Cé a bheidh ag Cabhrú leat i gCúram

Tacaíocht do dhaoine a bhfuil néaltrú orthu



Líne Chabhrach Náisiúnta Alzheimer

1800 341 341

Má tá imní ort faoi do chuimhne, do smaointeoireacht nó d'iompar, nó má tá imní ort faoi dhuine i do theaghlach, tá tacaíocht ar fáil.

Le linn an turais chun néaltrú a imscrúdú agus a dhiagnóisiú, buailfidh tú le roinnt gairmithe sláinte agus cúraim shóisialta. Beidh gach duine freagrach as gnéithe éagsúla den riocht agus den chúram. Is minic a thugtar cur chuige na foirne ildisciplíneach (MDT) i leith an néaltraithe air seo.

Is féidir le bheith ag bualadh le go leor daoine nua mearbhall a chur ort, nó is féidir leis a bheith beagán iomarcach nó strusmhar. Mar sin féin, tá gach duine de na daoine gairmiúla seo ann chun tacú leatsa, nó le do theaghlach, agus chun aon cheisteanna atá agat a fhreagairt chun cabhrú leat féin nó le duine de do theaghlach saol maith a chaitheamh le néaltrú.

Mínítear sa treoir seo ról gach duine den fhoireann ionas gur féidir leat an leas is fearr a bhaint as an gcur chuige MDT.

An Fhoireann Ildisciplíneach (MDT):

Is éard is foireann ildisciplíneach ann ná grúpa oibrithe cúraim sláinte atá cáilithe i ngairmeacha éagsúla, amhail síciatraithe, oibrithe sóisialta, fisiteiripeoirí, teiripeoirí urlabhra agus teanga, diaitéitigh agus altraí. Cuireann gach duine acu seirbhís ar leith ar fáil. Cruthófar plean cúraim duit bunaithe ar do chuid riachtanas agus nascfar é ansin leis na seirbhísí cuí ón MDT. Oibreoidh an fhoireann le chéile chun spriocanna ar leith a bhaint amach do d'fholláine.

An Bhuíon Bhunchúraim (PCT):

Tá an Bhuíon Bhunchúraim comhdhéanta de ghairmithe sláinte atá ag obair i do phobal, lasmuigh den ospidéal. Áirítear ar an bhfoireann dochtúirí teaghlaigh, altraí sláinte poiblí, teiripeoirí saothair, oibrithe cúraim bhaile agus réimse seirbhísí eile a chuirtear ar fáil trí d'Oifig Sláinte Áitiúil. Déanann baill den Bhuíon Bhunchúraim teagmháil freisin le seirbhísí pobalbhunaithe eile chun a chinntiú go gclúdaítear gach riachtanas sláinte agus sóisialta. Áirítear ar na seirbhísí seo seirbhísí meabhairshláinte, comhairleoireachta agus síceolaíochta, seirbhísí oftalmacha, obair shóisialta, agus seirbhísí fiaclóireachta.

Seo liosta in ord aibítre de na daoine atá ar an bhfoireann ildisciplíneach (MDT) agus ar an mbuíon bhunchúraim (PCT).

Altra Ardchleachtóra: (ANP)

Úsáideann Altraí Ardchleachtóra a gcuid eolais altranais agus scileanna smaointeoireachta criticiúla (mar shampla, réimse fachtóirí éagsúla a mheas) chun cinneadh a dhéanamh ar an gcineál cúraim is fearr duit. Féadfaidh siad measúnú a dhéanamh ort in ospidéal, i dteach altranais, in ionad cúraim lae nó i do theach féin. Féadfaidh siad seiceáil a dhéanamh ort ag coinní leantacha agus, má tá imní orthu, féadfaidh siad iarraidh ar gheiriatraí comhairleach seiceáil a dhéanamh ort.

