



## Informacijski podsjetnik br. 3

### Izazov zvani demencija

---

Demencija je opći pojam za slike oboljenja povezane s gubitkom intelektualnih funkcija kao što je razmišljanje, sjećanje, orijentacija i povezivanje misaonih sadržaja. To je poremećaj funkcionalnosti mozga. Demencija spada u najčešće slike bolesti u starosti. Osim opadanja moći pamćenja gube se i emocionalne i socijalne sposobnosti. U zajedničkom životu to može biti teško i predstavljati izazov. Ima raznih vrsta demencije. Najčešća je Alzheimerova demencija.

Prvi znakovi su često rupe u pamćenju, problemi s pronalaženjem riječi ili ulčestalo premještenje predmeta. U takvim slučajevima se savjetuje na vrijeme otići ljekaru. To je važno jer se u zavisnosti od vrste demencije mogu preporučiti različiti tretmani. Alzheimerova demencija je neizlječiva. Njezini simptomi se mogu ublažiti i usporiti tok bolesti. Pri tome je cilj da se oboljeljoj osobi i članovima porodice što je duže moguće omogući visok kvalitet života. Razlikovanje od drugih oblika demencije je u tom smislu važno jer se druga oboljenja pod određenim okolnostima mogu izliječiti.

Simptomi dementnog oboljenja mogu biti: ograničeno kratko pamćenje, kasnije i ograničeno dugotrajno pamćenje, gubitak orijentacije u mjestu i vremenu, gubitak logičke sposobnosti djelovanja, takođe i sumanutost ili agresivnost, greške ili pogrešno ponašanje. U zajedničkom životu se najčešće razvijaju određeni obrasci ponašanja koji za članove porodice mogu postati opterećenje

Sljedeće napomene mogu pomoći članovima porodice ili drugim osoba s kojima se oboljela osoba identificira da oblike komunikacije i ophođenja prilagode situaciji na način pun poštovanja:

**Izbjegavati kritiku:** Oboljela osoba često više ne shvata kritiku. Gubi se sposobnost da se uči iz grešaka i da se sljedeći put uradi drukčije.

**Širiti pozitivno i mirno raspoloženje:** Priznanje i osjećaj sigurnosti pomažu oboljeljoj osobi da očuva svoje samopouzdanje.

**Priznati pogled na stvari:** Važno je da se oboljelim osobama prepusti njihov pogled na stvari, iako ne odgovara stvarnosti. Često nije jednostavno prihvatiti pogrešne tvrdnje, ali to može pomoći da se izbjegnju problemi i diskusije.

**Oduzimanje prava na odlučivanje:** Ako se smisao i važnost odluka više ne može uvidjeti, osobe s kojima se oboljela osoba identificira moraju preuzeti kormilo i same donositi odluke. Čak i savjet može dovesti do uznemirenosti i strahova.

**Strpljivo vođenje u svim svakodnevnim događanjima:** npr. instrukcije kod korištenja pribora za jelo, odijevanja ili sličnih radnji. Po potrebi pružiti pomoć.

**Pomoć kod vođenja razgovora:** Dobre su teme koje interesuju oboljele osobe. Kratkim i jasnim pitanjima se podstrekava na pričanje. Mogu se ponuditi kratki odgovori. Treba se izbjegavati previše informacija ili brza promjena teme. Na pitanja koja se ponavljaju treba strpljivo odgovarati što je moguće duže. Od pomoći je da se oboljeloj osobi da dovoljno vremena za odgovor.

**Agresivnost ili bijes:** Ako osobe oboljele od demencije ispoljavaju bijes ili agresivnost u ponašanju, okidač za to može biti strah. Osobe s demencijom žive u svijetu koji se njima stalno mijenja. Često su uznemirene i ne znaju šta je sljedeće što ih očekuje. Fizička agresivnost se prije svega pojavljuje u situacijama u kojima se osjećaju ugroženima, između ostalog kada im se pruža njega. Oboljele osobe se mogu umiriti i skrenuti im se pažnja. Ponekad pomaže kontakt tijelom. Može se razmisliti šta je izazvalo agresivno ponašanje i može li se to ubuduće izbjeći?

**Nemir i hodanje:** Jedna od najčešćih promjena u ponašanju je snažan nemir oboljele osobe: besciljno hodanje, hodanje za nekim ili drmanje kvaka na vratima. To često izražava traženje nečega izgubljenog - to može biti predmet, ali i osoba iz prošlosti. Možda se pronađe razlog nemira? Zajendičko hodanje može biti od pomoći i tako se može odvratiti pažnja.

**Trčanje:** Ako oboljela osoba želi potrčati, npr. iz stana ili iz kuće, može je se pratiti i razgovorom je odvratiti od toga. Možda se može pronaći drukčije rješenje da se ponovo vrati kući, npr. da prvi radni razgovor danas kasnije počinje. Detektori pokreta, mobilni telefoni s GPS lociranjem i sl. takođe pomažu da se ne ograničava potreba za kretanjem, a da se ipak bude sigurnim.

Opisani oblici komunikacije i ophođenja su mogućnost u ophođenju s oboljelom osobom. Osobe s demencijom su odrasle, osjećaju se odraslim i tako žele da ih se tretira. Ali članovi porodice koji ih njeguju ne mogu svakog dana jednako biti strpljivi i pažljivo se odnositi prema oboljelim osobama. To je ljudski. Zato je dobro da se ponekad nekome priča o vlastitim osjećajima i situaciji. Isto tako opuštajuće mogu biti ponude za olakšanje situacije kod kuće.

U Berlinu ima mnogo ponuda koje se nude osobama s demencijom i njihovim porodicama. To mogu biti: grupe za samopomoć za članove porodica ili za osobe rano pogođenje demencijom, ponude njege kod kuće ili u grupama, dani hodanja, obuke o demenciji, bogoslužje osoba oboljelih od demencije, kafići s ponudom plesa, informativne priredbe i dr.

**Rado će Vam dati savjet saradnici i saradnice Odjela za pružanje njege**

**Besplatni broj za pomoć: 0800 59 500 59**

[www.pflegestuetzpunkteberlin.de](http://www.pflegestuetzpunkteberlin.de)

**Nosioci Odjela za pružanje njege su berlinski zavodi za njegu i Pokrajina Berlin**