



Особенности общения с людьми с деменцией

Ухаживать за человеком с деменцией очень непросто. Мы поможем вам оставаться чутким и деликатным до самого конца.

Человек с деменцией живет прошлым. Общаясь с ним, важно это понимать и знать его биографию и прежние интересы.

Больной деменцией:

- многого не помнит;
- может не узнавать родных;
- живет в своем мире;
- часто не может выразить свои потребности и рассказать о боли;
- бывает агрессивным и раздражительным.

Беспокойство и раздражение больного могут быть признаками боли, которую он не способен описать словами. Помните, что:

- Деменция — это болезнь. Постарайтесь не стесняться своего близкого.
- Ваша логика здорового человека не поможет понять поведение больного.
- Больной деменцией живет в вымышленном мире. Создайте для этого мира безопасную среду и не пытайтесь вернуть человека к реальности.
- Больной имеет право выражать свои чувства. Дайте ему такую возможность.
- Если вы поместили вашего близкого в специальное учреждение для больных деменцией, это не означает, что вы плохой родственник.

Будьте готовы каждый раз заново устанавливать контакт и доверие, даже если это самый близкий и родной человек.

Можно и нужно

- Задавать простые вопросы, на которые можно ответить «да» или «нет».
- Смотреть человеку в глаза, не теряя контакта.
- Помнить о достоинстве человека: он болеет и многого не понимает.
- Соблюдать привычные ритуалы. Семейные обеды, вечерние прогулки и т. д.
- Давать человеку заниматься какими-то делами (вытирать пыль, переставлять книги). Он будет чувствовать себя занятым и нужным.
- Говорить кратко и понятно: одна мысль = одна фраза.
- Не торопиться с ответом, дайте больному время понять услышанное.
- Всегда исходить из реакции и состояния больного.
- С осторожностью вводить в жизнь больного новое: людей, одежду, мебель, предметы обихода.
- Включать больному музыку и песни из его молодости, показывать любимые фильмы, развесить семейные фотографии.

Нельзя

- Кричать на больного.
- Разговаривать с ним как с ребенком.
- Говорить: «Я же тебе рассказывал(-а)!», «Ты что, забыл(-а)?».
- Привязывать больного к кровати.

Позаботьтесь о себе

- Не обижайтесь на человека с деменцией.
- Не стесняйтесь просить о помощи близких и/или профессионалов.
- Не вините себя.
- Помните, что вам тоже нужен отдых.



Распространенные ситуации

1. Больной не узнает своих родных

Можно и нужно:

- Познакомьтесь: поздоровайтесь и представьтесь.
- Успокойте: говорите мягко, будьте готовы повторять несколько раз.
- Будьте рядом и сохраняйте зрительный контакт.
- Переключите внимание человека на что-то другое (пейзаж за окном, погоду).

Нельзя:

- Не расстраивайтесь, что вас не узнали.
- Не переубеждайте, что вы не мама.
- Не играйте в маму.

2. Навязчивое состояние

Можно и нужно:

- Переключите внимание человека с тревожащей темы на что-то другое (погода, ТВ-передачи).
- Если больной злится, попросите прощения, объясните ситуацию. Так вы расположите к себе человека.
- Спросите о детях. Пусть ваш близкий выскажется. Скорее всего, после этого он(-а) забудет о проблеме. Не ищите в его(ее) поступках логику.

Нельзя:

- Не переубеждайте и не оправдывайтесь. Это может спровоцировать агрессию.
- Ни в коем случае не начинайте искать детей. Это может привести к повышению тревожности и агрессии.

3. Перекладывание вещей с места на место

Можно и нужно:

- Оставьте минимум вещей и позвольте их переключать.
Для вашего близкого это почему-то важно.

Нельзя:

- Не прячьте вещи.
- Не ругайте человека.
- Не обесценивайте его действия.

4. Агрессивное поведение

Можно и нужно:

- Дайте больному высказать свое недовольство.
- Если чувствуете, что не справляетесь, лучше выйдите из комнаты.

Нельзя:

- Не оправдывайтесь.
- Не прерывайте.
- Не отвечайте агрессией на агрессию.

5. Вызывающее поведение (например, больной раздевается)

Можно и нужно:

- Отвлеките, заинтересуйте одеждой.
- Поймите, что больному не стыдно, он(-а) находится в своем мире.
- Если больной демонстрирует сексуальное поведение, подумайте, возможно, вы сегодня иначе выглядите и кого-то напоминаете.
Можно сменить одежду.

Нельзя:

- Не ругайте и не говорите: «Как тебе не стыдно?»
- Не принимайте это поведение на свой счет.

6. Отказ от еды

Можно и нужно:

- Предложите помочь вам с приготовлением пищи. Запах и вид еды поможет вызвать аппетит.
- Предложите поесть вместе, возможно, он(-а) не хочет есть в одиночестве.
- Если у больного регулярные проблемы с аппетитом, проконсультируйтесь с врачом, возможно, проблема не в деменции.

Нельзя:

- Не кормите насильно.

7. Отказ от приема лекарств

Больной не знает, что болеет. Его поведение подобно реакции здорового человека, которому в ресторане официант неожиданно принес таблетки.

Можно и нужно:

- Постарайтесь дать лекарства между делом, например во время обеда.
- Подождите, пока человек выпьет их самостоятельно.
- Можно положить таблетку в ложку с йогуртом, чтобы легче было проглотить лекарство.

Нельзя:

- Не давайте лекарства силой, найдите другой способ.