Altraspeisialtóir Cliniciúil: (CNS)

Tacaíonn Altraspeisialtóir Cliniciúil leat tar éis duit diagnóis néaltraithe a fháil agus tacaíonn sé freisin leis an teaghlach agus leis na cúramóirí ar féidir leo cabhrú leat saol maith a bheith agat le néaltrú. Agus iad ag obair leis an MDT, tugann siad aire d'othair chónaitheacha agus d'othair sheachtracha araon. Má tá tú san ospidéal, déanann siad measúnú ort agus déanann siad socruithe le go gcuirfear abhaile thú.

Cé a bheidh ag Cabhrú leat i gCúram Néaltraithe?

Síceolaí Cliniciúil:

Déanann Síceolaí Cliniciúil measúnú ar chuimhne, ar chumas foghlama agus ar fheidhmeanna meabhracha eile. Féadfaidh siad réimse tástálacha a shocrú duit le linn do choinne. Tugann siad seo léiriú maith ar do chumas meabhrach agus ar na deacrachtaí atá agat. Go minic, cuirfidh Síceolaí Cliniciúil tacaíocht agus comhairleoireacht ar fáil freisin.

Altra Meabhairshláinte Pobail

Oibríonn Altraí Meabhairshláinte Pobail taobh amuigh den ospidéal. Tugann siad cuairt ar othair ina dtithe, i Roinn na nOthar Seachtrach nó i gclinicí. Tar éis do riocht a mheasúnú, déanfaidh an t-altra meabhairshláinte pobail do chúram tí altranais a phleanáil, é a shocrú agus seiceáil conas atá sé ag dul. Tá sé mar aidhm acu cabhrú leat d'fholláine mheabhrach, shóisialta agus mhothúchánach a fháil ar ais a oiread agus is féidir. Mar bhaill den Fhoireann Ildisciplíneach (MDT), cuireann siad cúram uileghabhálach ar fáil atá deartha chun freastal ar do shainriachtanais féin.

Comhairleoir Néaltraithe (CN):

Cuireann Comhairleoirí Néaltraithe seirbhís aonair eolais agus treoraithe ar fáil atá deartha chun freastal ar do chuid riachtanas, duitse, do do theaghlach nó do chúramóirí, roimh an diagnóis agus ina diaidh. Cuireann Comhairleoirí Néaltraithe comhairle agus cúnamh praiticiúil ar fáil, chomh maith le tacaíocht mhothúchánach le linn d'aistir le néaltrú. Tá saineolas acu ar néaltrú agus ar na tacaíochtaí atá ar fáil i do cheantar do dhaoine a bhfuil néaltrú orthu. Is féidir leo cabhrú leat a teagmháil a dhéanamh le tacaíochtaí agus seirbhísí néaltraithe agus le grúpaí áitiúla oiriúnacha. Is féidir leo cabhrú leat freisin do bhealach a dhéanamh tríd an gcóras sláinte agus cúraim shóisialta lena chinntiú go bhfaigheann tú an tacaíocht cheart ag an am ceart.

Tá sé mar aidhm ag Comhairleoirí Néaltraithe cur ar do chumas smacht a ghlacadh ar do shaol féin agus saol maith a bheith agat le néaltrú. Tá Comhairleoir Néaltraithe i ngach contae in Éirinn.

Ní gá duit atreorú a fháil chun teagmháil a dhéanamh le do Chomhairleoir Néaltraithe áitiúil. Tá sonraí na gcomhairleoirí néaltraithe ar fad ar fáil ar www.alzheimer.ie nó is féidir leat glaoch ar an Líne Chabhrach Náisiúnta ar 1800 341 341 chun eolas a fháil faoin gcaoi le teagmháil a dhéanamh leo.

