



СЪВЕТИ ЗА ЛИЦА, КОИТО СЕ ГРИЖАТ ЗА ХОРА С ДЕМЕНЦИЯ

Деменцията е прогресивно заболяване на мозъка. Мозъчното вещество бавно се разрушава. В резултат на това приеманите като даденост ежедневни умения постепенно намаляват, а засегнатите лица се нуждаят от все по-големи грижи. Възникващите проблеми не винаги са с еднаква острота. Различията са нещо нормално. Важно: Действията на болното лице не са умишлени.

СЪОБРАЗЕТЕ ПОМОЩТА СИ СЪС СТАДИЯ НА ДЕМЕНЦИЯТА

В зависимост от протичането (стадия) на заболяването са необходими различни нива на помощ. Тя трябва да бъде задължително съобразена с все още наличните способности.



Например, човек с начална деменция поради болестта на Алцхаймер може да се нуждае от помощ, за да следи покупките си или да приготвя храната си, докато при умерен стадий на деменция той вече се нуждае от помощ при избора на облеклото си и има проблеми с ориентацията. Засегнатите от тежка или много тежка деменция се нуждаят, освен от нормалните грижи, от все повече и повече физическа помощ. В този стадий болните се нуждаят от помощ във всички ежедневни дейности и са напълно зависими от материалната подкрепа на близките си.

Важно: Дори когато болните в напреднал стадий вече не са в състояние да общуват или да споделят нуждите си, те все още възприемат много неща от обкръжаващата ги среда – думи и действия, а също и настроения.

**„Липсата на адекватна оценка за околната среда
е истинското страдание на хората с деменция.“**

*Проф. д-р Стефани Ауер (Stefanie Auer), професор по изследвания на деменция та от
Дунавския университет в Кремс, научен ръководител на MAS Alzheimerhilfe*

ПРИЕМТЕ ПРЕДИЗВИКАТЕЛСТВАТА

Хората с деменция и близките им се сблъскват с изправят пред нови, сериозни предизвикателства. Нерядко членовете на семейството си мислят близките имат чувството, че трябва да правят всичко вместо болния. Не правете това, а намерете вземете правилната мярка в помощта. По този начин хората с деменция могат още дълго да водят нормален добър живот. Обикновено развитието на деменцията / болестта на Алцхаймер е постепенно. На всеки стадий обаче има способности, които задължително трябва да бъдат установени и потвърдени:

Какво е състоянието на засегнатите?

Какви промени в поведението произтичат от това?

Обикновено засегнатите лица изпитват психологически страдания от бавната, но неумолима загуба на способностите и независимостта си. В резултат на това, те често изпадат в отчаяние и депресия. Като самозащита заболелите често отричат недостатъците си, прехвърлят вината върху другите и обикновено приемат помощта като нахлуване или намеса в личния им живот. Прогресивната загуба на способности може да предизвика страхове или гняв и засегнатите могат да реагират с бунт, отчаяние, агресия или нарушения в действията.

„Ако третирате хората с деменция така, както бихте искали да третират Вас, скоро ще Ви потрябва помощ.“

Карин Лашалт (Karin Laschalt), ръководи тел на Центровете за обслужване при деменция на MAS Alzheimerhilfe

ПРИБЩАВАЙТЕ ЗАСЕГНАТИТЕ

Хората с деменция имат нужда от предизвикателства и трябва да бъдат ангажирани колкото може повече в ежедневието. Задълженията като готвене, чистене или работа в градината могат да се изпълняват заедно. Ако давате на засегнатото лице възможност да прави колкото може повече неща самостоятелно, способностите му, неговата независимост и удовлетвореност ще се съхранят по-дълго. Много важни при това са похвалите и признанието.

Какво трябва да се има предвид:

- Хората с деменция се нуждаят от задължения и удовлетворение от постигнатите резултати.
- Мотивирайте засегнатите да участват в дейностите. Не ги освобождавайте от всички задължения.
- Много неща могат да се вършат заедно (само с толкова помощ, колкото е необходимо).
- Пътят е целта! Различните дейности могат да се разглеждат като професионална терапия – резултатите нямат значение.
- По възможност не приемайте лично поведенческите промени, например вербалната агресия. Агресията често е проява на вътрешно отчаяние.
- Фокусирайте се върху все още наличните способности и ги подчертавайте (с похвали).
- Структурираните и установени рамкови условия създават сигурност.
- Придържайте се към установеното ежедневиe – рутината помага!

