

## Podsumowanie filmu „Nocne chodzenie”

### Sytuacja

Małżeństwo Christine (83 l.) i Fritz (86 l.) mieszkają w domu. **W tym odcinku** pan Fritz jest przez większość czasu bardzo **zdezorientowany**. Ma ciężką demencję.

### Treść filmu

O świcie pan Fritz wychodzi z pokoju; mógł znowu obudzić tym żonę (kilka razy był już na zewnątrz). I faktycznie żona zaraz woła: „Dokąd znowu idziesz?”; on mamrocze coś niezrozumiałego. Pani Christine odpowiada: „Przecież byłeś kilka minut temu w toalecie... wracaj do łóżka, jest środek nocy...”

### Analiza

Pan Fritz znowu wstaje w nocy. Wydaje się niejasne, gdzie chce iść i czego chce. Sam raczej też tego nie wie. W tym stadium (zwykle stadium 6) dzień i noc często się mylą. Pani Christine jest zdenerwowana, że znów ją obudził. Jej zdenerwowanie jest zrozumiałe. Ale pan Fritz nie rozumie sytuacji. Oczywiście nieprzyjazny ton głosu pani Christine jest również dla niego stresujący. Dlaczego ona narzeka? Co zrobił źle?

### Refleksja

Dla **pani Christine ten czas** jest bardzo **uciążliwy**. Powinna zapewnić sobie **pomoc**. **Całodobowa opieka** byłaby dobrym rozwiązaniem. Ewentualnie **inni członkowie rodziny** mogliby pomagać w ciągu dnia, aby można było podzielić „nocne dyżury”. W zależności od tego, jak chore osoby zachowują się w nocy, ważne jest, aby ktoś sprawdzał, co te zdezorientowane osoby robią. Czas nocnego chodzenia trwa już od dwóch lat. Wskutek **krytyki narasta** w nim **stres**, a **sen** raczej się **pogarsza**.

Spróbuj **wyjaśnić**, jakie są tego **przyczyny**.

Pójście do toalety? Czy chory jest w stanie zrobić to samodzielnie, czy potrzebuje pomocy?

Czy osoba szuka czegoś do jedzenia? (ewentualnie przygotować małą przekąskę)

Czy osoba po prostu myśli, że już jest dzień? (struktura dnia i nocy)

Bezsenna noc, strach, niepokój? (wyjaśnić z lekarzem)

**Ważne w tym czasie jest, aby:**

**postępować ze zrozumieniem** i okazywać zaufanie; **nie krytykować** stale za błędy. Zapewnić prawidłową **strukturę dnia i nocy**; **posiłki o stałych porach**;

**W ciągu dnia zapewnić jasne światło** (również w pochmurne dni); ew. używać lamp światła dziennego (korzystne w przypadku zimowej depresji). W nocy ciemno.

W dzień nie powinny poniewierać się widoczne nocne ubrania, a w nocy dzieńne.

W ciągu dnia odpowiednia **aktywność**, **spacery** (ważne jest zmęczenie) - ale **BEZ** przemęczenia; w miarę możliwości nie spać w południe

Różne inne **zajęcia w ciągu dnia** (patrz też nasze filmy „Interwencje psychospołeczne” i „Szkolenie w przypadku demencji” - 5 filmów).

**Bez lekarza nie stosować środków uspokajających ani tabletek nasennych.** Efekt mogłyby również być przeciwny do zamierzonego (wzajemne oddziaływania itp.).

-Ustalić z lekarzem, czy leki są wskazane, ponieważ dobry, spokojny sen będzie pomocny dla wszystkich zainteresowanych osób.

Uwaga! Niektórzy opiekunowie przywożą leki ze swojego kraju i podają je swoim klientom, jeśli są zbyt niespokojni. W żadnym wypadku **NIE** wolno tego robić, nawet jeśli inni pracownicy twierdzą, że to pomaga. Jest to surowo zabronione i szkodzi całemu środowisku zawodowemu.

## **Zdobyta wiedza**

Nocne chodzenie zdarza się często, zwykle w późniejszych stadiach.

Zapewnić aktywności, bez spania w południe, ustalić wyraźną strukturę dnia i nocy. Leki podawać **TYLKO** po konsultacji z lekarzem.

## **Polecana bibliografia**

Patrz też nasz film „Stadia Alzheimerera”

Patrz też nasz film „Interwencje psychospołeczne”

Patrz też nasz film „Szkolenie w przypadku demencji” - 5 filmów