



Будьте готовы каждый раз заново устанавливать контакт и доверительные отношения, даже если деменцией страдает самый близкий, родной человек.

Можно и нужно

-  Задавать простые вопросы, на которые можно ответить «да» или «нет».
-  Смотреть человеку в глаза, не теряя контакта.
-  Помнить о достоинстве человека: он болеет и многого не понимает.
-  Соблюдать привычные ритуалы – устраивать семейные обеды, вечерние прогулки и т. д.
-  Давать человеку какое-то дело (вытирать пыль, переставлять книги) – он будет чувствовать себя занятым и нужным.
-  **1=1** Говорить кратко и понятно: одна мысль = одна фраза.
-  Не торопиться с ответом, дайте больному время понять услышанное.
-  Всегда исходить из реакции и состояния больного.
-  С осторожностью вводить в жизнь больного новое – одежду, мебель, предметы обихода, быть осмотрительным, знакомя больному с людьми.
-  Включать больному музыку и песни из его молодости, показывать любимые фильмы, развесить семейные фотографии.

Нельзя

-  Кричать на больного.
-  Разговаривать как с ребенком.
-  Говорить: «Я же тебе рассказывал(а)!\», «Ты что, забыл(а)?».
-  Привязывать больного к кровати.

Позаботьтесь о себе

- 1** Не обижайтесь на человека с деменцией.
- 2** Не стесняйтесь просить о помощи близких и/или профессионалов.
- 3** Не вините себя.
- 4** Помните, что вам тоже нужен отдых.

! Поступайте с больным человеком так, как хотите, чтобы поступали с вами.

Научный консультант:
Л. Андреев, в.ф. «Старость в радость», РУДН.

Особенности общения с людьми с деменцией

Ухаживать за человеком с деменцией очень непросто. Мы поможем вам оставаться чутким и деликатным до самого конца.

Человек с деменцией живет прошлым.

Общаясь с ним, важно это понимать и знать его биографию и прежние интересы.



Больной деменцией

- много не помнит;
- может не узнавать родных;
- живет в своем мире;
- часто не может выразить свои потребности и рассказать о боли;
- бывает агрессивным и раздражительным.

i Беспокойство и раздражение больного могут быть признаками боли, которую он не способен описать словами.

- 1** Деменция — это болезнь; постарайтесь не стесняться своего близкого.
- 2** Ваша логика здорового человека не поможет понять поведение больного.
- 3** Больной деменцией живет в вымышленном мире, создайте для этого мира безопасную среду и не пытайтесь вернуть его к реальности.
- 4** Дайте человеку возможность выразить свои чувства.
- 5** Если вы поместили вашего близкого в специальное учреждение для больных деменцией, это не означает, что вы плохой родственник.



Министерство здравоохранения Калининградской области
ГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Калининградской области»



Распространенные ситуации

1 Больной не узнает своих родных



- ✓ Познакомьтесь: поздоровайтесь и представьтесь.
- ✓ Успокойте: говорите мягко, будьте готовы повторять несколько раз.
- ✓ Будьте рядом и сохраняйте зрительный контакт.
- ✓ Переключите внимание человека на что-то другое (пейзаж за окном, погоду).
- ✗ Не расстраивайтесь, что вас не узнали.
- ✗ Не переубеждайте, что вы не мама.
- ✗ Не играйте в маму.

2 Навязчивое состояние



- ✓ Переключите внимание человека с тревожащей темы на что-то другое (погода, ТВ-передачи).
- ✗ Не переубеждайте и не оправдывайтесь. Это может спровоцировать агрессию.
- ✓ Если больной злится, попросите прощения, объясните ситуацию. Так вы расположите к себе человека.
- ✓ Спросите о детях. Пусть ваш близкий выскажется. Скорее всего, после этого он(а) забудет о проблеме. Не ищите в его (ее) поступках логику.
- ✗ Ни в коем случае не начинайте искать детей! Это может привести к повышению тревожности и агрессии.

3 Перекладывание вещей с места на место



- ✓ Оставьте минимум вещей и позволяйте их переключать. Для вашего близкого это почему-то важно.
- ✗ Не прячьте вещи.
- ✗ Не ругайте человека.
- ✗ Не обесценивайте его действия.

Распространенные ситуации

4 Агрессивное поведение



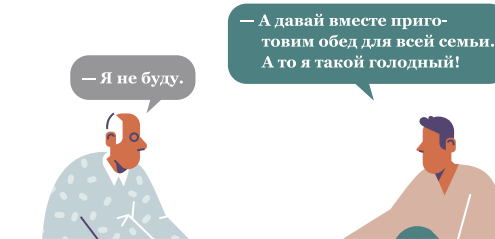
- ✓ Дайте больному высказать свое недовольство.
- ✓ Если чувствуете, что не справляетесь, лучше выйдите из комнаты.
- ✗ Не оправдывайтесь.
- ✗ Извинитесь.
- ✗ Не прерывайте.
- ✗ Не отвечайте агрессией на агрессию.

5 Вызывающее поведение (например, больной раздевается)



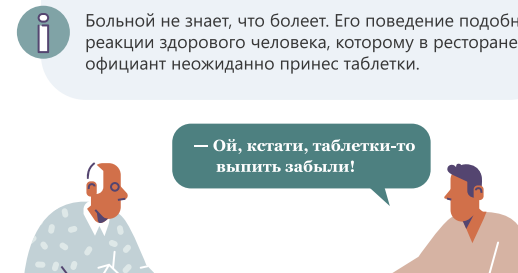
- ✓ Отвлеките, заинтересуйте одеждой.
- ✓ Поймите, что больному не стыдно, он(а) находится в своем мире.
- ✓ Если больной демонстрирует сексуальное поведение, подумайте, возможно, вы сегодня иначе выглядите и кого-то напоминаете. Можно сменить одежду.
- ✗ Не ругайте и не говорите: «Как тебе не стыдно?»
- ✗ Не принимайте это поведение на свой счет.

6 Отказ от еды



- ✓ Предложите помочь вам с приготовлением пищи. Запах и вид еды поможет вызвать аппетит.
- ✓ Предложите поесть вместе, возможно, он(а) не хочет есть в одиночестве.
- ✓ Если у больного регулярные проблемы с аппетитом, проконсультируйтесь с врачом, возможно, проблема не в деменции.
- ✗ Не кормите насильно.

7 Отказ от приема лекарств



- ✓ Постарайтесь дать лекарства между делом, например, во время обеда.
- ✓ Подождите, пока человек выпьет их самостоятельно.
- ✓ Можно положить таблетку в ложку с йогуртом, чтобы легче было проглотить лекарство.
- ✗ Не давайте лекарства силой, найдите другой способ.