

Bliski z chorobą Alzheimera

Zrozumieć chorobę i żyć z nią na co dzień



PORADNIK DLA OPIEKUNÓW

www.orpea.pl



OBJAWY

Choroba na ogół rozwija się stopniowo, w sposób niemal niezauważalny.

Rodzinę powinny jednak zaniepokoić następujące objawy:

- trudności z zapamiętywaniem nowych informacji (np. nazwisk nowo poznanych osób, ostatnich wydarzeń)
- problemy z wykonywaniem dobrze znanych czynności (np. zamykaniem drzwi na klucz czy przyjmowaniem lekarstw)
- trudności z organizowaniem codziennego życia (m.in. posiłków czy wydatków)
- kłopoty z odnajdywaniem się w czasie i przestrzeni (np. problem ze znalezieniem drogi powrotnej do domu)
- zapominanie ważnych rzeczy, spraw bieżących i dobrze znanych

- kilkukrotne powtarzanie informacji, rozmów, czynności - bez pamiętania o tym, że zostały już wypowiedziane lub wykonane wcześniej
- mylenie osób bliskich, zapominanie ich imion, mylenie osób między pokoleniami (np. męża z synem)
- zmiany zachowania i nastroju (pojawienie się płaczliwości, nerwowości, niestabilności emocjonalnej)

Powodem do niepokoju powinno być przede wszystkim nie zdawanie sobie sprawy z tych trudności przez samego podopiecznego oraz utrata chęci do życia, zainteresowania otaczającym światem, relacjami społecznymi, rodziną.

KAŻDA Z TYCH TRUDNOŚCI, JEŚLI WYSTĘPUJE POJEDYNCZO, NIE BUDZI NIEPOKOJU. DOPIERO GDY ZACZYNAJĄ SIĘ ONE POWTARZAĆ I KUMULOWAĆ, POWINNY OBUDZIĆ CZUJNOŚĆ I PROWADZIĆ DO KONSULTACJI Z LEKARZEM.

ZROZUMIEĆ CHOROBE



Choroba Alzheimera jest jedną z najczęściej występujących chorób neurodegeneracyjnych, powodujących zaburzenia pamięci oraz stopniowe uszkodzenie funkcji wyższych: języka, gestykulacji, rozpoznawania, uwagi, koncentracji.

Początkowo chory zapomina niedawne zdarzenia, znane nazwiska.

Stopniowo traci pojęcie czasu i przeszreni. Bliska przeszłość zanika; wyląnia się przeszłość - chory na nowo przeżywa dzieciństwo i myli je z rzeczywistością; często dochodzi do pomieszania chronologii jego własnego życia na osi czasu. Pojawia się też tendencja do odwrócenia rytmu dzień/noc.

Następnie pojawiają się trudności w organizacji życia codziennego, chory zaczyna się błąkać, pojawia się ryzyko, że spowoduje niebezpieczne dla siebie i otoczenia zdarzenie w domu.

W miarę upływu czasu ma coraz większą trudność z wydawaniem

opinii i podejmowaniem decyzji, co może prowadzić do niebezpiecznych zachowań (zwłaszcza w zakresie zarządzania wydatkami). Krąg jego zainteresowań kurczy się.

Zachowanie ulega zmianie, ujawniają się niespotykane wcześniej postawy, w tym agresja wywołana niezrozumieniem przez chorego własnych ograniczeń, a także niewiedzą bliskich, jak się wtedy zachować. Często towarzyszy temu depresja, pogarszając tym samym objawy.

Choroba rozwija się etapami. Gdy chory znajdzie się w sytuacji dla siebie nieoczekiwanej, może dojść do zaostrzenia choroby.

**NASI SPECJALIŚCI SĄ W KAŻDEJ CHWILI GOTOWI CIĘ WYSŁUCHAĆ,
ABY POKIEROWAĆ DALSZYM POSTĘPOWANIEM.**



CO ROBIĆ?

Wcześnie postawiona diagnoza i zapewnienie zorganizowanej opieki już w początkowej fazie choroby umożliwiają spowolnienie utraty samodzielności. Na każdym etapie choroby możesz skorzystać z pomocy specjalistów.

Przede wszystkim konsultacja

Twoim podstawowym partnerem do rozmowy jest lekarz: aby postawić diagnozę, lekarz musi przeprowadzić wywiad kliniczny i różne badania. Chodzi o to, by wykluczyć inne problemy czy schorzenia, które mogą mieć podobne

objawy (brak witamin, zaburzone funkcjonowanie tarczycy czy udar mózgu).

Licencjonowane ośrodki konsultacji pamięci - takie jak Klinika Pamięci funkcjonująca przy Domu opieki Rezydencja Na Dyrekcyjnej we Wrocławiu - przyjmują chorych i ich rodziny na każdym etapie choroby, bezpośrednio lub na zalecenie lekarza. Po przeprowadzeniu wszystkich niezbędnych badań proponowany jest odpowiedni plan profilaktyki, leczenia i opieki uzgodniony z lekarzem prowadzącym.

KILKA RAD DLA OPIEKUNÓW

- Zaakceptuj to, że żyjesz z dnia na dzień i z godziny na godzinę, bez przymusu i narzuconego rytmu. Dzięki temu codzienność będzie mniej wyczerpująca.
- Pamiętaj, aby skupiać się na tym, co chory robi prawidłowo. Nie koncentruj się na tym, czego już robić nie potrafi.
- Staraj się mieć wokół siebie jak najwięcej bliskich osób i przyjaciół oraz zapewnij sobie chwile odpoczynku.

ŻYCIE Z CHOROBYĄ ALZHEIMERA

Życie nie kończy się na diagnozie. Trzeba znaleźć nowe sposoby organizowania codziennego życia i komunikowania się.

