



RECOMANDĂRI PENTRU CEI CARE ÎNGRIJESC PERSOANELE CU DEMENTĂ

Demența este o afecțiune progresivă a creierului. Substanța nervoasă se descompune lent. Astfel, capacitățile cognitive din viața de zi cu zi se reduc treptat, iar persoanele afectate au nevoie de tot mai mult sprijin. Problemele care apar nu se manifestă întotdeauna cu aceeași intensitate. Este normal să existe fluctuații. Important: Persoana care suferă de această afecțiune nu face aceste lucruri în mod intenționat.

SPRIJINUL TREBUIE ADAPTAT LA STADIUL DEMENTEI

În funcție de evoluția (stadiul) afecțiunii, sunt necesare grade diferite de sprijin. Acesta trebuie adaptat neapărat la capacitățile cognitive existente încă.



Astfel, o persoană care suferă de demență Alzheimer incipientă ar putea avea nevoie de sprijin la efectuarea cumpărăturilor sau de ajutor la gătit, în timp ce o persoană cu demență moderată are deja nevoie de sprijin la alegerea articolelor de îmbrăcăminte și are probleme de orientare. Persoanele diagnosticate cu demență avansată și gravă au nevoie, pe lângă asistență, și de tot mai mult ajutor pentru igiena corporală. Persoanele cu această afecțiune, aflate în acest stadiu, au nevoie de sprijin în toate activitățile de zi cu zi și sunt complet dependenți de dedicația celor din jur.

Important: Chiar dacă persoanele afectate aflate într-o fază avansată nu se mai exprimă sau nu își pot comunica necesitățile, acestea percep totuși multe aspecte din mediul ambiant, atât cuvinte și acțiuni, cât și stări de spirit.

**„Lipsa de compasiune a celor din jur este de fapt suferința reală
a oamenilor care suferă de demență.”**

*Prof. univ. dr. Stefanie Auer, profesor în domeniul cercetării demenței la
Universitatea Dunărea din Krems, conducător științific al „MAS Alzheimerhilfe“*

ASUMAȚI-VĂ PROVOCĂRILE

Persoanele care suferă de demență și aparținătorii acestora se confruntă cu provocări noi și tot mai mari. Adesea, aparținătorii au senzația că trebuie să preia asupra lor toate sarcinile persoanei afectate. Nu faceți acest lucru, ci găsiți nivelul de sprijin adecvat. Astfel, persoanele care suferă de demență pot avea o viață mai bună pentru mai multă vreme. Demența/Alzheimer evoluează de regulă fără semne evidente. Dar în fiecare stadiu există capacități cognitive care trebuie neapărat constatate și verificate.

Cum se simt persoanele afectate? Care sunt schimbările de comportament?

Persoanele afectate suferă în special la nivel psihologic în urma pierderii treptate a capacităților și a independenței. Astfel, acestea pot adeseori manifesta deznădejde și depresie. Persoanele afectate refuză adesea ajutorul, dau vina pe alții și consideră de multe ori sprijinul ca pe un atac sau ca pe o ingerință în viața lor privată. Din cauza pierderii progresive a aptitudinilor cognitive, persoanele afectate pot manifesta temeri sau mânie, reacționând prin împotrivire, deznădejde, agresivitate sau tulburări în activitate.

„Tratați persoanele care suferă de demență așa cum ați dori să fiți voi înșivă tratați, dacă ați fi brusc dependenți de ajutor.”

Karin Laschalt, Directorul unităților de servicii pentru demență din cadrul „MAS Alzheimerhilfe“

IMPLICAȚI PERSOANELE AFECTATE

Persoanele care suferă de demență au nevoie de provocări și trebuie implicate cât mai mult în activitatea de zi cu zi. Activități cum ar fi gătitul, curățenia sau grădinaritul pot fi realizate împreună. Dacă lăsați persoana afectată să efectueze cât mai multe activități, aptitudinile, independența și senzația de mulțumire ale acesteia se vor menține pe o perioadă mai mare de timp. Lauda și recunoașterea sunt extrem de importante în acest sens.

Ce trebuie avut în vedere:

- Persoanele care suferă de demență au nevoie de activități și de sentimentul utilității.
- Persoanele afectate trebuie motivate să se implice. Nu preluați dvs. totul.
- Puteți face multe lucruri împreună (acordați sprijin numai cât este necesar).
- Procesul este important! Anumite munci pot fi considerate ca terapie ocupațională, indiferent de rezultat.
- Încercați să nu vă lăsați afectați de comportamentele modificate, cum ar fi abuzul verbal. Agresivitatea este deseori expresia deznădejdii interne.
- Concentrați-vă pe aptitudinile încă existente și subliniați-le (lăudați-le).
- Un mediu de viață organizat și structurat le conferă sentimentul de siguranță.
- Păstrați activitățile zilnice - rutina ajută!

„Totul are un motiv - problema este că noi adesea vedem lucrurile diferit de persoana afectată. Dacă înțelegem motivele sau ne transpunem în locul persoanei afectate putem adesea să depășim situații dificile.”

