

DEMENCA-POMEMBNE INFORMACIJE ZA SVOJCE

Pri dementnih je zelo pomembno, da ne pozabimo, da gre za izgubo kratkotrajnega spomina zato se morajo vsa naša opravila, dejanja in postopki nanašati na to trditev, kar pomeni, da osebi z demenco čim dlje ohranjamo njegovo znano domače okolje in ne uvajamo sprememb, ter ne predstavljamo stvari v okolju, ki mu je znano.

- Zelo pomembno je tudi poznavanje njegovega življenja, dokler še zmore so dobrodošli pogovori o njegovem življenju, kaj mu je uspelo v življenju, na kaj je še posebno ponosen, (vse v pozit. smislu), skupaj si kdaj ogledamo njegove fotografije. Uporabljamo le vprašanja na K-kaj, kako, kdaj, kje, ... nikoli zakaj, potrudimo se, da ni obtoževanja, ter mu prigovarjamo, da je v danem trenutku naredil tisto kar je mislil, da je najbolj prav.
- Pomembni so tudi dotiki, saj je vsak dotik signal (vsak jih ne prenaša), pomembno je, da se jih dotikamo le na mestih, ki jih sprejemajo, nikoli od zadaj in pri dotiku je vedno zelo pomemben stik z očmi.
- Pozorni moramo biti na glas, da nismo preglasni ali pretihi ter na bližino telesa- vsak ne prenese bližnjega, da se mu preveč približa. Z vsemi temi »malenkostmi« lahko izzovemo nemir, strah ali agresijo.
- Prihaja tudi do ne prepoznavanja sosedov, svojcev ali njihovo zamenjavanje (npr. hči menja za sestro, sina za brata) ker peša spomin od kratkotrajnega nazaj se lahko dogodi da oseba ne prepozna svojega zakonca se ga boji in ga odklanja.
- Ko se pojavijo prvi znaki, ki kažejo upad sposobnosti in izgubo spomina, ter strah in občasno agresijo je čas, da se obišče psihiatra. Svojca je na prvi obisk potrebno pripraviti in ga spremljati, saj je zelo zaželen pogovor tudi z vami, da vi poveste vse kar ste opazili, saj le tako lahko predpiše ustrezna zdravila.
- Če imamo dobre sosede s katerimi se družimo oz. dnevno srečujemo in tudi občasno pomagamo pri delu je prav, da jih na kratko obvestimo o bolezni, da ne pride do skrivanja ampak jih občasno lahko celo zaprosimo za pomoč.
- Pojavi se lahko obtoževanje, da jim krademo oz. jim kradejo to je znak, da zalagajo stvari in jih pozneje ne najdejo na stalnih mestih, zato je potrebno redno pospravljanje stanovanja in odlaganje stvari na stalna mesta, vendar naj opozorim, da mora to potekati vedno v prisotnosti svojca-saj nas lahko obtoži, da mi krademo. Vrednosti -npr. nakit, oz. druge dragocenosti, pa je najbolje, da se odnese v sef oz. da razdeli med tiste, ki jim je to namenil kot zapuščino-to se naredi v prisotnosti vseh ožjih sorodnikov tako, da tudi v primeru obtožb vsi domači vedo resnico.
- Ob nemoči in utrujenosti svojcev je potrebno vzpostaviti stik s svojci, brati, sestrami oz. otroci, da se osebo, ki skrbi za svojca razbremeni in s tem prepreči izgorelost ali celo bolezen. Vedeti je potrebno, da ima vsak svojec pravico do tritedenskega odmora na leto. Vzpostavimo stik s patronažno službo, centrom za socialno delo, se poslužujemo dnevnega varstva-DS, če je zakonec še aktiven-zaposlen-mora poskrbeti za topel obrok in varstvo.

- Pomembno je, da ne opravlja sam stvari, ki jih ne zmore več brez nadzora (kuhanje-nevarnost požara, uporaba raznih el. pripomočkov,...)
- Skupno se pogovorimo o njegovih izdatkih, potrebah-prinos stvari iz trgovine, plačevanju računov-trajnik.
- Uredimo pooblastilo in skrbnika in uredimo, da ima pri sebi raje nekaj malega gotovine za ostalo pa se dnevno dogovarjajmo.
- Redno urejanje stanovanja-pogovorimo se in jim pri tem pomagamo, enako velja za pranje perila (v primeru, da ne zmoremo je na voljo pralnica DS, kjer se dogovorimo za dan in ceno, ter količino).
- Redno tedensko kopanje je tudi zelo pomembno, da se ne zanemari osebna higiena-tudi tu je na voljo VZNE, za dogovor glede kopanja v DS, če le tega sami ne zmorete.
- Telefon- če ga še uporablja naj ima pri aparatu izpisane važnejše številke, to naj bo na vidnem mestu.(med te št. sodijo zdravnik, svojci, sosedi, duhovnik,...)
- Zdravila –pripravljamo jih za dan naprej v posebne dozatorje , s tem imamo pregled jemanja, vendar pa je potrebno tudi pregledati,če jih kam ne skriva oz. jih meče v smeti.
- Hrana- zelo je pomembno, da pripravljamo ustrezne obroke, saj osebe z demenco občasno, lahko pa tudi trajno, izgubijo toleranco za količino. Pomembno pa je da imajo tudi urejeno zobovje.

Njegov potek dneva naj bo čimbolj enak dnevu. To pomeni, da njegov vsakdanjik poteka po istem načrtu in približno ob isti uri.

- VSTAJANJE,
- JUTRANJA HIGIENA IN OBLAČENJE,
- ZAJTRK,
- AKTIVNOST, KI JO ŠE ZMORE(npr. krajši sprehod,branje novic,...)
- KOSILO,
- KRAJŠI POČITEK-DO 1. URO,
- POP. MALICA ,
- POP. AKTIVNOST,
- VEČERJA,
- PRIPRAVA NA SPANJE IN SPANJE (če opažamo, da ne potrebujejo veliko spanja ali jih muči nespečnost-uspavala ki pa naj jih dobi po 21. uri).

Potrebno je poudariti, da jih gledanje tv. moti in jih dela nemirne zato naj bo tega čim manj, glasba pa naj bo umirjena in predvsem zvrst, ki jo je v aktivni dobi rad poslušal.

VLASTA ILERŠIČ (SMS na varovanem odd. DS Logatec)