

Изменения в поведении

ИЗМЕНЕНИЯ В ПОВЕДЕНИИ И ДЕМЕНЦИЯ

В этом информационном листке рассказывается о некоторых наиболее распространенных изменениях в поведении, которые могут произойти у человека, страдающего деменцией. Здесь рассказывается о причинах таких изменений и даются некоторые рекомендации о том, как к ним приспособиться.

Изменения в поведении человека, страдающего деменцией, очень типичны. Они создают огромные трудности и являются причиной многих переживаний у членов семьи и людей, предоставляющих уход. Особенно тяжело, когда человек, который всегда был нежным и любящим, начинает вести себя странно и агрессивно.

Почему происходят изменения в поведении

Существует много причин изменения поведения. Деменция является результатом изменений в мозге, воздействующих на память, настроение и поведение человека. Иногда такое поведение может быть связано с этими изменениями в мозге. В других случаях изменения могут происходить в окружении человека, его состоянии здоровья или принимаемых лекарствах, что в свою очередь становится причиной изменения поведения. Иногда для такого человека даже принятие ванны является непосильной задачей. Или он просто физически себя плохо чувствует. Деменция воздействует на людей по-разному. Понимание причин поведения человека, страдающего этим недугом, поможет вам справиться с ситуацией.

С чего начать

Вам следует обсуждать все беспокоящие вас проблемы, связанные с изменением в поведении, с врачом. Врач проверит, не является ли причиной поведения больного физическое заболевание или расстройство, и посоветует, что вам следует сделать в данной ситуации. Врач также скажет вам, не объясняется ли такое поведение психическим заболеванием.

Как справиться с создавшейся ситуацией

Приспособиться к переменам в поведении больного очень трудно, и зачастую выход можно найти только методом проб и ошибок. Всегда помните, что человек ведет себя так не преднамеренно. Злость и агрессия зачастую направляются на членов семьи и людей, предоставляющих уход, только потому, что они находятся рядом. Человек не в состоянии управлять своим поведением, и оно пугает его самого. Ему необходимо, чтобы его поддержали и приободрили, даже несмотря на то, что внешне он не проявляет такого желания.

Что можно предпринять

- Избегать проблем с поведением можно путем создания спокойной обстановки, в которой человек, страдающий деменцией, следует

привычному распорядку и где его ничего не расстраивает

- Старайтесь сохранять привычную обстановку. Люди, страдающие деменцией, могут расстраиваться, оказавшись в непривычной ситуации или среди незнакомых людей, где они не могут сориентироваться. Отчаяние, вызванное собственной неспособностью оправдать ожидания окружающих, может само по себе вызвать перемену в поведении
- Если у человека появляются проблемы с поведением, то лучше не делать никаких попыток физического контакта, то есть не стоит удерживать человека, уводить его или подходить к нему сзади. Лучше оставить его в покое, пока он не успокоится, или позвонить другу или соседу и попросить о помощи
- Старайтесь не воспринимать такое поведение как нападку лично на вас
- Старайтесь не повышать голоса
- Не прибегайте к наказаниям. Больной, вероятно, не помнит, что произошло, и поэтому не сможет извлечь из этого урок
- Говорите медленно, тихим и подбадривающим голосом
- Старайтесь не дать вовлечь себя в спор

Агрессия

Агрессия может быть физической (например, при попытке ударить вас) или словесная (например, при использовании словесных оскорблений). Агрессивное поведение, как правило, является проявлением злости, страха или отчаяния.

Что можно предпринять

- Человек может проявлять агрессивность из-за чувства отчаяния. Если вы заперете дверь, то он не сможет уйти и заблудиться, но одновременно этим вы можете вызвать у него недовольство и протест
- Различные занятия и физическая активность могут предотвратить такие вспышки
- Подходите к больному медленно и так, чтобы он хорошо вас видел. Кратко и ясно объясните ему, что вы собираетесь сделать, например, «Я хочу помочь тебе снять пиджак». Это поможет больному понять, что на него никто не нападает, и он не будет проявлять агрессивность в качестве самозащиты
- Разберитесь, не стоит ли за агрессивностью желание получить то, чего хочет больной. Если это так, то попытайтесь предвидеть его потребности

Несоразмерная реакция

Некоторые люди, страдающие деменцией, чрезмерно реагируют на малейшую неудачу или критику. Из-за этого они начинают кричать, высказывать необоснованные обвинения, становятся взвинченными и упрямыми или начинают безутешно плакать или безостановочно и без повода смеяться. Эта тенденция чрезмерно реагировать вызвана болезнью.