Soția unei persoane afectate.

EXEMPLE PENTRU O MAI BUNĂ ÎNȚELEGERE

Persoanele afectate pot participa în continuare la activitățile de zi cu zi și pot avea numai de câștigat, în orice stadiu al afecțiunii, chiar dacă suferă de demență gravă.

Exemplul 1

Un bărbat care nu a ajutat niciodată în gospodărie, o ajută pe soția sa acum, afectuos și cu plăcere, să facă curățenie în casă. El face curățenie întotdeauna în aceleași locuri, iar murdăria mai rămâne în rest. Ea a învățat între timp să considere „ajutorul” ca pe o ocupație, să îl laude și să-și adapteze exigențele la aptitudinile persoanei afectate.

Exemplul 2

O persoană afectată nu reușește niciodată să-și îmbrace corect pantalonii. Fiica doamnei respective o îndrumă răbdătoare pe mama sa și o ajută, atingându-i picioarele și arătându-i cum să-și pună corect pantalonii. Este adevărat că durează mai mult timp, dar ambele se distrează, iar mama se bucură de ceea ce a realizat.

Exemplul 3

Pentru o doamnă al cărei soț suferă de demență avansată, este totuși important să-i ofere acestuia senzația de demnitate și apartenență, chiar dacă el nu mai poate să-și exprime direct dorința în acest sens. De aceea, nu îl lasă să stea în pat, ci îl așează cu mare efort în scaunul cu rotile, pentru ca el să-și poată urmări în timp ce ea efectuează activitățile de zi cu zi. Ea știe că soțului ei îi face bine să fie stimulat prin implicarea în diverse activități. Foarte hotărâtă, ea este de părere că: „Facem ce putem astăzi. Vom vedea ce vom face mâine!”

CONCLUZIA:

- Fiecare persoană (chiar și o persoană care suferă de demență) are nevoie de o ocupație și de sentimentul că poate ajuta cu ceva.
- Reducerea capacităților cognitive este de cele mai multe ori foarte dureroasă. Activitățile care (încă) mai pot fi efectuate ajută la contracararea sentimentului de inutilitate.
- Acționați cu empatie, pentru ca sprijinul să nu fie perceput ca o ingerință în viața privată a persoanei și ca un atac.
- Abordați afecțiunea în mod activ și solicitați din timp asistență privată și profesională.
- Dacă persoana afectată refuză să facă anumite activități, de multe ori este bine să acceptați acest lucru și să încercați mai târziu. Astfel, veți evita respingerea și veți reduce senzația persoanei că altcineva îi decide soarta.
- Creați un sentiment de împlinire!



O SUGESTIE SPECIALĂ PENTRU ÎNGRIJITORII DIN AFARA FAMILIEI

Pentru a oferi persoanelor suferinde de demență șansa de a avea experiențe de succes, trebuie ca exigențele să fie adaptate la aptitudinile acestor persoane și să li se ofere posibilități de ocupare corespunzătoare. Persoanele care suferă de demență nu vor ca ceilalți să facă lucrurile pentru ei. Este mai bine să le oferiți sprijin dacă este necesar, astfel încât să poată depăși situația singure. Acest lucru poate fi foarte benefic atât pentru pacient, cât și pentru îngrijitor.

De multe ori, persoanele afectate se bucură de o sănătate fizică foarte bună o lungă perioadă de timp, iar sprijinul trebuie adaptat la situația lor individuală. O persoană care stă la pat din cauza unei boli fizice și care are nevoie de ajutor, dar ale cărei capacități psihice nu sunt afectate, are nevoie de alte măsuri de asistență și îngrijire față de persoanele care suferă de demență. Acestea au adesea nevoie de o persoană care să le fie aproape, care le răspunde, care le dă o ocupație și le motivează.

Vă rugăm să fiți țineți cont de faptul că, în calitate de persoană străină, intrați în mediul de viață al persoanei afectate. Casa persoanei care suferă de demență este locul în care aceasta trebuie să se simtă în continuare confortabil, în pofida afecțiunii sale și a nevoii de sprijin, și în care trebuie să existe în continuare puțină autodeterminare și foarte mult respect.



Mit freundlicher Unterstützung von

BARMÜLLER
CONSULTING >>
barmueller-consulting.com

Puteți obține consultanță și sprijin cu privire la toate problemele legate de demență/Alzheimer contactând „MAS Alzheimerhilfe“.

MAS Alzheimerhilfe
Zentrale und Demenzservicestelle
Lindaustraße 28, 4820 Bad Ischl
+43 (0) 664 / 889 28 619
Mail: alzheimerhilfe@mas.or.at

DSS Gmunden/Regau 0664 / 858 9485
DBS Micheldorf 0664 / 854 6694
DSS Ottensheim 0664 / 854 6699
DSS Ried/I. 0664 / 854 6692
DSS Pregarten 0664 / 854 6695

www.alzheimer-hilfe.at
www.alzheimerakademie.at
www.alzheimerurlaub.at

demenz
erkennen
ansprechen
handeln