

อะไรบางอย่างที่คุณจะได้เรียนรู้ในการ เข้ากลุ่มสนับสนุนผู้ดูแล

- ♥ ความรู้เรื่องสมองเสื่อม
- ♥ แนวทางการรักษาสมองเสื่อม
- ♥ เรียนรู้วิธีการต่างๆ ในการดูแล
ผู้ป่วย
- ♥ วิธีการเผชิญและจัดการกับปัญหา
- ♥ การป้องกันอันตรายและการเกิด
อุบัติเหตุในผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อม
- ♥ การชะลอความเสื่อมของสมอง
- ♥ เรียนรู้วิธีการดูแลตนเอง เมื่อต้องดูแล
ผู้ป่วย
- ♥ มีกลุ่มเพื่อนแบ่งปัน ให้ความช่วยเหลือ
กำลังใจในการเป็นดูแลผู้ป่วย เป็นต้น

วัน เดือน ปี

ตารางกิจกรรมสำหรับผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม
ประจำปี 2563

เวลา

ทุกวันอาทิตย์ที่ 4 ของเดือน เวลา 9.00 –
12.00 น.

สถานที่

ศูนย์เสริมพลังสร้างสุขภาพ
ชั้น 1 อาคารเรียนรวม
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
ถนนพระราม 6 แขวงทุ่งพญาไท
เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400

ลงทะเบียนเข้าร่วมกิจกรรม (ฟรี)

ญาติผู้ดูแล สำรองที่นั่งได้ที่

1. คุณกรรณิกา จันทระฉาย
โทร.086-990-4207

Email: azthai2013@gmail.com

2. อ.สมทรง จุไรทัศน์ย์

โทร.089-777-1148

Email: ramascu@hotmail.com



สมาคมผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม

The Alzheimer's Disease and Related
Disorders Association

www.azthai.org

Facebook : สมาคมผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม

Email : azthai2013@gmail.com



กิจกรรมกลุ่มสนับสนุนผู้ดูแล

ผู้ป่วยสมองเสื่อม

ประจำปี 2563

สมองเสื่อมคืออะไร

สมองเสื่อม เป็นความผิดปกติที่เกิดขึ้นกับสมอง ทำให้เซลล์ประสาทสมองตาย ผลที่ตามมา คือ ความสามารถในการจดจำ การคิดอย่างเป็นเหตุผล บ่อยลง การไขว่คว้า การคิดคำนวณ และมีผลต่อพฤติกรรมและอารมณ์

ภาวะสมองเสื่อมสามารถเกิดขึ้นได้กับคนทุกเพศ ทุกวัย ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป มีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดภาวะสมองเสื่อมได้มาก

การประชุมกลุ่มสนับสนุนผู้ดูแล

สมาคมผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมได้จัดให้มีกิจกรรมกลุ่มสนับสนุนผู้ดูแลสำหรับผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม

การประชุมจะจัดขึ้นในวันอาทิตย์ที่ 4 ของเดือน เวลา 09.00-12.00 น.โดย

9.00-10.30น. กิจกรรมกลุ่มสนับสนุน เติมเต็มชีวิตให้กันและกัน ผู้ดูแลทุกคนมีส่วนร่วมในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ประสบการณ์ร่วมกันในเรื่องการดูแลผู้ป่วย ให้กำลังใจ สนับสนุนซึ่งกันและกัน

10.30-12.00 น. ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับสมองเสื่อม และการดูแล จากวิทยากรที่เชี่ยวชาญ

ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มสนับสนุนผู้ดูแล

- ได้รับความรู้ ที่ทันสมัยในการดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม
- แลกเปลี่ยนประสบการณ์การดูแลผู้ป่วย ความรู้สึก และแนวทางการแก้ปัญหา
- เปิดโอกาสให้ผู้ดูแลผู้ป่วยรับรู้อย่างมีคนอื่นที่ประสบปัญหาต่าง ๆ เช่นเดียวกัน ตนเองไม่ได้อยู่อย่างโดดเดี่ยว ยังมีเพื่อนที่คอยให้ความช่วยเหลือ ให้กำลังใจ
- อื่นๆ

ตารางกิจกรรมสำหรับผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม ประจำปี 2563

ว.ด.ป.	หัวข้อ
26 ม.ค.63	มารู้จักสมองเสื่อม แนวทางการดูแลรักษาตนเอง
23 ก.พ.63	สื่อสารกับผู้ที่ภาวะสมองเสื่อม: พูดอย่างไรให้รู้เรื่อง
22 มี.ค. 63	สานสัมพันธ์ ครั้งที่ 46 (1/2563)*
26 เม.ย. 63	อยู่กับผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อมอย่างไรให้เป็นสุข
9-10 พ.ค.63	อบรมผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมครั้งที่ 1/2563
24 พ.ค. 63	จังหวะของชีวิต.....ดนตรีบำบัด

ว.ด.ป.	หัวข้อ
28 มิ.ย. 63	การอบรมเชิงปฏิบัติการครั้งที่ 7 (1/2563)**
26 ก.ค. 63	ยาที่ควรระวังในผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อม
23 ส.ค. 63	เครียดๆ กับปัญหาอารมณ์และพฤติกรรมของผู้ป่วย: ควรทำอย่างไร
19-20ก.ย.63	ประชุมวิชาการ วันอัลไซเมอร์โลก***
10.11ต.ค.63	อบรมผู้ดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อมครั้งที่ 2/2563
18 ต.ค.63	จะชะลอความเสื่อมของสมองอย่างไร
22 พ.ย.63	กายสบายใจ เติมใจด้วยไทเก๊ก
20 ธ.ค. 63	การอบรมเชิงปฏิบัติการครั้งที่ 8 (2/2563)**

หมายเหตุ:

- ♥ เดือน มีนาคม, มิถุนายน, กันยายน และ ธันวาคม ไม่มีกิจกรรมกลุ่มสนับสนุนผู้ดูแล แต่จะเป็นกิจกรรมสานสัมพันธ์ และการอบรมเชิงปฏิบัติการ
- ♥ หัวข้อการบรรยายอาจจะมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม