



РЕКОМЕНДАЦИИ

Как ухаживать за людьми,
страдающими болезнью
Альцгеймера

КЦСОН города Сарепула , 2020
год.

Уход в домашних условиях

Существует целый ряд правил, как вести себя с больным и что делать, чтобы помочь близкому самостоятельно дома. Ниже более детально рассказано о правилах поведениях и наблюдения.

Обеспечиваем безопасные условия

Проблемы с памятью могут стать причиной травм, поэтому крайне важно обеспечить все условия для безопасности человека:

- подальше убрать все вещи, которыми пациент может себя травмировать – ножницы, ножи, пилочки, вилки и прочее;
- спрятать медикаменты, уксус и токсичные химические составы;
- перепроверить устойчивость той мебели, которой активно пользуется человек;
- разместить специальные защелки на окна, запирающиеся ключом;
- в ванной комнате постелить противоскользящие ковры и обеспечить поручни;
- как только больной остается в одиночестве, перекрывать газовые трубы;
- обеспечить постоянное освещение комнаты больного, коридора, ванной комнаты;
- постоянную температуру в помещении, где пребывает пациент;
- не делать в доме перестановку, чтобы не нарушать привычный для человека распорядок.

Такие простые правила помогут больному с комфортом пребывать в доме.

Поддерживаем общение

Прогрессирование болезни приводит к появлению трудностей в коммуникации. С течением времени пропадает слух и зрение, процессы запоминания. Важно постоянно проверять зрение человека и его слуховой аппарат. При ухудшении врач подберет очки либо специальные устройства



При постоянном общении с человеком необходимо придерживаться ряда правил:

- ни в коем случае не кричать и не повышать голос на пациента, а также просто в его присутствии;
- каждый раз при общении больного называть строго по имени;
- регулярно прислуживаться к жалобам человека, обращать внимание не жесты и мимику, чтобы понять его пожелания;
- демонстрировать свое доброе отношение, нежно прикасаясь к нему во время разговора;
- больной не должен услышать отзывы о заболевании Альцгеймера;
- включать в комнате спокойную классическую музыку.

Купание и личная гигиена

По причине сильнейших проблем с психикой больного, он может начать упускать элементарные правила личной гигиены. Потребуется постоянно следить за тем, чтобы человек не забывал приводить себя в порядок, чистить зубы, купаться. В случае отказа и негативного ответа, важно через время предложить принять водные процедуры.

Одевание

Человек, у которого прогрессирует страшное заболевание, может начать забывать одеваться. Он становится небрежным в выборе одежды, не ухаживает за собой. Также пациент может надевать одежду, которая совершенно не подходит по климатическим условиям. Важно держать под контролем этот вопрос, помогать одевать, выбирать подходящую и удобную одежду.

Посещение туалета

Справление естественных нужд становится огромной проблемой для больного человека. Он перестает чувствовать, когда хочет справить нужду, не сдерживается, не может сам найти туалет. Чтобы больной не терялся, дверь уборной можно разукрасить цветными плакатами. Важно время от времени напоминать пациенту о посещении уборной. При необходимости можно приобрести памперсы для взрослых.

Питание и приготовление пищи

Очень часто при прогрессирующей патологии больные упускают момент использования столовых приборов. В таких случаях необходимо предлагать ту пищу, которая употребляется руками. Блюдо должно подаваться мелко нарезанными ломтиками.

Сон

Очень часто у больных нарушается режим дня. Не нужно давать человеку спать в дневное время. Лучше потратить его на прогулку на свежем воздухе. Помощь окажут физические нагрузки, выполнение каких-то упражнений.

Больной часто теряет вещи и обвиняет вас в краже

Еще одна проблема – человек часто забывает, где разместил свои вещи. После следуют обвинения в краже. Для решения проблемы:

выяснить у близкого, есть ли тайные места;
держат дубликаты важных вещей, например, дубликаты ключей;
перепроверять урны, чтобы вещи не были выброшены;
согласиться, что вещь утеряна, и приступить к поискам;
на все предъявления отвечать только в спокойном тоне.
Такие простые правила помогут избежать конфликта.

Агрессия

Серьезной проблемой для окружающих и близких становится агрессия, которую начинает проявлять больной. Стоит прислушаться:

- всегда оставаться сдержанным, не проявлять волнение и чувство страха;
- избегать ответной агрессии;
- не приближаться слишком близко к человеку, так как он воспримет это, как угрозу;
- заострить внимание близкого на спокойных увлечениях;
- выявить первопричину, которая спровоцировала такое

Уход от конфликтов

При неадекватном поведении, частой забывчивости, невозможности самообслуживания, главное – не спровоцировать конфликт. Близкий должен всячески обойти его стороной и вывести ситуацию на приятную ноту.

Для этого:

- заняться вдвоем увлекательным занятием;
- пойти на прогулку;
- вкусно пообедать.

Больной человек не может себя контролировать, и только родной сведет ситуацию на нет.

Как держать себя под контролем при уходе за больным

Заболевание Альцгеймера оставляет отпечаток не только на жизни больного, но и родственников. Постоянно пребывая в состоянии напряжения, нужно знать как помочь самому себе. Семья. Именно семейные отношения являются наилучшим сподвижником. Не нужно отказываться от помощи других членов семьи. Сплоченность – это выход из ситуации.

Не держать проблемы в себе. Важно делиться опытом ухода за пациентом с другими.

Оставлять время на себя. Важно помнить о своих друзьях, встречаться с ними, развиваться и отдыхать.

Учитывать грани возможностей. Если наблюдение за близким не по силам, то стоит обратиться за помощью в специализированные пансионаты.

Не винить себя. Виной всему только заболевание. Общение и отношения с иными станут неотъемлемой поддержкой.