



Ulotka nr 3

Wyzwanie, demencja

Demencja jest ogólnym terminem dla obrazów chorób, którym towarzyszy utrata funkcji umysłowych, takich jak myślenie, pamiętanie, orientacja i łączenie treści myśli. Jest to zaburzenie pracy mózgu. Demencja jest jedną z najczęstszych chorób w podeszłym wieku. Oprócz utraty pamięci utracone zostają również umiejętności emocjonalne i społeczne. To może być trudne i trudne, gdy mieszka się razem. Istnieją różne rodzaje demencji. Najczęściej spotykana jest demencja Alzheimerera.

Pierwszymi znakami są często luki w pamięci, trudności w znalezieniu słów lub nadmierne przenoszenie przedmiotów. W takich przypadkach zaleca się wcześniejszą konsultację z lekarzem. Jest to ważne, ponieważ w zależności od rodzaju demencji można stosować różne metody leczenia. Demencja Alzheimerera nie może być wyleczona. Można złagodzić ich objawy i opóźnić przebieg choroby. Celem jest zapewnienie wysokiej jakości życia osobom dotkniętym chorobą i ich rodzinom tak długo, jak to możliwe. Odgraniczenie od innych form demencji jest ważne, ponieważ w pewnych okolicznościach można wyleczyć inne choroby.

Objawami demencji mogą być: ograniczona pamięć krótkotrwała, później również pamięć długotrwała, utrata orientacji w miejscu i czasie, utrata logicznej zdolności do działania, a także halucynacje lub agresje, złe działania lub niewłaściwe zachowanie. Podczas wspólnego życia rozwijają się zazwyczaj pewne wzorce zachowań, które mogą być stresujące dla członka rodziny.

Poniższe informacje mogą pomóc krewnym lub innym opiekunom w dostosowaniu ich komunikacji i sposobów postępowania do sytuacji w sposób pełen szacunku:

Zapobieganie krytyce: Krytyki często nie można już zrozumieć. Nie ma zdolności do uczenia się na błędach i robienia rzeczy inaczej następnym razem.

Rozprzestrzenianie pozytywnej i spokojnej atmosfery: Rozpoznanie i poczucie bezpieczeństwa pomagają osobie zachować pewność siebie.

Uznawanie punktu widzenia: Ważne jest, aby osoby, których to dotyczy, mogły zobaczyć rzeczy, nawet jeśli nie odpowiadają one rzeczywistości. Przyjmowanie fałszywych twierdzeń często nie jest łatwe, ale może pomóc uniknąć gniewu i dyskusji.

Przejmowanie decyzji: Kiedy nie można już ogarnąć znaczenia i zakresu decyzji, osoby zaufane muszą przejąć kontrolę i samodzielnie podejmować decyzje. Już jedna konsultacja może prowadzić do niepokoju i strachu.

Cierpliwe wprowadzania, kierowanie pacjentami przez to co się dzieje w życiu codziennym: np. wskazówki dotyczące stosowania sztućców, odzieży lub innych czynności. Udzielaj pomocy w razie potrzeby.

Pomoc w prowadzeniu rozmów: dobre są tematy, które interesują zainteresowaną osobę. Z krótkimi i jasnymi pytaniami będziecie zachęcana do opowiedzenia historii. Można częściowo odpowiadać. Należy unikać zbyt wielu informacji lub szybkich zmian tematu. Na powtarzające się pytania należy odpowiadać z cierpliwością tak długo, jak



to możliwe. Pomocne jest dawanie wystarczająco dużej ilości czasu na udzielenie odpowiedzi.

Agresja lub gniew: Jeśli osoby z demencją zachowują się gniewnie lub agresywnie, lęk może być czynnikiem wyzwalającym. Ludzie z demencją żyją w świecie, który ciągle się dla nich zmienia. Często się martwią i nie wiedzą, czego się spodziewać w przyszłości. Agresja fizyczna występuje przede wszystkim w sytuacjach, w których czują się pod presją, w tym w sytuacjach opieki. Takie osoby należy uspokajać i rozpraszać. Czasami pomaga kontakt fizyczny. Można pomyśleć o tym, co spowodowało agresywne zachowanie i czy można go uniknąć w przyszłości?

Niepokój i wędrówki piesze: Jedną z najczęstszych zmian behawioralnych jest silny niepokój chorego: bieganie bez celu, ganiecie po lub potrząsanie klamkami drzwi. Często wyraża to poszukiwanie czegoś utraconego - może to być przedmiot, ale także osoba z przeszłości. Być może można znaleźć przyczynę niepokojów? Wspólne bieganie może być pomocne i może powodować rozproszenie uwagi.

Bieganie: Jeśli osoba chora chce uciec, np. z mieszkania lub z domu, można jej towarzyszyć i rozpraszać ją rozmową. Być może można znaleźć inne rozwiązanie, aby wrócić do domu, np. że pierwsze spotkanie robocze rozpoczyna się dziś później. Detektory ruchu, telefony komórkowe z pozycjonowaniem GPS itp. mogą pomóc nie ograniczać potrzeby poruszania się i nadal gwarantować bezpieczeństwo.

Opisane formy komunikacji i sposoby postępowania są możliwością obchodzenia się z chorymi. Osoby z demencją są dorosłe, czują się dorosłe i chcą być tak traktowane. Jednak opiekujący się krewni nie są w stanie cierpliwie i uważnie odnosić się do chorego każdego dnia. To jest ludzkie. Dlatego dobrze jest rozmawiać z kimś o własnym samopoczuciu i sytuacji od czasu do czasu. Podobnie, oferty dotyczące odciążenia sytuacji w domu mogą działać odprężająco.

W Berlinie jest wiele ofert dla osób z demencją i ich rodzin. Mogą to być: grupy samopomocy dla krewnych lub osób dotkniętych chorobą w młodym wieku, usługi opieki w domu lub w grupach, dni wędrówek, kursy szkoleniowe na temat demencji, nabożeństwa dla osób cierpiących z powodu demencji, kafejki taneczne, imprezy informacyjne, etc.

Chętnie doradzą pracownikom ośrodka wsparcia d.s. opieki

Bezpłatny numer serwisowy 0800 5950059

www.pflegestuuetzpunkteberlin.de

Podmiotami ośrodków wsparcia są land Berlin jak i kasa pielęgnacyjna i kasa chorych w Berlinie.