

Zhrnutie obsahu videa „nočné blúdenie“

Situácia:

Manželský pár Christine (83) a Fritz (86) žijúci doma. **V tejto epizóde** je pán Fritz väčšinou veľmi **zmätený**. Trpí ťažkou demenciou.

Obsah klipu:

Za svitania: Pán Fritz vychádza z izby; musel pritom opäť zobudiť svoju ženu (už bol niekoľkokrát vonku). Okamžite naňho zavola: „Kam zase ideš?“ on niečo nezrozumiteľne zamrmle. Ona na to: „... ved' si bol na záchode pred pár minútami...“ a pokračuje: „Vráť sa do postele, ešte je hlboká noc...“

Analýza:

Pán Fritz v noci opäť vstane. Zdá sa, že nie je jasné, kam ide alebo čo chce. Nevie to ani on sám. V tomto štádiu (zvyčajne 6. štádium) často dochádza k zámene dňa a noci. Pani Christine je nahnevaná, že ju opäť zobudil. Jej hnev je pochopiteľný. Ale pán Fritz to nevie lepšie. Nepriateľský tón pani Christiny naňho, samozrejme, pôsobí ťaživo a stresujúco. Prečo nadáva? Čo urobil zle?

Zamyslenie:

Toto obdobie je pre **pani Christinu** veľmi **náročné**. Mala by si zaobstarat' nejakú **pomoc**. Zmysluplná by bola **24-hodinová opatrovateľská starostlivosť**, prípadne by mohli denne pomáhať **d'alší príbuzní**, aby si medzi sebou mohli podeliť „nočnú službu“. Podľa toho, ako sa zmätené osoby v noci správajú, by bolo dôležité, aby niekto sledoval, čo robia.

Toto obdobie nočného blúdenia niekedy trvá aj viac ako 2 roky. Tým, že ho **kritizujú**, sa **zvyšuje** úroveň jeho **stresu** a jeho **spánok** sa ešte **zhoršuje**.

Pokúste sa **zistiť**, aké sú **príčiny**:

Chodí na toaletu? Zvláda to ešte samostatne alebo potrebuje pomoc?

Hľadá si niečo na jedenie? (prípadne pripravte malé občerstvenie)

Myslí si daná osoba, že už je deň? (pevný režim deň/noc!)

Nespavosť, strach, nepokoj? (konzultujte s lekárom)

Dôležité počas tohto obdobia:

Užitočné je **zaobchádzanie s pochopením, dôverou! Nekritizujte** neustále za chyby! Zabezpečte **dobry režim dňa a noci; jedlá v pevne stanovených časoch;**

Zabezpečte **jasné svetlo počas dňa** (aj počas zamračených dní!); prípadne používajte lampy s denným svetlom (pomáhajú pri zimnej depresii). Tma v noci.

Nenechávajte cez deň na očiach nočnú bielizeň a v noci oblečenie, ktoré sa nosí cez deň.

Dostatok **aktivít počas dňa, prechádzky** (dôležitá je únava) - ale **BEZ** preťažovania; ak je to možné, vynechajte popoludňajší spánok;

Rôzne ďalšie **činnosti počas dňa** (pozrite si aj naše videá „Psychosociálne intervencie“ a „Školenie o demencii“ - 5 videí).

Nepodávajte sedatíva, ani lieky na spanie bez odporúčania lekára!!! Mohlo by to byť aj kontraproduktívne (interakcie atď.).

Konzultujte s lekárom, či by nebolo vhodné nasadiť lieky, keďže dobrý, pokojný spánok by pomohol všetkým zúčastneným.

Pozor! Niektorí opatrovatelia si prinášajú lieky z vlastnej krajiny a podávajú ich svojim klientom, ak sú príliš nepokojní. Prosím, **NIKDY** to nerobte, aj keď kolegovia tvrdia, že im to pomáha. Je to prísne zakázané! Poškodzujete tým meno celej svojej profesie!

Ponaučenia:

Nočné blúdenie je bežné, a to väčšinou v neskorších štádiách ochorenia.

Pripravte činnosti, aktivity, žiadny popoludňajší spánok, jasný režim deň/noc, lieky **LEN** po konzultácii s lekárom.

Odporúčaná literatúra:

Pozrite si aj naše video „Štádiá Alzheimerovej choroby“

Pozrite si aj naše video „Psychosociálne intervencie“

Pozrite si aj naše video „Školenie o demencii...“ - 5 videí