

Sažetak uz video „noćno šetanje”

Situacija:

Bračni par Christine (83) i Fritz (86) žive kod kuće... U ovoj epizodi je gospodin Fritz često vrlo konfuzan. Ima teški oblik demencije.

Sadržaj snimka:

U ranu zoru: Gospodin Fritz izlazi iz sobe; sigurno je opet probudio ženu (već je više puta bio vani). Ona odmah viče: „Gdje ćeš sad ponovno?”, on mrmlja nešto nerazumljivo. Ona „... ionako si bio na WC-u prije par minuta...” i dalje „vrati se u krevet, mrkla je noć...”

Analiza:

Gospodin Fritz ponovno ustaje noću iz kreveta. Izgleda nejasno gdje se zaputio i što želi. Vjerojatno ni sam ne zna. U ovoj fazi (obično faza 6), dan i noć su često pobrkani. Gospođa Christine je uzrujana, opet ju je probudio. Njena uzrujanost je razumljiva. Ali gospodin Fritz ne može drugačije. Neprijatni ton gospođe Christine ga naravno opterećuje. Zašto ga grdi? Što je pogrešno uradio?

Razmišljanja:

Za gospođu Christinu su ova vremena vrlo opterećujuća. Trebala bi potražiti pomoć. Imala bi smisla 24-satna skrb, možda bi i druga rodbina mogla pomoći svakodnevno pa da se „noćne smjene” raspodijele. Ovisno o tome kako se pogođeni ponašaju tijekom noći, bilo bi važno da netko vidi što konfuzni ljudi rade.

Ovo razdoblje noćnog lutanja ponekad traje više od 2 godine. Kritike na njegov račun također povećavaju njegov stres i njegov san se pogoršava.

Pokušajte razjasniti što su uzroci:

Odlazak u toalet? Može li samostalno ili mu je potrebna pomoć?

Traži li nešto za pojesti? (eventualno pripremiti užinu)

Vjeruje li da je već svanulo? (dnevna/noćna struktura!)

Nesanica, strah, nemir? (razjasniti s liječnikom)

Važno u ovom razdoblju:

Ophođenje s razumijevanjem, povjerenje! Ne kritizirati stalno pogreške! Osigurajte dobru strukturu dan/noć; obroci u određeno vrijeme;

Osigurajte jarko svjetlo tijekom dana (čak i za oblačnih dana!); eventualno koristiti dnevne svjetiljke (korisne za zimsku depresiju). Noću mrak.

Noćna odjeća ne smije biti ostavljena uokolo tijekom dana, dnevna odjeća ne smije biti vidljiva noću.

Dovoljno **aktivnosti** tijekom dana, **šetnje** (važan je umor) - ali **BEZ** preopterećenja; preskočiti drijemanje ako je moguće;

Razne druge **aktivnosti** **tijekom dana** (pogledajte i naš video „Psihosocijalne intervencije” i „Trening za demenciju” - 5 videa)

Ne davati sedative niti tablete za spavanje bez liječnika!!! Moglo bi biti kontraproduktivno (interakcije, itd.)

Razjasnite s liječnikom ima li lijek smisla jer bi dobar i miran san svima pomogao.

Pozor! Neki njegovatelji uzimaju lijekove iz svoje zemlje i daju ih svojim klijentima ako su previše nemirni. Molimo vas da to **NE** činite ni pod kojim okolnostima, čak i ako kolege tvrde da im to pomaže. Strogo je zabranjeno! Time štetite cijeloj svojoj profesiji!

Uvidi:

Noćno lutanje je uobičajeno, obično u kasnijim fazama.

Osigurajte aktivnosti, bez drijemanja, jasnu strukturu dan/noć, lijekove **SAMO** nakon konzultacije s liječnikom.

Preporuka literature:

Pogledati i naš video „Stadiji Alzheimerera”

Pogledati i naš video „Psihosocijalne intervencije”

Pogledati i naš video „Trening za demenciju...” 5 videa