

Ako lepšie rozumieť človeku s demenciou a rešpektovať ho

NADÁCIA
MEMORY
CENTRUM
MEMORY



Keď sa staráme o človeka s demenciou chceme si byť istí, že sa s ním zaobchádza vždy s rešpektom a dôstojne, ako s osobnosťou, napriek tomu, že má skreslené chápanie reality. Postihnutí demenciou, ktorých mentálne schopnosti sa zhoršujú, sa postupne stávajú zraniteľnejší a potrebujú oporu a povzbudenie. Opatrovatelia by mali urobiť všetko, aby im pomohli udržať si pocit hodnoty človeka.

Pamätajme

Každá osoba s demenciou je jedinečnou individualitou so svojimi vlastnými, často veľmi rôznorodými životnými skúsenosťami, vlastnými potrebami a pocitmi aj vlastnými názormi na to, čo sa jej páči a čo nie. Postihnutie demenciou je rozdielne. Je potrebné počítať so schopnosťami, záujmami a preferenciami týchto pacientov v takom stave, v akom sa javia v súčasnosti. Myslime aj na to, že všetko sa môže prehlbovaním demencie meniť. Opatrovatelia majú byť pripravení reagovať na potreby pacientov pružne a citlivo.

Základné informácie

Čím viac základných informácií vieme poskytnúť o osobe s demenciou, aj o jej súčasnej situácii, o to ľahšie bude inými vnímaná ako osobnosť. Bude sa cítiť istejšie pri nachádzaní témy na rozhovor alebo pri navrhovaní aktivity, z ktorej má radosť.

Opatrovatelia by si mali osvojiť nasledujúce

Demencia nie je nič, za čo sa treba hanbiť, nie je nikoho vinou. Demencia môže spôsobiť, že chorý svojím správaním provokuje okolie, nerobí to však úmyselne. Ľudia s demenciou si často pamätajú minulosť oveľa lepšie ako súčasnosť a sú šťastní, ak môžu spomínať, pokiaľ nie sú spomienky bolestivé.

Správne oslovenie

Naše vnímanie toho kto vlastne sme, je úzko spojené s menom, pod ktorým nás ostatní ľudia poznajú. Je dôležité sa uistiť, že tí, ktorí oslovujú pacienta to robia jemu vyhovujúcim a zrozumiteľným spôsobom. Mnohí ľudia sú šťastní, ak sú oslovovaní krstným menom alebo menom, ktoré používajú ich priatelia a rodina. Iní zasa uprednostňujú oslovenie pán a pani. Opatrovateľ môže pochádzať z kultúrneho prostredia, ktoré má iný spôsob používania mien a oslovovania ľudí. Je potrebné, aby používal vhodné meno alebo zdvorilé oslovenie prijateľné pre pacienta.

Kultúra a náboženstvo

Ubezpečme sa, že každý kto sa stará o osobu s demenciou, hoci len krátko, sa oboznámi s dôležitými detailmi jej vierovyznania, kultúrnych a náboženských zvykov a rešpektuje ich. Môže sa to týkať stravovania, odievania, používania šperkov, ale aj spôsobov vyzliekania, úpravy vlasov, umývania sa alebo toalety. Rôzne formy dotyku, v niektorých kultúrach považované za samozrejmé, sa v iných môžu považovať za neslušné. Tiež je dobré vysvetliť opatrovateľom dôležitosť zachovávaní všetkých sviatkov, modlitieb, slávností a iných tradícií v prostredí pacienta.

Pacient je dospelý človek

S pacientom je dôležité komunikovať vždy ako s dospelým človekom, zdvorilo, zohľadňujúc stupeň demencie. Buďme milí, povzbudzujme ho bez toho, aby sme ho kritizovali a karhali, ako malé dieťa. Nikdy nehovorme „ponad hlavu“ pacienta, akoby tam nebol. Nehovorme o pacientovi pred ním, ak ho nezapojíme do rozhovoru. Nehádajme sa s ním a nekritizujme ho, pretože ho to môže ponižovať. Hľadajme význam toho, čo chce povedať, aj keď sa nám na prvý pohľad zdá, že slová nedávajú zmysel.

Zamerajme sa na schopnosti

Pomôžme pacientovi vyhnúť sa situáciám, v ktorých musí nutne zlyhať. Môže ho to ponižovať. Hľadajme preňho úlohy a činnosti, ktoré zvláda a má z nich radosť. Chváľme a povzbudzujme pacienta. Dovoľme mu robiť veci jeho vlastným tempom. Robme veci spolu s ním a nie za neho, aby si mohol uchovávať istý stupeň nezávislosti. Rozložme úlohy na kroky. Pacient bude mať pocit, že splnil úlohu, aj keď vykonal iba časť. Veľa z nášho rešpektu k sebe samým často závisí od spôsobu náhľadu. Povzbudme pacienta, aby bol hrdý na to, že dobre vyzerá a často ho pochváľme.

Rešpektujme súkromie

Zabezpečme, aby sa rešpektovalo súkromie pacienta. Môžeme napríklad navrhnúť, aby ľudia pred vstupom do izby zaklopali na dvere. Ak pacient potrebuje pomoc pri intímnych aktivitách, ako je napr. umývanie a použitie toalety, robme to citlivo. Presvedčme sa, že toalety sú zatvorené, ak sú nablízku iné osoby.

Ponúkame voľbu

Oboznámme pacienta vždy, ak je to možné, so záležitosťami, ktoré sa ho týkajú. Hoci si nie sme istí koľko toho pacient pochopí, vždy mu vysvetlime čo robíme a prečo. Mal by mať vždy príležitosť primeranej voľby. Priveľa možností ho však môže zmiestiť, preto je vhodnejšie sformulovať jednoduchú otázku, ktorá vyžaduje odpoveď len „áno“ alebo „nie“, napr. „Chcete si dnes obliecť váš modrý pulóver?“

Vyjadrenie citov

Ľudia s demenciou sú často smutní alebo rozrušení. Majú však právo očakávať od opatrovateľov snahu porozumieť im a nájsť si pre nich čas. Mali by sme im poskytnúť podporu a nie ich ignorovať alebo s nimi len žartovať.

Veľmi pomáha, ak sú opatrovatelia pružní a tolerantní, nájdu si čas počúvať pacientov, porozprávajú sa s nimi a prejavia im primeranú spoluúčasť a radosť z ich prítomnosti.