„За всичко си има причина – единственият проблем е, че ние често виждаме нещата различно от болния. Разбирането на средата или емпатията към заболелия често помагат да се преодолеят трудни ситуации.“

Съпруга на засегнато лице.

ПРИМЕРИ ЗА ПО-ДОБРО РАЗБИРАНЕ

Всъщност, засегнатите все още могат да участват в ежедневиия живот във всеки стадий на заболяването – дори при много тежка деменция – и да извличат полза от това.

Пример 1

Мъж, който никога преди не е помагал в домакинството, сега с удоволствие помага на съпругата си в почистването. Той почиства винаги едни и същи ъгли и винаги боклуците си остават в тях. В същото време тя се е научила да гледа на „помощта“ му в домакинството като на задължение и да го поощрява за това, както и да съобразява собствените си изисквания със способностите на засегнатото лице.

Пример 2

Засегнатата от деменция постоянно не успява да обуе панталоните си правилно. Търпеливата дъщеря само леко насочва майка си и я подпомага, като я докосва по краката и посочва, как може да обуе панталоните правилно. Макар това да отнема време, и двете се забавляват, а майката усеща удовлетворение от постигнатото.

Пример 3

За съпруга, чийто съпруг страда от много тежка форма на деменция, е важно да му осигури усещане за достойнство и принадлежност, макар че той вече не може да покаже директно нуждата си от това. Затова тя не го оставя в леглото, а с много усилия го премества в инвалидната количка, за да може той да я наблюдава в нейното ежедневиe. Тя знае, че стимулите, които му осигурява чрез участието му в събитията, са от голяма полза за него. Поради това тя е непоколебима в убеждението си: „Това, което може да стане днес, се прави. Какво ще стане утре, ще видим утре!“

ИЗВОДИ:

- Всички хора (включително и тези с деменция) имат нужда от задължения и от усещането, че са добри в нещо.
- Загубата на способностите обикновено е много болезнена. (Все още) достъпните задачи помагат да се борим с усещането за загуба.
- Проявявайте съпричастност, за да може помощта ви да не се възприема като нахлуване в личното пространство и като злоупотреба.
- Противодайте активно на заболяването и потърсете своевременно лична и професионална помощ.
- Ако засегнатото лице отказва да се включи в някакви дейности, често помага, ако това се приеме и се направи нов опит по-късно. По този начин съпротивата се избягва в максимална степен и се намалява усещането за зависимост от вън.
- Създавайте усещане за успех!



СПЕЦИАЛЕН СЪВЕТ ЗА БОЛНОГЛЕДАЧИ ИЗВЪН СЕМЕЙНИЯ КРЪГ

За да дадете на хората с деменция шанс да изпитат усещането за успех, трябва да съобразите собствените си изисквания със способностите на засегнатите лица и да им предлагате подходящи възможности за ангажиране със задължения. Хората с деменция не искат да им се показва готовият краен резултат. Много по-добре ще бъде да им помогнете, ако това е необходимо, за да могат да се справят сами със ситуацията. Това може да допринесе в голяма степен за удовлетвореността както на болните, така и на болногледачите.

Често засегнатите запазват за дълго време доброто си физическо здраве и видът на помощта трябва да бъде съобразен с индивидуалното им състояние. Да се грижите за човек, който е прикован към легло от физическо заболяване и се нуждае от помощ, но умствените му способности са непокътнати, изисква друг вид мерки за обслужване и грижи, различни от тези при хората с деменция. Те често се нуждаят от някого, който да е около тях, да им отговаря, да се грижи за тях и да ги мотивира.

Моля, имайте предвид, че навлизате в жизнения свят на засегнатото лице като външен чужд човек. Домът на хората с деменция е мястото, където те все още се чувстват у дома си, независимо от заболяването и нуждата си от помощ, и където все още трябва да е възможно малко самоопределение и много голямо уважение.



Mit freundlicher Unterstützung von

BARMÜLLER
CONSULTING >>
barmueller-consulting.com

Консултации и помощ по всички въпроси относно деменцията / болестта на Алцхаймер ще намерите при MAS Alzheimerhilfe.

MAS Alzheimerhilfe
Zentrale und Demenzservicestelle
Lindastraße 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