Diaitéiteach:

Is saineolaí ar bhia agus ar chothú é diaitéiteach. Tugann siad comhairle duit faoin gcaoi le do shláinte a fheabhsú trína bheith ag ithe i gceart. Is féidir le diaitéitigh cabhrú leat do mheáchan a rialú, do mhatáin a neartú, nó cúiteamh a dhéanamh as aon chaillteanas cothaithigh i d'aiste bia. Taispeánfaidh siad do do theaghlach agus do do chúramóirí conas cabhrú leat taitneamh a bhaint as am béile. Féadfaidh siad forlíontaí cothaitheacha a mholadh, cosúil le smúdaithe nó iógart, má mhothaíonn siad nach gcomhlíonann d'aiste bia do riachtanais chothaitheacha laethúla. Is féidir le do dhochtúir teaghlaigh nó altra sláinte poiblí tú a chur ar aghaidh chuig diaitéiteach.

Dochtúir Teaghlaigh:

Má tá imní ort go bhféadfadh comharthaí luatha Alzheimer a bheith á léiriú agat féin nó ag duine éigin a dtugann tú aire dó, is é an chéad chéim ná coinne a dhéanamh leis an Dochtúir Teaghlaigh. Glacann an Dochtúir Teaghlaigh cuntas ginearálta ar do chás, lena n-áirítear cúinsí fisiceacha, síceolaíochta agus sóisialta.

Cé go bhfuil an Dochtúir Teaghlaigh in ann diagnóis a dhéanamh, de ghnáth déanfaidh siad thú a chur ar aghaidh chuig speisialtóir le haghaidh tuilleadh measúnuithe. Sa litir atreoraithe chuig speisialtóir, tabharfaidh siad cuntas duit ar do stair agus ar do chúlra leighis agus sóisialta, chomh maith le torthaí ar aon scrúdú fisiciúil. D'fhéadfadh eolas tábhachtach neamhleighis a bheith sa litir freisin, amhail do shlí bheatha, líon na gcleithiúnaithe atá agat, agus cibé an bhfuil cúramóir agat. Tabharfaidh sé cuntas freisin ar an gcineál tacaíochta a d'fhéadfadh a bheith uait.

Má dhéanann an speisialtóir diagnóis, inseoidh siad é sin do do dhochtúir teaghlaigh. As sin amach, déanfaidh an Dochtúir Teaghlaigh do chúram a bhainistiú. Má thagann fadhb chun cinn, cinnfidh an Dochtúir Teaghlaigh an bhfuil sé/sí ábalta déileáil léi. Mura mbeidh an dochtúir in ann déileáil léi, cuirfidh siad ar ais chuig an speisialtóir thú nó chuig seirbhís eile, cosúil le clinic cuimhne nó teiripe shaothair.

Geiriatraí

Is dochtúir leighis é Geiriatraí a dhéanann speisialtóireacht i ndiagnóisiú, cóireáil agus bainistiú tinnis a bhíonn ag seandaoine. Tá geiriatraithe oilte ach go háirithe chun tuiscint a fháil ar an gcaoi a dteipeann ar chuimhne agus ar an gcaoi a

Déan teagmháil leis an Líne Chabhrach Náisiúnta Alzheimer chun cabhair agus tacaíocht rúnda saor in aisce a fháil. Bíonn an Líne Chabhrach ar oscailt ó Luan go hAoine 10am go 5pm agus ar an Satharn 10am go 4pm.

Saorghlao 1800 341 341. Ríomhphost: helpline@alzheimer.ie
Tabhair cuairt nó déan comhrá beo ag www.alzheimer.ie

© The Alzheimer Society of Ireland.

Tacaíocht do dhaoine a bhfuil néaltrú orthu

dtéann feidhmeanna meabhracha in olcas, agus fiosraíonn siad na cúiseanna atá taobh thiar de na hathruithe seo. Oibríonn siad mar chuid d'fhoirne géarchúraim agus pobalbhunaithe, de ghnáth in éineacht le haltraí, teiripeoirí saothair, oibrithe sóisialta, diaitéitigh, teiripeoirí urlabhra agus teanga agus fisiteiripeoirí.

Néareolaí:

Is dochtúir leighis é Néareolaí a dhéanann speisialtóireacht i ndiagnóisiú, cóireáil agus bainistiú neamhoird na hinchinne agus an néarchórais, go háirithe neamhoird a chuireann isteach ar ghluaiseacht agus ar an mothú.

