

OTĘPIENIE

Generalna zasada jest następująca: pamięć tego, co wydarzyło się w życiu chorego najwcześniej, przechowywana jest najdłużej. Czyli, np. chory najpierw zapomina imiona wnuków, potem dzieci, męża i na końcu własne....

- Zaangażuj w opiekę nad chorym wszystkich członków rodziny. Opieka nie może spaść tylko na jedną osobę.
- Nie zmieniaj miejsca zamieszkania i otoczenia pacjenta, może pogorszyć się stan chorego.
- Zgłaszaj lekarzowi prowadzącemu wszystkie niepokojące objawy, tj: bezsenność, nadmierna senność lub odwrócenie dnia z nocą, agresja, podniecenie, płaczliwość, lęk, urojenia dotyczące okradania, porzucenia, zazdrości, podstawienia opiekuna, brak apetytu, zmiana upodobań żywieniowych, żarłoczność, dziwactwa związane z dietą (zjadanie np. kredek, papieru czy roślin domowych).
- Nie rezygnuj z leczenia farmakologicznego, nawet jeśli nie widzisz pozytywnych efektów jego stosowania.
- Jak długo to możliwe, nie wyręczaj chorego w codziennych czynnościach i nie ograniczaj możliwości samodzielnego ich wykonywania.
- Nie próbuj przekonywać chorego, namawiać, tłumaczyć, perswadować, to nie przyniesie efektu. Stawianie zbyt wysokich wymagań nie ma sensu, może spowodować gniew i frustrację chorego.
- Zwracaj się do chorego w sposób prosty, krótkimi zdaniami (np. czas na spacer, połknij, czy chciałbyś napić się herbaty?, teraz pomogę przy kąpieli)
- Dbaj o własny odpoczynek i higienę psychiczną. Przemęczony, wyczerpany, sfrustrowany opiekun nie jest w stanie efektywnie pomóc choremu.
- Stosuj dietę łatwostrawna. Dodatkowe ograniczenia wynikają z chorób współistniejących.