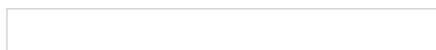


Pomoc osobie z demencją

Data publikacji: 27.01.2024 9:00

Gdy zauważymy wśród swoich bliskich czy znajomych zaniki pamięci, problemy z orientacją w czasie i przestrzeni, zanik umiejętności rozpoznawania rzeczy i osób, trudności w mówieniu, problemy z liczeniem, apatię i wahania nastroju, drażliwość czy lęk może to oznaczać, że u takiej osoby można zdiagnozować demencję. Szacuje się, że w Polsce na demencję choruje około 400 tys. osób, przy czym częstość występowania choroby rośnie wraz z wiekiem.



Fot: ilustracyjne /pixabay.com

Demencja starcza to schorzenie, w którego przebiegu dochodzi do rozmaitych zmian zwyrodnieniowych, degeneracyjnych oraz zanikowych różnych tkanek mózgu. Warto mieć świadomość, że pod pojęciem demencji kryje się tak naprawdę wiele różnych jednostek chorobowych, takich jak: alzheimera, parkinson czy choroba Picka. Różnią się one m.in. rodzajem zmian degeneracyjnych, do których dochodzi w tkankach mózgu, oraz ich umiejscowieniem.

Demencja sprawia, że zanika zdolność do logicznego myślenia i rozpoznawania ciągów przyczynowo skutkowych. Senior przestaje potrafić korzystać z telefonu nie dlatego, że jego oczy lub dłonie są słabsze, ale dlatego, że nie potrafi skojarzyć faktu dzwonięcia z konkretnymi czynnościami. Może zdarzyć się, że wyjdzie ze sklepu, nie płacąc za zakupy, lub pomyli pralkę z lodówką. Bardzo charakterystyczne dla demencji są sytuacje, że pacjent nie wie, jak wrócić do domu, gubi się na prostej drodze. Nie są to problemy wynikające ze zmęczenia czy roztargnienia, ale skutki bardzo poważnych zmian zachodzących w mózgu.

Pierwszym krokiem jest rozmowa z lekarzem Podstawowej Opieki Zdrowotnej, który skieruje seniora na badania laboratoryjne oraz na konsultację u lekarza neurologa. Dzięki temu specjalista może dalej skierować osobę z podejrzeniem demencji na specjalistyczne badania m.in.: EEG i rezonans magnetyczny głowy (MRI). Zmiany w mózgu mogą być efektem nie tylko choroby neurodegeneracyjnej, ale też zażywanych leków, używek czy przebytych wcześniej chorób – na przykład przechorowanej w dzieciństwie odry. Na pracę układu nerwowego ogromny wpływ może mieć również cukrzyca i miażdżyca.

Dobrze przeprowadzony proces diagnostyczny jest punktem wyjścia do dalszej pracy z osobą z demencją i starań o to, by jak najdłużej pozostawała ona sprawna i w miarę swoich możliwości samodzielna. Co ważne – ta praca nie powinna spoczywać tylko na członkach rodziny osoby z demencją. Dobrze jest zadbać o szeroki zakres form wsparcia. Najlepiej też z wyprzedzeniem ustalić z rodziną podział obowiązków.

Wiele osób obawia się m.in. tego, że senior z demencją spowoduje pożar, zostawi odkręcony gaz lub działający piekarnik. Dobrym pomysłem jest wymiana kuchni gazowej na elektryczną z płytą indukcyjną. Tak samo łazienkę i sypialnię można dostosować do potrzeb osoby z demencją, która przecież wiąże się z niepełnosprawnością ruchową. Zmianami, które mogą ułatwić pacjentowi codzienne funkcjonowanie, jest choćby wymiana łóżka na niższe czy wanny na prysznic. Osoby posiadające orzeczenie o niepełnosprawności, które mają trudności w poruszaniu się, mogą otrzymać dofinansowanie do likwidacji barier architektonicznych, o które można starać się w powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie (PCPR).

Bardzo ważnym jest włączanie w życie pacjenta i jego rodziny osób zawodowo zajmujących się wsparciem osób z demencją m.in. opiekuna medycznego, czyli osoby, która pomaga w czynnościach dniach codziennego, ale też udziela wsparcia emocjonalnego. Dobrze przygotowany opiekun medyczny nie tylko odciąży rodzinę, ale też pomoże uniknąć odleżyn czy infekcji. Ważne by dobrze poznał on sytuację osoby, którą będzie wspierał i jej potrzeby, a także by miał możliwość nawiązania z nią więzi. Osoba z demencją wciąż może i powinna być aktywna w miarę swoich możliwości. Bardzo pozytywny wpływ na pracę mózgu ma kontynuowanie lubianych przez daną

osobę aktywności.

Metod opieki nad osobą z demencją jest wiele w zależności na zaawansowanie choroby. Na zakończenie skrót tych najważniejszych:

- istotny jest regularny i powtarzalny rytm dnia. Dzięki temu senior nie jest tak często zagubiony, nie musi uczyć się nowych rzeczy,
- należy wykazać się daleko idącą cierpliwością w przypadku agresywnych czy wręcz szalonych zachowań pacjentów. Bardzo często trzeba będzie odpuścić i poczekać, aby pacjent np. zjadł lub pozwolił się umyć,
- wszelkie działania wokół pacjenta należy wykonywać powoli,
- warto ograniczyć wszelkie hałasy, które mogą przeszkadzać w spokojnej egzystencji,
- podczas demencji chorzy mają tendencję do utraty na wadze, co jest groźne dla ich życia, dlatego istotna jest wysokokaloryczna dieta, podawana w porozumieniu z lekarzem.

Z demencją można bezpiecznie żyć jednak mając takiego pacjenta w swoim otoczeniu powinniśmy mu starać się pomagać w taki sposób aby zarówno jemu jak i nam samym nie zaszkodzić.

AK/mat.pras.