

en fazla dört haftalık bir bakım arası ve yarı zamanlı bakım hakkına sahiptir.

- **24 saat desteğin teşviki**
  - Evde destek
  - Bunun şartı, bakıma muhtaç kişinin en az Kademe 3 tutarında bakım parası hakkına sahip olmasıdır
- İstek üzerine ev ziyareti
  - Evlerinde bakımları gerçekleşen bakım parası alıcıları için Avusturya'nın tümünde ücretsiz ve isteğe bağlı ev ziyaretleri sunulmaktadır
  - Gerçek bakım durumu tespit edilir ve ihtiyaç durumunda danışmanlık hizmetleri verilir
  - Ev ziyareti randevusu için isteğinize göre 050 808 2087'yi arayarak telefonu kullanın veya bir E-posta gönderin [wunschhausbesuch@svqspg.at](mailto:wunschhausbesuch@svqspg.at)
  - **Yakınlarla görüşme – Bakım yapan yakınların yükünü azaltma**
  - Sosyal Bakanlık, bakım yapan yakınların yükünü azaltmak için Avusturya Psikologlar Meslek Birliği'nin desteği birlikte yakınlarla görüşmeyi hayata geçirdi.
  - Yakınlarla görüşme ücretsiz ve gizlidir ve isteğe bağlı olarak evinizde, başka bir yerde veya telefon üzerinden gerçekleştirilebilir.
  - Bu danışmanlık hizmetinden faydalanmak istiyorsanız, 050 808 2087'yi telefonla arayın veya [angehoerigengespraech@svqspg.at](mailto:angehoerigengespraech@svqspg.at) adresine e-posta göndererek bir randevu alın

## Sosyal hizmetler

- **Sosyal hizmetler**  
Mobil ve ayakta sosyal hizmetler, alışık aile ortamında bakımı kolaylaştırabilir, bakıma muhtaç olanın evinde kalabilmesini mümkün kılabilir ve bakım yapan yakınların yükünü azaltabilir.

İlave bilgiler:

- **Eyalet Hükümeti Dairesi, İlçe Kaymakamlığı veya Belediye İdaresi ya da Fonds Soziales Wien**
- **Huzurevleri ve bakımevleri**  
Huzurevlerine ve bakımevlerine ilişkin demansa özel bilgileri Sosyal Bakanlığının bilgi hizmetlerinden temin edebilirsiniz

## İletişim adresleri

**Sosyal Bakanlığı:** [www.sozialministerium.at](http://www.sozialministerium.at)  
**Avusturya Demans Stratejisi «Demans ile iyi yaşamak»:** [www.demenzstrategie.at](http://www.demenzstrategie.at)

**Sağlık portalları:**  
[www.gesundheit.gv.at](http://www.gesundheit.gv.at), [www.kliniksuche.at](http://www.kliniksuche.at)

**Bakım ve destek hakkında bilgi:**  
[www.sozialministeriumservice.at](http://www.sozialministeriumservice.at)  
[www.infoservice.sozialministerium.at](http://www.infoservice.sozialministerium.at)

**Danışmanlık noktaları:**  
Alzheimer Austria: [www.alzheimer-selbsthilfe.at/angebote/service](http://www.alzheimer-selbsthilfe.at/angebote/service)  
MAS Alzheimerhilfe (Alzheimer Yardımı): [www.alzheimer-hilfe.at](http://www.alzheimer-hilfe.at)  
Kendi kendine yardım grupları Arama: [www.gesundheit.gv.at](http://www.gesundheit.gv.at)  
Bakım yapan yakınların menfaat grubu: [www.ig-pflege.at](http://www.ig-pflege.at)

**Evde bakımda kalite güvenceye ilişkin yetenek merkezi**

[www.svs.at](http://www.svs.at) (Kalite güvence – Bakım),  
E-posta: [wunschhausbesuch@svqspg.at](mailto:wunschhausbesuch@svqspg.at) (Ev ziyareti) veya [angehoerigengespraech@svqspg.at](mailto:angehoerigengespraech@svqspg.at) (Yakın görüşmesi),  
Telefon: 050 808 2087

**Yetişkin Koruma Hakkı, tedbir vekâletnamesi ve tedaviyi reddetme:**

[www.vertretungsnetz.at](http://www.vertretungsnetz.at)  
[www.help.gv.at](http://www.help.gv.at) (Yetişkin Koruma Hakkı)



