

Az „Éjjeli bókászás” videó összefoglalása

Szituáció:

Christine (83) és Fritz (86) házaspár, otthon élnek. **Ebben a részben** Fritz úr többnyire nagyon **zavart**. Súlyos demenciában szenved.

A videoklip tartalma:

Hajnali pirkadat: Fritz úr kijön a szobából; lehet, hogy közben újra felébresztette a feleségét (már többször is kiment). Az asszony rögtön utána is szól: „Hová mész már megint?”, férje pedig közben érthetetlenül motyog. A feleség: „... de hát pár perce is a vécén voltál...”, majd folytatja: „gyere vissza az ágyba, éjszaka közepe van...”

Elemzés:

Fritz úr ismét felkel az éjszaka közepén. Nem tűnik egyértelműnek, hogy hová indult, vagy mit akar. Valószínűleg ő maga sem tudja. Ebben a szakaszban (általában a 6. szakasz) gyakran összekeverik a nappalt és az éjszakát. Christine asszony mérges, mert már megint felébresztették. Érthető, hogy dühös. Fritz úr sem tudja jobban, mi történik. Christine asszony barátságtalan hangneme persze számára is megterhelő. Miért szidja őt? Mit csinált rosszul?

Reflexió:

Ez az időszak nagyon megterhelő Christine asszony számára. Segítség kellene neki. Egy **24 órás gondozó** nagy hasznára lenne, esetleg **más hozzátartozók** is besegíthetnének egy-egy napot, hogy felosszák az „éjjeli műszakot”. Attól függően, hogy a zavart személy **hogyan viselkedik éjszaka**, fontos lenne, hogy valaki ránézzen, mit csinál.

Ez az éjszakai bolyongás időszaka olykor több mint 2 évig is eltart. Azzal, hogy **kritizáljuk**, az ő **stressz-szintje is növekszik**, és egyre **rosszabbul alszik**.

Próbálja meg **kideríteni**, hogy mi az **oka**:

WC-re megy? Képes még ezt önállóan megtenni - vagy segítségre van szüksége?

Az illető valami enniivalót keres? (Esetleg készítsen egy kis harapnivalót)

Az illető egyszerűen azt hiszi, hogy már nappal van? (nappali/éjjeli rutin!)

Álmatlanság, szorongás, nyugtalanság? (egyeztessen az orvossal)

Fontos ebben az időszakban:

Segít a **megértő hozzáállás**, a **bizalom!** **Ne kritizálja** állandóan a hibák miatt! Gondoskodjon a **jó nappali/éjjeli rutinról**; az **étkezések fix időpontban történjenek**;

Napközben biztosítson fényt és világosságot (a borús napokon is!); esetleg használjon nappali lámpákat (jók a téli depresszió ellen). Éjjelre sötétítsen be.

Éjjeli ruhadarabokat ne hagyjon napközben elöl, nappali ruhák ne legyenek szem előtt éjszaka.

Elegendő **tevékenység** napközben, **séták** (fontos, hogy elfáradjon) - de NE terhelje túl; ha lehet, hagyjuk el az ebéd utáni szunyókálást;

Különböző egyéb **tevékenységek napközben** (lásd még a „Pszichoszociális beavatkozások” és az 5 részes „Tréning demencia esetén” című videóinkat)

Se nyugtatót, se altatót ne alkalmazzon az orvos jóváhagyása nélkül!!! Kontraproduktív is lehet (kölcsonhatások stb.)

Egyeztesse az orvossal, hogy szükséges-e a gyógyszeres kezelés, hiszen a jó, nyugodt éjszakai alvás minden érintett számára hasznos lenne.

Figyelem! Egyes gondozók saját országukból hoznak gyógyszert, és beadják azt a kliensüknek, ha túl nyugtalanok. Kérjük, **SEMMIKÉPP** ne tegye ezt, még akkor sem, ha a kollégák azt állítják, hogy ez segít nekik. Ez szigorúan tilos! Ezzel az egész szakmának ártanak!

Tanulságok:

Az éjszakai bolyongás gyakori, főleg a későbbi stádiumokban.

Elfoglaltságok, tevékenységek biztosítása, ebéd utáni szundikálás kihagyása, követhető nappali/éjjeli rutin, gyógyszerek CSAK az orvossal való egyeztetés után.

Továbbvezető anyagok:

Lásd még az „Alzheimer-kór stádiumai” című videónkat

Lásd még a „Pszichoszociális beavatkozások” című videónkat

Lásd még a „Demencia-tréning...” videóinkat - 5 rész