

# Caring for a Loved One with Dementia

When a loved one has dementia it can be overwhelming. Millions of families face the same struggles: how to communicate with a mother who doesn't know who you are; what to do when you can't leave your husband home alone; how to make sure your loved one is safe, fed, bathed, dressed and comfortable.



“My grandmother raised me. When she got Alzheimer's, I told her there was no way I would let her go into a nursing home. ICS helps me to keep my promise.”

Pamela Rodriguez, granddaughter of ICS member Ramonita Cordero

## Important Tips

### Plan your time

- Everything from dressing to eating to traveling takes extra time. Plan accordingly. Make sure aides, family and friends are prepared for things to take longer.

### Communicate simply

- Don't ask open-ended questions, or expect someone with dementia to independently carry out multi-step tasks.
- Don't pressure a person with dementia to remember.
- Even if your loved one seems unaware of his or her surroundings, include them in conversations.

### Health & Behavior

- Changes in behavior may indicate a health condition requiring attention. Pay attention to nonverbal cues.
- Understand that things may look different to a person with dementia. For example, a dark colored rug may appear as a hole, making them afraid to go near it.
- If your loved one is unable to walk, check daily for bedsores, which are dangerous and extremely painful.

### Safety

- If a kitchen stove poses a danger, remove the knobs.
- If safety is an ongoing concern, an adult day program (or night program) placement can offer a haven.

### Invest in a few useful tools

- If your loved one becomes upset while bathing, dry shampoo caps and bathing gowns may help them feel less vulnerable.
- If your loved one has a tendency to wander, consider investing in a personal monitoring device, sleeping pads that trigger an alarm or locks that make it difficult to leave home undetected.

To find out more about joining Independence Care System, just call us at 1-877-ICS-2525 or visit us at [www.icsny.org](http://www.icsny.org).

*A New York City nonprofit, Independence Care System operates two plans: ICS Community Care, our Medicaid managed long-term care plan (MLTC), and ICS Community Care Plus FIDA-MMP (our Fully Integrated Duals Advantage Medicare-Medicaid Plan). We are dedicated to supporting senior adults and adults with physical disabilities and chronic conditions to live at home and participate fully in community life.*

**Independence**  
care system

# Забота о близких с деменцией

Тяжело, когда ваш близкий страдает деменцией. Миллионы семей сталкиваются с одними и теми же трудностями: как общаться с матерью, которая вас не узнает; что делать, если вы не можете оставить мужа дома одного; как сделать так, чтобы ваш близкий был в безопасности, накормлен, вымыт, одет и чувствовал себя комфортно.



«Меня вырастила бабушка. Когда у нее обнаружили болезнь Альцгеймера, я сказала, что ни за что не позволю ей отправиться в дом престарелых. ICS помогает мне держать слово».

Памела Родригес, внучка участницы ICS Рамониты Кордеро

Чтобы узнать, как присоединиться к ICS, просто позвоните нам по телефону 1-877-ICS-2525 или зайдите на сайт [www.icsny.org](http://www.icsny.org).

Некоммерческая организация Independence Care System в Нью-Йорке предлагает два плана: ICS Community Care (MLTC; план долгосрочного ухода по программе Medicaid) и ICS Community Care Plus FIDA-MMP (комплексный план, объединяющий преимущества двух программ — Medicare и Medicaid). Наша задача — оказывать помощь престарелым и взрослым людям с ограниченными физическими возможностями и хроническими заболеваниями, чтобы они могли продолжать жить дома и принимать активное участие в жизни общества.

## Важные советы:

### Планируйте свое время

- Всё, начиная от одевания и приема пищи и заканчивая поездками, теперь занимает больше времени. Учитывайте это. Убедитесь в том, что помощники по уходу на дому, семья и друзья понимают, что вашему близкому нужно дополнительное время.

### Простота в общении

- Не задавайте открытых вопросов и не ждите от больного деменцией самостоятельного выполнения многоэтапных задач.
- Не заставляйте человека, страдающего деменцией, запоминать что-либо.
- Даже если вам кажется, что ваш близкий не замечает происходящего вокруг, вовлекайте его в беседу.

### Здоровье и поведение

- Изменения в поведении могут указывать на то, что необходимо обратить внимание на состояние здоровья вашего близкого. Следите за невербальными сигналами.
- Вы должны понять, что для больного деменцией вещи могут выглядеть иначе. Например, темный коврик на полу может казаться опасной ямой, которую страшно обойти.
- Если ваш близкий человек не может ходить, ежедневно проверяйте, нет ли у него пролежней. Пролежни опасны и очень болезненны.

### Безопасность

- Если кухонная плита представляет опасность, снимите регуляторы конфорок.
- Если безопасность является постоянной проблемой, подумайте о программе дневного (или ночного) пребывания для взрослых людей.

### Покупайте новые полезные приспособления

- Если вашему близкому тяжело принимать ванну, специальная шапочка для мытья головы без воды и купальный халат помогут ему чувствовать себя менее уязвимым.
- Если ваш близкий имеет привычку блуждать, подумайте о приобретении персонального устройства мониторинга, матраса с функцией поднятия тревоги или об установке замков, благодаря которым становится трудно покинуть дом незамеченным.

**Independence**  
care system