**Bakım reformu kapsamında oluşan 2022 tarihli daha güncel bilgileri [www.sozialministerium.at](http://www.sozialministerium.at) adresinden temin edebilirsiniz.**

**Yurттаşlar hizmeti:**  
[buergerservice@sozialministerium.at](mailto:buergerservice@sozialministerium.at)  
Telefon: 0800 201 611  
(Pzt – Cum saat 8-16 arası)

**Künye**  
Medya sahibi ve yayınlayan:  
Federal Sosyal Konular, Sağlık,  
Bakım ve Tüketici Koruma Bakanlığı  
(BMSGPK)  
Stubenring 1, A-1010 Viyana  
+43 1 711 00-0  
Yayınevi ve üretim yeri: Wien  
Fotonachweis: © istockphoto.com/wildpixel  
Layout: BMSGPK  
Versiyon: Temmuz 2021

[sozialministerium.at](http://sozialministerium.at)

**Bundesministerium**  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

**Demans ile iyi yaşamak**

Bir rehber



# Demans ile iyi yaşamak

## Bir rehber

### Erken teşhis

Kiminde daha fazla, kiminde daha az olmak üzere herkeste normal bir unutkanlık vardır. Ara sıra anahtarınızı bulamadığınızda veya bir tanıdığının ismini hatırlayamadığınızda endişe etmenize gerek yoktur.

Başlayan bir demansın uyarı işaretleri şunlar olabilir:

- Hatırlama yetinizin zayıflaması / Hafıza bozuklukları**  
Yeni şeyleri öğrenmek, yeni isimleri akılda tutmak veya üzerinden çok fazla zaman geçmemiş olan sohbetleri ve olayları dahi hatırlamak gittikçe daha da zorlaşıyor.
- Dilde ve okuma, konuşma ve dinlemede zorlanma**  
Bir sohbeti sürdürme ve doğru kelimeleri bulma gittikçe daha da zorlaşıyor. İfadeler, cümlenin ortasında birden sonlandırılıyor ve dikkatle dinlemek gittikçe daha da zorlaşıyor.
- Zaman ve yer açısından desoryantasyon**  
Alışık ortamda yönünü bulma veya işleri zamanında halletme gittikçe daha fazla sorun yaratıyor. Zaman açısından oryantasyon konusunda da sorunlar yaşanıyor (örn. mevsim, haftanın günü veya günün zamanı açısından)
- Rutin işleri yerine getirmede zorluklar**  
Yemek pişirme veya banka işlemleri gibi bugüne kadar alışık olunan işleri sürdürmek zorlaşıyor. Kutlamaları organize etme veya duruma uygun giysi seçimi gibi karmaşık görevlerde gittikçe daha fazla zorluklar yaşanıyor.

- İletişimde bulunma arzusu azalıyor**  
Kişi sosyal yaşamdan uzaklaşıyor, pasif hale geliyor ve artık aktivitelere katılmıyor. İsteksizlik ve pasiflik gittikçe artıyor.
- Kişilikte değişiklikler**  
Başkalarının fark edebileceği bir neden olmadan sık sık alışıık olunmayan ruh hali değişiklikleri görülüyor. Karakteristikler yoğunlaşabildiği gibi değişiklik de gösterebiliyor, kuşku ve hatta agresif davranışlar sergilenebiliyor.

**Erken teşhis, tedavi başarılarını iyileştiriyor!**

### Teşhis

Belirtilen semptomlar, tamamıyla farklı nedenlere sahip olabilir. Bu nedenler stres, Burnout, depresyonlar ve ruhsal yüklenmeler olabilir. Nedenleri tiroit bezinin az çalışması, yüksek beyin basıncı veya bir tümör gibi bedensel de olabilir. Ya da demans hastalığı söz konusudur.

Doğru tedavi desteği veya tıbbi tedavi için dolayısıyla bir hekime başvurmanız önemlidir!

Başvuracağınız ilk kişi aile hekiminizdir. Aile hekimleri, hastaları psikiyatri ve nöroloji konusunda uzman hekimlere havale eder. Geriatrik psikiyatri merkezlerine ve hafıza kliniklerine veya ayakta hafıza tedavi merkezlerine havale de gerçekleşebilir.