Tugann néareolaithe aire do riochtaí a bhaineann leis an néarchóras lárnach, amhail néaltrú, scléaróis iolrach, galar Parkinson, titimeas agus mígréin. De ghnáth oibríonn siad in ospidéil mhóra, áit a bhfuil an trealamh scanta a theastaíonn le haghaidh tástála ar fáil go héasca. Tá formhór na ndaoine a chuirtear ar aghaidh chuig néareolaí faoi 65 bliain d'aois.

Teiripeoir Saothair (TS):

Cuidíonn Teiripeoir Saothair leat do chumas fisiceach a choinneáil agus fanacht neamhspleách i do ghníomhaíochtaí laethúla. D'fhéadfadh bealaí a aimsiú chun fadhbanna a bhaineann le siomptóim an néaltraithe a réiteach a bheith i gceist leis sin. Mar shampla, is féidir le teiripeoir saothair bealaí a mhúineadh duit chun do chuimhne a fheabhsú. Is féidir leo cabhrú leat le gníomhaíochtaí a d'fhéadfadh a bheith deacair duit, mar shampla dul isteach nó amach as an leaba, tú féin a ghléasadh nó ag dul suas nó síos staighre.

Is féidir le teiripeoir saothair comhairle a thabhairt freisin maidir le bearta praiticiúla chun tú a choinneáil chomh neamhspleách agus is féidir, mar shampla leagan amach an troscáin a athrú, oiriúnuithe a dhéanamh i do theach, nó trealamh speisialaithe a cheannach. D'fhéadfadh áiseanna soghluaisteachta nó córais chumarsáide a bheith i gceist leis seo agus d'fhéadfadh sé aon rud a chlúdach ó chathaoireacha rothaí go glao-chnaipí. Is minic a dtugtar teicneolaíocht oiriúnaitheach air seo. Is féidir le do dhochtúir teaghlaigh nó altra sláinte poiblí tú a chur ar aghaidh chuig teiripeoir saothair.

Gheobhaidh tú teiripeoir saothair freisin i bhformhór na Seomraí Acmhainní Teicneolaíochta Cuimhne. Tá Seomraí Acmhainní Teicneolaíochta Cuimhne bunaithe ag FSS ar fud na tíre. Is seomra iad seo do dhaoine ar mhaith leo níos mó eolais a fháil faoi tháirgí agus gléasanna a d'fhéadfadh cabhrú leo deacrachtaí lena gcuimhne a bhainistiú. Tá sonraí maidir faoi na háiteanna a bhfuil na seomraí acmhainní seo suite agus an chaoi le do sheomra acmhainní áitiúil a aimsiú le fáil ar shuíomh gréasáin Chumann Alzheimer na hÉireann: **https://alzheimer.ie/get-support/equipment-adaptions-and-technology/assistive-technology-memory-libraries-in-ireland/**

Fisiteiripeoir:

Tá ról ríthábhachtach ag fisiteiripeoirí chun tacú leat fanacht ag gluaiseacht thart. Oibreoidh siad leat féin agus le do chúramóirí chun stíl mhaireachtála shláintiúil a spreagadh, rud a chuirfidh ar do chumas a bheith gníomhach agus neamhspleách chomh fada agus is féidir. Áirítear leis seo cabhrú leat titim agus bristeacha a sheachaint. Cé gur minic a bhíonn deacracht ag daoine a bhfuil néaltrú orthu pian a chur in iúl, is féidir le fisiteiripeoir pian a aithint agus a chóireáil. Is féidir leo a thaispeáint freisin do do theaghlach, cúramóirí nó foireann cúraim baile conas cabhrú leat déileáil leis. Is féidir le do dhochtúir teaghlaigh nó altra sláinte poiblí tú a chur ar aghaidh chuig fisiteiripeoir.