Ergonomia organizacji życia: przewidywanie zagrożeń w życiu codziennym

- Chronić wartościowe przedmioty, chować w bezpieczne miejsca pieniądze i cenną biżuterię
- Usuwać niebezpieczne przedmioty
- Zorganizować przestrzeń w taki sposób, by można było się w niej poruszać płynnie, zgodnie z logiką i bez przeszkód (ułatwi to bierne orientowanie się w takiej przestrzeni)
- Zapewnić oświetlenie tych stref, których chory priorytetowo potrzebuje (np. toalety), zarówno w dzień, jak i w nocy
- Wyodrębnić miejsce, w którym można zachowywać się w sposób instynktowny, zgodnie z własnym upodobaniem

Organizowanie systematycznych działań i czynności

- Codzienne uprawianie ćwiczeń fizycznych pozwalających na jak najdłuższe utrzymanie samodzielności
- Wychodzenie na zewnątrz i korzystanie w jak największym stopniu ze światła dziennego, aby wspierać prawidłowe orientowanie się w czasie
- Dalsze włączanie chorego w codzienne czynności bez wyręczania we wszystkim (postawa infantylizująca), nawet jeżeli zaburzenia pamięci uniemożliwiają mu dokończenie czynności
- Regularne ćwiczenia funkcji poznawczych, które mogą spowolnić postępującą chorobę i jak najdłużej utrzymać pozostałe funkcje



CENTRUM ALZHEIMERA

Domy opieki ORPEA Polska na Mazowszu, Śląsku i Dolnym Śląsku oferują rozwiązania polegające na zapewnieniu całodobowej, zindywidualizowanej opieki i terapii nefarmakologicznej

- Rezydencja DZIELNA (Warszawa)
- Rezydencja ANTONINA (Piaseczno)
- Rezydencja HONORATA (Chorzów)
- Rezydencja Na Dyrekcyjnej (Wrocław)
- Rezydencja Święta Jadwiga (Wrocław)

Rezydencja DZIELNA

+48 22 150 15 26

www.rezydencja-dzielna.pl

Rezydencja ANTONINA

+48 22 150 15 48

www.rezydencja-antonina.pl

Rezydencja HONORATA

+48 22 150 15 39

www.rezydencja-honorata.pl

Rezydencja Na Dyrekcyjnej

+48 71 880 90 72

www.rezydencja-dyrekcyjna.pl

Rezydencja Święta Jadwiga

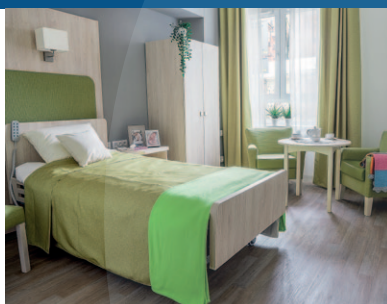
+48 71 880 91 19

www.rezydencja-jadwiga.pl



CENTRUM ALZHEIMERA

- Pobyt w dedykowanej przestrzeni zapewniającej komfort i bezpieczeństwo mieszkańców
- Całodobowa opieka profesjonalnego zespołu, szkolonego w zakresie opieki nad osobami z chorobą Alzheimera
- Organizacja życia w sposób zapewniający aktywizację poprzez udział w czynnościach dnia codziennego (np. posiłki terapeutyczne czy zajęcia w ogrodzie)
- Specjalny program wsparcia terapeutycznego budujący poczucie bezpieczeństwa poprzez różne formy zajęć - np. ćwiczenie funkcji poznawczych, terapia ręki, terapia doświadczania świata (Snoezelen)



TERAPIA NIEFARMAKOLOGICZNA



W naszych Centrach Alzheimer'a stosujemy różne formy terapii, w tym terapię niefarmakologiczną, czyli niewykorzystującą leków (np. aromaterapia, zooterapia, hortiterapia czyli ogrodnictwo, prace manualne).

Wybierając rodzaj aktywności, nic nie narzucamy. Opieramy się na wcześniejszej analizie problemów behawioralnych oraz wybieramy taką formę terapii, która nawiązuje do przeszłości, preferencji i umiejętności mieszkańca. Podczas zajęć obserwujemy reakcje, oceniamy czy dana czynność jest zgodna z możliwościami rezydenta i czy wpływa pozytywnie na samopoczucie.

KORZYŚCI

- poprawa lub niwelowanie objawów psychiatrycznych obserwowanych w otępieniu
- pobudzenie prawidłowych zachowań społecznych
- poprawa pamięci i samopoczucia
- redukcja lęku
- zbudowanie atmosfery akceptacji
- redukcja zachowań destrukcyjnych
- pozytywny wpływ na wyciszenie agresji

PRZYKŁADY

Terapia walidacyjna

Nieformalna rozmowa, pogawędka skoncentrowana na mieszkańcu, podczas której terapeuta wykazuje empatyczną postawę, aktywnie słucha bez oceniania i konfrontacji, okazuje zainteresowanie i akceptuje emocje podopiecznego.

Terapia reminescencyjna

Odwotywanie się do przeżyć i doświadczeń z przeszłości np. przez stare fotografie, używane dawniej przedmioty, muzykę, filmy czy ważne wydarzenia z dawnych lat. W naszych Domach funkcjonują doskonale do tej formy terapii pokoje wspomnień.

Snoezelen

Stymulacja wielozmysłowa i relaksacja w sali doświadczania świata, której celem jest aktywizacja węchu, wzroku, dotyku oraz słuchu, ale również odprężenie, wyciszenie i nawiązywanie oraz podtrzymywanie pozytywnego kontaktu z prowadzącym.