Farklı muayenelerle, semptomların bir demansa veya tedavi edilebilir diğer bir hastalığa dayandığı tespit edilir (ayırıcı tanı). Hasta bunun için nörolojik, psikiyatrik ve iç hastalıklarına ilişkin duruma yönelik muayene edilir. Bir demansın kesin teşhisi için psikiyatrik testler, laboratuvar tahlilleri ve görüntüleyici yöntemler kullanılır.

- Hekim görüşmesi**  
kişisel durumun ve hasta geçmişinin tespiti için kişisel hekim görüşmesi
- Bedensel muayene** laboratuvar tahlilleri, EKG (kalp için muayene yöntemi)
- Nöropsikolojik muayeneler hafıza kapasitesine, dil becerilerine, yer ve zaman açısından oryantasyona, dikkate, karmaşık görevleri yerine getirme yeteneğine ilişkin nöropsikolojik testler
- Görüntüleme yöntemleri**  
BT, MR (beyinin durumunu gösteren muayeneler)

**Belirtilen tüm muayene yöntemleri tamamıyla acısızdır!**

Daha fazlası için [gesundheit.gv.at](https://www.gesundheit.gv.at)

### Teşhis sonrası destek, danışmanlık ve tedavi

Başvuracağınız ilk kişi çoğunlukla aile hekiminizdir. Yapılan ilk inceleme sonrası çoğunlukla uzman hekime havale gerçekleşir.

Tedaviye mümkün olduğu kadar erken başlamak ve uygun tedaviyi bulmak için erken teşhis önemlidir. İlaçların yanı sıra günlük aktivitelere ve hafızaya ilişkin hedefli alıştırmalar gibi ilaçsız önlemler de yaşam kalitesini iyileştirmekte yardımcı oluyor.

Demans hakkında bilgi edinin ve zamanında destek alın, bilgi toplayın ve danışmanlık hizmetinden faydalanın. İlaçsız tedavi önlemleri ve ayrıca kendi kendine yardım grupları da hekimin tedavi planı için mantıklı ilavelerdir.

### Nereye başvurabilirim?

Eyaletlerde sunulanlar farklıdır. Buna ilişkin bilgileri tedaviyi uygulayan hekimden temin edebilirsiniz.

Çok sayıda sosyal organizasyon demans danışmanlığı, desteği ve

tedavi grupları sunmaktadır. Hastanelerin kendi ayakta hafıza tedavi merkezlerinin sunduğu yelpaze de çok çeşitlidir. Size uygun olan seçenekleri bulmak için danışmanlık hizmetinden faydalanın. Kendi kendine yardım organizasyonları, deneyim alış verişi için iyi yerlerdir.

### Bakım parası

- Bakım parası, bakıma dayalı ilave masraflarının karşılanması için öngörülen amacına bağlı bir yardımdır.
- Bakım parası hakkı, ayda ortalama 65 saatten fazla bir bakım ihtiyacında doğar.

- 7 kademeli model, bakım ihtiyacına göre
- Demansa bağlı bir kısıtlamaya sahip olan insanlar için bakım parası kademelendirmesinde, hastalığın ağırlığına göre 25 saat tutarında sabit bir **zorlaştırma ek ödemesi** dikkate alınabilir. **Bakımı zorlaştıran faktörler**; güdüde, düşünmede, eylemleri hayata geçirmede, sosyal fonksiyonda ve duygusal kontrolde eksikliklerin toplamda ağır davranış bozukluğu olarak belirmesi durumunda mevcuttur.
- Bir insan sadece **talimatlar** üzerine **ve / veya** gözetim altında kendine yardım edebildiğinde, bu yardım ve destek ile eşdeğerde görülmelidir.

### Evde bakıma ilişkin destekler

- Ana bakıcının mazereti durumunda yedek bakımının maliyetlerine yardımlar**
  - Ağırlıklı bakım en az bir yıldır üstlenilmiş olması durumunda bakıma muhtaç insanların yakınları için maddi destek
  - Bakım parası kademesi 3 itibarıyla, demansa bağlı kısıtlamada Kademe 1 itibarıyla
- Bakım arası parası**
  - Bakım arası veya yarı zamanlı bakım hakkına, demansa bağlı kısıtlamalı demansa sahip insanların Kademe 1 itibarıyla bakım parası alan en yakınları sahiptir.
  - Gelire bağlı yardım, işsizlik parası uyarınca hesaplanır
  - 01.01.2020 tarihinden beri en az 5 personeli olan işletmelerdeki çalışanlar, hukuki olarak