u-domovima-za-starije-osobe-i-drugim-ustanovama-u-sustavu-socijalne-skrbi/12669>
- Što njegovatelji osoba s demencijom mogu očekivati tijekom pandemije COVID-19, Novosti br. 1. Hrvatska udruga za Alzheimerovu bolest. https://alzheimer.hr/index.php/download_file/view/935/291/
- ADI video prezentacija Kina <https://www.youtube.com/watch?v=zM6cd1QSSFo>
- NICE Clinical Frailty scale <https://www.nice.org.uk/guidance/ng159/resources/clinical-frailty-scale-pdf-8712262765>
- ADI position paper on COVID-19 and dementia <https://www.alz.co.uk>

Literatura:

1. [https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736\(20\)30755-8.pdf](https://www.thelancet.com/pdfs/journals/lancet/PIIS0140-6736(20)30755-8.pdf)
2. [https://www.alz.org/help-support/caregiving/coronavirus-\(covid-19\)-tips-for-dementia-care](https://www.alz.org/help-support/caregiving/coronavirus-(covid-19)-tips-for-dementia-care)
3. <https://www.who.int/publications-detail/mental-health-and-psychosocial-considerations-during-the-covid-19-outbreak>
4. Abate G, Marziano M, Rungratanawanich W, Memo M, Uberti D. Nutrition and AGE-ing: Focusing on Alzheimer's disease. *Oxid Med Cell Longev*. 2017;2017:7039816. doi: 10.1155/2017/7039816.
5. Bawazir A, Al-Mazroo E, Jradi H, Ahmed A, Badri M. MERS-CoV infection: Mind the public knowledge gap. *J Infect Public Health*. 2018;11(1):89-93. doi: 10.1016/j.jiph.2017.05.003
6. Mizumoto K, Kagaya K, Zarebski A, Chowell G. Estimating the asymptomatic proportion of coronavirus disease 2019 (COVID-19) cases on board the Diamond Princess cruise ship, Yokohama, Japan, 2020. *Euro Surveill*. 2020;25(10). doi: 10.2807/1560-7917.ES.2020.25.10.2000180
7. Zhonghua Liu Xing Bing Xue Za Zhi. Special Expert Group for Control of the Epidemic of Novel Coronavirus Pneumonia of the Chinese Preventive Medicine Association. An update on the epidemiological characteristics of novel coronavirus pneumonia (COVID-19). 2020;41(2):139-144. doi: 10.3760/cma.j.issn.0254-6450.2020.02.002.
8. Zhu T, Wang Y, Zhou S, Zhang N, Xia LA. Comparative study of chest computed tomography features in young and older adults with corona virus disease (COVID-19). *J Thorac Imaging*. 2020. doi: 10.1097/RTI.0000000000000513.