

Уход за больными пожилого возраста с деменцией

При уходе за больными с деменцией очень важно понимать само заболевание, почему больные ведут себя именно так, на первый взгляд для здорового человека совершенно неадекватно. Необходимо всегда быть с больным человеком спокойным, никогда не переубеждать его в обратном, потому что они видят свою картину мира и она другая, и вашу правду они уже никогда не воспримут.

Ухаживающие за такими больными сталкиваются прежде всего не с физическими, а с психологическими и коммуникативными сложностями в уходе.

Как ухаживать за больным сенильной деменцией и избежать эмоционального выгорания:

1. Принимать помощь. Ухаживать в одиночку за больными с Альцгеймером – непосильная ноша. Привлекайте к уходу родственников, совершеннолетних детей, распределяйте нагрузку по дням и обязанностям. Не надо все на себе тянуть.
2. Если есть возможность кого-то нанять в помощь, нанимайте не задумываясь, даже эпизодически, чтобы съездить в отпуск или в выходные на дачу. Родственникам в силу специфики данного заболевания вообще психологически очень тяжело ухаживать самим.
3. Обязательно старайтесь вырываться хоть раз в неделю из замкнутого круга и делать глоток свежего воздуха. Ощутите, что вокруг есть жизнь: отправляйтесь за город, в парк, кино, выставку, с друзьями в кафе, на фитнес, на мастер-класс по рисованию в конце концов!
4. Обязательно найдите занятие, которое доставляет вам удовольствие, является источником положительных эмоций. Если есть возможность, устройтесь на работу, смена деятельности всегда действует отвлекающе.
5. Не держите все в себе, почувствуйте, что вы не одни со своей проблемой. Присоединитесь к группам в социальных сетях, где можно пообщаться, поделиться, получить совет

Сложно предугадать, как поведут себя больные в следующую минуту. Мы остаемся этом мире, а они переезжают в другой. Наша задача – научиться заглядывать в этот мир Зазеркалья и понимать их.

Но даже научившись ладить с больным человеком, всегда надо думать о себе и своем здоровье. Недаром, в инструкции безопасности в самолетах существует правило: во внештатной ситуации матери следует сначала надеть маску на себя, а потом уже на ребенка. Все потому, что если со взрослым что-то случится, ребенок окажется без помощи. Это аксиома верна и в нашем случае. Если основная нагрузка по уходу приходится на вас помните о своем здоровье и не допускайте эмоционального выгорания. Если вы ляжете, помочь больному с деменцией будет некому.