Иногда чрезмерная реакция является первым признаком деменции. Она может быть переходной фазой, которая исчезает при прогрессировании болезни, или присутствовать в течение долгого времени.

Чрезмерная реакция может происходить в результате:

- Стресса, вызванного чрезмерным напряжением
- Отчаяния, вызванного неспособностью окружающих понять желания больного
- Другого заболевания

Этот вид поведения появляется очень быстро, и он может напугать членов семьи или тех, кто предоставляет уход больному. Тем не менее, чрезмерных реакций можно иногда избежать, попытавшись понять, при каких обстоятельствах они возникают. Если это невозможно, то вы можете найти способы быстрого и эффективного реагирования на это поведение с помощью приведенных ранее рекомендаций.

Стремление искать и прятать вещи

Люди, страдающие деменцией, могут проявлять стремление искать якобы пропавшие вещи и прятать вещи, которые, как они считают, нужно спрятать от окружающих.

Стремление искать или прятать вещи может быть вызвано следующими факторами:

- Изоляция. Если человек, страдающий деменцией, остается один или чувствует, что о нем недостаточно заботятся, то он может полностью уйти в себя. При этом потребность искать или прятать вещи является наиболее распространенной реакцией
- Воспоминания о прошлом. События в настоящем могут дать толчок воспоминаниям о прошлом, например, человек вспоминает, как братья и сестры в детстве брали его вещи, или о годах депрессии или военном времени, когда нужно было кормить молодую семью
- Утрата. Люди, страдающие деменцией, постоянно утрачивают часть своей жизни. Потеря друзей, членов семьи, значимой роли в жизни, дохода и хорошей памяти может способствовать растущему стремлению искать и прятать вещи
- Страх. Страх ограбления является еще одним распространенным фактором. Человек может прятать ценные вещи, забывая, где они, а затем винить кого-то в их пропаже

Что можно предпринять

- Узнайте, куда больной обычно прячет вещи, и проверяйте, нет ли там пропавших вещей
- Предоставьте больному ящик комода с различными безделушками, чтобы он мог

раскладывать их, так как это удовлетворяет его стремление находить себе занятие

- Позаботьтесь о том, чтобы больной мог ориентироваться в окружающей обстановке, так как неспособность ориентироваться способствует потребности искать и прятать вещи

Повторяющиеся действия

Люди, страдающие деменцией, могут снова и снова говорить и спрашивать об одном и том же. Больной может неотступно следовать за вами, даже когда вы идете в туалет. Такое поведение очень расстраивает и раздражает тех, кто находится рядом.

Что можно предпринять

- Если объяснения не помогают, то иногда помогает отвлечение внимания, например, с помощью прогулки, пищи или любимого занятия
- Иногда важно показать, что вы поняли чувства больного. Например, вопрос «Что я сегодня буду делать?» может означать, что больной растерян и не знает, что делать. Вы можете успокоить его, показав, что понимаете его чувства
- Не напоминайте больному, что он уже задавал этот вопрос
- Повторяющиеся движения можно уменьшить, дав больному что-нибудь, чем он может занять свои руки, например, мягкий мяч, который можно сжимать, или одежду, которую можно складывать

Составлено на основе статьи «Как понимать и справляться с трудностями в поведении» Шотландского общества помощи при болезни Альцгеймера - Действия по оказанию помощи людям, страдающим деменцией

Кто может помочь

Поговорите с врачом о беспокоящих вас изменениях в поведении больного и о том, как они отражаются на вас.

Национальная консультационная служба по проблемам поведения при деменции (National Dementia Behaviour Advisory Service - NDBAS) - это общенациональная телефонная консультационная служба для членов семей, людей, предоставляющих уход, и работников служб временного ухода, которых беспокоит поведение людей, страдающих деменцией. Служба предоставит конфиденциальные, всесторонние консультации круглосуточно 7 дней в неделю.

Звоните по номеру **1300 366 448**.

Более подробная информация

Австралийское общество помощи при болезни Альцгеймера (Alzheimer's Australia) предлагает поддержку и информацию, а также проводит разъяснительную работу и консультативные беседы. Позвоните на Общенациональную телефонную линию помощи при деменции по номеру **1800 100 500**.

Более подробная информация и другие информационные листки имеются на нашем вебсайте по адресу www.alzheimers.org.au