



Sundowning

E le o mautinoa le mafua'aga o le faaletonu leni e tupu masani i le afiafi. E le taumata ona o le tele o le lē lavā o le mafaufau, ua le mautonu i le va o le po ma le ao, po o le tau lē iloa o le mōlī i le po, po o le lē malamalama lelei o lo'o ia iloa ai lona ata i le mōlī.

O le a le mea e te mafai ona e fesoasoani atu ai?

- Alu tou te savalivali fa'atasi ae aua le fa'amoeina i le aoauli.
- Taumafai e aua le fuafuaina ni mea e tele e fai i le po.
- Taumafai e fa'afilēmū.
- Taumafai e matuā fa'amalamalama mōlī.
- Va'ai ni a latou mea e fai i le potu o lo'o e iai.
- Taumafai e fa'aavanoa sina taimi mo oe lava ae e le'i o'o i le taimi lea ma latou, e fesoasoani e fa'alalo ai ou mafatiaga.

O le lē mafai ona moe

O isi tagata matutua o le tele o taimi e tau le mafia ona momoe. O leni fa'afitauli e fa'ateteleina i tagata e maua i le AD. O le lē mafai ona moe ia i latou e maua i le Alzheimer, e tele ina lē mafai ona moe le tausima'i.

O le a lau mea e fai e tefesoasoiatuai.

- Taumafai e fai ni mea e aua ai ne'i momoe i le ao.
- Ia e mautinoa ua fa'aaogā le falemamao ae le'i momoe.
- Afai e le lelei le moe i le moega, taumafai e fa'amomoe i le nofoa (couch) po le nofoa fa'alagolago.
- Fa'aola le mōlī i le po
- Afai e ala i le po, masalo o le fia inu, po o le fia 'ai, po o le fia fa'aaogā o le falemamao.
- Fa'amaumau mea e faia i le aso, mea e 'ai, ma amio. E mafia ai ona e iloa le mea e aogā ma le mea e lē aogā.

- Fai I se isi se'i ona va'aia anea le tagata e maua i le AD ae se'i fai sina au moe.

Vae savalivali i le po

O le tagata e mauai le AD e le taumate e ala i le po, e lē moe, galo le mea o lo'o i ai, faigatā ona va'ai i le pogisā, valea le ulu, ma fealualua'i i totonu o le fale.

O le a lau mea e fai e te fesoasoani atu ai

- Fa'aola se mōlī i le potu o lo'o momoe ai, ma le falemamao.
- Afai e talitonu i latou o lo'o latou va'aia ni tagata, ufiufi le fā'ata i se ie ina ia le va'aia ai e i latou o latou ata.

Ia puipuia lou fale ma lou aiga

- Tu'u fuala'au ma vaila'au i totonu o se sefe e loka ai.
- Ave ese ki o le ogaumu.
- Ave ese ma nanā loka o faitoto'a e puipuia mai ai i latou mai le o ese ma le fale.
- Aua ne'i iai ni mea e fa'alavelave pe a savavali i le fola.