Síciatraí:

Is dochtúir é síciatraí a dhéanann speisialtóireacht i bhfadhbanna meabhairshláinte a dhiagnóisiú agus a chóireáil, go háirithe iad siúd a bhaineann le smaointeoireacht agus giúmar. Is féidir lena measúnú a bheith an-chabhrach go háirithe nuair a bhíonn sé deacair diagnóis a dhéanamh. Mar shampla, i gcásanna ina bhféadfadh dúlagar trom a bheith ina chúis le siomptóim cosúil le siomptóim néaltraithe.

Síciatraí Seandaoine

Is dochtúir é Síciatraí Seandaoine a dhéanann speisialtóireacht i seirbhísí meabhairshláinte a chur ar fáil do dhaoine os cionn 65 bliain d'aois. Beidh go leor taithí ag síciatraí seandaoine ar néaltrú a dhiagnóisiú agus comhairle a thabhairt maidir leis na siomptóim a bhaineann leis an ngalar a bhainistiú. Mar shampla, is féidir leo cabhrú leat déileáil leis an néaltrú má éiríonn tú ionsaitheach nó trína chéile, nó má tá siomptóim cosúil le dúlagar, siabhráin nó speabhraídí ort nó agat.

Altra Sláinte Poiblí (ASP)

Is altra ginearálta cáilithe é altra sláinte poiblí, atá lonnaithe sa phobal agus a oibríonn as an ionad sláinte áitiúil. Tagann an t-altra sláinte poiblí chugat i do theach féin agus is féidir leo cuairt a thabhairt ort go rialta más gá.

Déanann altra sláinte poiblí measúnú ar do chuid riachtanas agus comhordaíonn siad seirbhísí tacaíochta má theastaíonn siad uait. Mar shampla, is féidir leo thú a chur ar aghaidh chuig áiseanna cúraim lae agus cúram baile nuair atá siad ar fáil, agus is féidir leo socrú a dhéanamh go mbeidh cúnamh baile, freastalaithe cúraim, béilí ar rothaí agus cúram faoisimh agat. Téann siad i gcomhairle le do dhochtúir teaghlaigh agus déanann siad dualgais bhunúsacha altranais, cosúil le cóiriú a athrú, agus is féidir leo comhairle a thabhairt duit freisin maidir le déileáil le neamhchoinneálacht.

Cé a bheidh ag Cabhrú leat i gCúram Néaltraithe?

Tacaíocht do dhaoine a bhfuil néaltrú orthu

Líne Chabhrach Náisiúnta Alzheimer
1800 341 341

Oibrí Sóisialta

Oibríonn oibrithe sóisialta le foirne ildisciplíneacha (MDT) atá lonnaithe in ospidéil, nó le buíon bhunchúraim (PCT) agus foirne meabhairshláinte sa phobal. Cuidíonn oibrithe sóisialta leat féin agus le do theaghlach le riachtanais mheabhracha, mhothúchánacha agus shóisialta (tugtar tacaíocht shíceasóisialta air seo).

Is féidir leo thú a chur i dteagmháil le réimse seirbhísí atá á reáchtáil ag eagraíochtaí deonacha chomh maith leis na seirbhísí reachtúla atá á gcur ar fáil ag gníomhaireachtaí rialtais.

Is féidir le hoibrithe sóisialta comhairle agus eolas a chur ar fáil maidir le leas sóisialach, saincheisteanna airgeadais agus dlí, lena n-áirítear Scéim Chothrom na Féinne, agus is féidir leo labhairt leis na húdaráis ar do shon lena chinntiú go n-aithnítear agus go bhfreastalaítear ar do riachtanais. Is féidir leatsa nó le duine den teaghlach iarraidh ar do chomhairleoir ospidéil, ar do dhochtúir teaghlaigh nó ar altra sláinte poiblí tú a chur ar aghaidh chuig oibrí sóisialta.

Teiripeoir Urlabhra agus Teanga:

Is féidir le Teiripeoirí Urlabhra agus Teanga cabhrú leat má bhíonn deacracht agat teanga a úsáid, cuimhneamh ar fhíricí, nó eolas a chur i bhfeidhm. Clúdaíonn siad réimse fadhbanna cumarsáide, lena n-áirítear deacracht aird a choinneáil ar rudaí agus éisteacht nó labhairt. Cuidíonn teiripeoirí urlabhra agus teanga lena chinntiú go bhfuil tú ag ithe ar bhealach sábháilte freisin. Is féidir leo a sheiceáil cé chomh maith agus is féidir leat bia agus deochanna a shlogadh agus cuirfidh siad comhairle ort féin agus ar do theaghlach faoi d'aiste bia a athrú más gá. Is féidir le do dhochtúir teaghlaigh nó altra sláinte poiblí tú a chur ar aghaidh chuig teiripeoir urlabhra agus teanga.

Leideanna úsáideacha agus tú ag plé le gairmithe sláinte agus cúraim shóisialta

- Scríobh síos aon cheisteanna ar mhaith leat freagra a fháil orthu i leabhar nótaí roimh an gcoinne. Tabhair an leabhar nótaí seo chuig gach coinne ina dhiaidh sin, ionas go mbeidh taifead eolais agat.
- Ar lá do choinne, tabhair leat do leabhar nótaí agus peann. Scríobh síos aon eolas a d'fhéadfadh a bheith úsáideach duit. Féadfaidh an t-altra nó an dochtúir rudaí a scríobh síos duit.
- Mura dtuigeann tú rud éigin, nó má theastaíonn níos mó ama uait chun rud a scríobh síos, iarr ar an duine é a rá arís.
- Má dhéanann áiteanna plódaithe míchompordach thú, iarr coinne ag am níos ciúine. Is lú an seans ansin go gcuirfear moill ar do choinne.
- Is féidir leat iarraidh ar dhuine teacht leat chuig coinní má mhothaíonn tú go gcabhródh sé seo leat.
- Coinnigh cóip de na litreacha go léir a fhaigheann tú faoi do choinní in áit shábháilte.

Chun tuilleadh eolais a fháil faoina bhfuil le déanamh agat tar éis diagnóis a fháil, féach ar ár leabhrán, **Tá néaltrú orm - na chéad chéimeanna tar éis diagnóis a fháil.**

Tá sé ar fáil le híoslódáil ó shuíomh gréasáin Chumann Alzheimer na hÉireann: **www.alzheimer.ie**
Dá mba mhaith leat go gcuirfí cóip chugat sa phost, déan teagmháil lenár Líne Chabhrach Náisiúnta.

Fón: 1800 341 341 – ó Luan go hAoine 10am-5pm, Dé Sathairn 10am-4pm
Ríomhphost: helpline@alzheimer.ie

Bileog eolais: A2
Foilsithe ar dTús: Eanáir 2022. **An Nuashonrú is Déanaí:** Meitheamh 2026
Arna athbhreithniú ag: Amanda Keane, Oifigeach Faisnéise agus Líne Chabhrach le Cumann Alzheimer na hÉireann; Claire Cahill, Comhairleoir Néaltraithe le Cumann Alzheimer na hÉireann; Jean Scanlon, Comhairleoir Néaltraithe le Cumann Alzheimer na hÉireann; Maureen Mannion, Comhairleoir Néaltraithe le Cumann Alzheimer na hÉireann; Amy Murphy, Comhairleoir Néaltraithe le Cumann Alzheimer na hÉireann agus Kay Kitzmaurice, Altra Ardchleachtóra in Ospidéal na hOllscoile, Ciarraí. Míle buíochas le Grúpa Oibre Néaltraithe na hÉireann agus leis an Líonra Feachtais do Chúramóirí Néaltraithe as an méid a chuir siad leis an mbileog eolais seo.

Tá gach iarracht déanta ag Cumann Alzheimer na hÉireann (ASI) lena chinntiú go bhfuil gach eolas sa bhileog seo ceart agus cruinn. Níl ASI freagrach as aon eolas míchruinn, earráidí, easnaimh nó eolas míthreorach.

RCN: 20018238
© The Alzheimer Society of Ireland.