

Резюме на видеото „нощни разходки“

Ситуация:

Семейната двойка Кристине (83) и Фриц (86) живеят у дома си... В този епизод г-н Фриц често е много объркан. Има тежка деменция.

Съдържание на клипа:

Зазоряване: Г-н Фриц излиза от стая; сигурно пак е събудил жена си (няколко пъти вече е излизал). Тя веднага извиква: „Къде отиваш пак?“, той измърморва нещо неразбираемо. Тя „...ти все пак беше до тоалетната преди няколко минути...“ и също „върни се в леглото, посред нощ е...“

Анализ:

Г-н Фриц отново става през нощта. Изглежда неясно къде иска да отиде или какво иска. Самият той едва ли знае. На този етап (обикновено стадий 6) денят и нощта често се бъркат. Г-жа Кристине е разстроена, отново са я събудили. Гневът ѝ е разбираем. Но г-н Фриц не знае по-добре. Разбира се, неприветливият тон на гласа на г-жа Кристине също е стресиращ за него. Защо се кара? Какво сгреших?

Отражение:

За г-жа Кристине това време е много натоварващо. Тук тя трябва да вземе помощ. 24-часовото обслужване би било полезно, евентуално може други роднини да помагат ежедневно, за да могат да се разделят „нощните смени“. В зависимост от това как се държат засегнатите през нощта би било важно някой да види какво правят обърканите хора. Този период на нощно разхождане понякога продължава повече от 2 години. Чрез критиката върху него се увеличава и неговият стрес и неговият сън по-скоро се влошава.

Опитвайте се да изясните какви са причините за това:

Ходене до тоалетната? Все още ли е възможно да правят това сами - или е необходима помощ?

Лицето търси ли нещо за ядене? (Пригответе малка закуска, ако е необходимо)

Дали лицето просто вярва, че вече е ден? (Структура ден/нощ!)

Безсъние, страх, безпокойство? (изяснете с лекар)

Важно по това време:

Общуването с разбиране помага, доверие! **Не** постоянна критика за грешки! Погрижете се за **добра структура ден/нощ; хранене във фиксирани часове;**

През деня се погрижете за ярка светлина (дори в облачни дни!); евентуално използвайте лампи за дневна светлина (полезно при зимна депресия). Тъмнина през нощта.

През деня не трябва да се оставят нощни дрехи, нито дневни дрехи да се виждат през нощта.

Достатъчно **дейности** през деня, **разходки** (умората е важна) - но БЕЗ да се претоварват; пропуснете следобедния сън, ако е възможно;

Разни други **занимания през деня** (вижте и нашето видео „Психосоциални интервенции“ и „Трениране при деменция“ - 5 видеоклипа)

Нито успокоителни, нито сънотворни без лекар!!! Може също да бъде контрапродуктивно (взаимодействия и т.н.)

Уточнете с лекаря дали има смисъл от лекарства, защото добрият спокоен сън би бил полезен за всички засегнати.

Внимание! Някои домашни помощници вземат лекарства от собствената си страна и ги дават на своите клиенти, ако са твърде неспокойни. Моля, НЕ правете това при никакви обстоятелства дори ако колегите твърдят, че им помага. Категорично е забранено! Вие вредите на цялата си професия!

Обучение:

Нощното разхождане е често срещано, обикновено в по-късните етапи.

Осигурете занимания, дейности, без следобеден сън, ясна структура ден/нощ, лекарства САМО след консултация с лекар.

Препоръчителна литература:

Вижте и нашето видео „Стадии на Алцхаймер“

Вижте и нашето видео „Психосоциални интервенции“

Вижте и нашето видео „Трениране при деменция“ - 5 видеоклипа)