

DESÁTERO DEMENCE

10 bodů, které vám pomohou vypořádat se s těžkým onemocněním blízké osoby

Zapomínáte? Občas všichni zapomeneme klíče nebo název nějakého místa. To je zcela normální. Pokud si ale nemůžete vybavit, zda jste se ten den již najedl/a, nebo si najednou vzpomenout na cestu, kterou jste do té doby dobře znal/a, může se jednat o vážnější problém.

1 Rozpoznat, zda se jedná jen o běžné zapomínání, nebo již o vážnější poruchu, není tak jednoduché. **Je potřeba vyhledat pomoc odborníka**, objednat se na vyšetření paměti.

Onemocní-li člověk demencí, je hlavním příznakem nemoci zapomínání?

2 Kromě poruch paměti se u pacienta s demencí mohou objevit problémy s orientací v místě a čase, potíže s vykonáváním běžných činností, zakládání věcí na nesprávné místo, změny v náladě nebo chování, a silná podezřívavost.

V současné době neexistuje léčba, která by pacienta s demencí zcela uzdravila. Je tedy diagnóza důležitá?

3 Ačkoliv nelze pacienta zcela vyléčit, léky a nefarmakologické terapie zpomalují a usnadňují průběh onemocnění, proto je včasná diagnóza a následná léčba opravdu důležitá.

S přibývajícím věkem nám ubývá sil a nejsme schopni se učit nové věci tak rychle, jako tomu bylo dříve. Také někdy zapomeneme. Je cosi jako stařecká demence přirozeným projevem stárnutí?

4 Demence je nemoc, není přirozeným projevem stárnutí. Někdy se setkáváme s názorem, že nasazovat léčbu u pacienta ve velmi vysokém věku již nemá cenu. V Česku má ale každý pacient na léčbu nárok, a to bez ohledu na to, kolik je mu let.

Postupem času potřebuje každý pacient s demencí péči, protože již není schopen se sám o sebe postarat. Záleží ale vůbec na tom, jaké se mu dostane péče, když stejně stále zapomíná?

5 Pacient s demencí má nepopiratelný nárok na zachování stávající kvality života do takové míry, jak jen je to možné. Nezapomínejme, že člověk, který zapomíná, i nadále zůstává člověkem, který má právo na to, aby s ním i nadále bylo jednáno s důstojností a respektem.

Je péče o člověka s demencí natolik jiná?

6 Ano. Informujte se. Informace o onemocnění vám poskytnou specializovaná zařízení, poradny nebo také linky krizové pomoci. Využijte jich, protože vám pomohou nastavit péči co nejlépe.

Je péče o člověka s demencí náročnější, protože si málo pamatuje?

7 Péče o pacienta s demencí je velká zátěž, protože je to nemoc, která se neprojevuje pouhou ztrátou paměti. Pacient s demencí se mění, mění se jeho nálady a potřeby, a protože je nemocný, není schopen vás za vaši péči dostatečně ocenit.

Zvládnou to sám/sama? V začátcích onemocnění budete mít pocit, že péči určitě zvládnete sami. Ale postupem času bude situace těžší, a pokud budete pečovat jen vy sami, velmi rychle se vyčerpáte.

8 Neodmívejte pomoc. Pokud je to možné, rozdělte si péči tak, aby nebyla jen na vás. Využijte pomoci rodiny nebo profesionální pečovatelské služby. To vám umožní pečovat déle a budete mít i prostor na jiné aktivity.

Pečujete-li o pacienta s demencí, jste každý den konfrontováni s těžkým onemocněním blízké osoby. Cítíte se smutný/á, vyčerpaný/á, nebo máte vztek?

9 Různé emoce a vyčerpání, které provázejí pečovatele, jsou zcela normální. Nezakazujte si je. Je potřeba, abyste také odpočívali a využili část času jen pro sebe. Dělejte stále to, co vás baví, co vám dělá radost. Nepřestávejte se scházet s rodinou a přáteli.

Pečujete-li o pacienta s demencí, může se stát, že se někdy budete cítit úplně vyčerpaní. Už se vám nebude péče dařit. Máte někdy pocit že už nemůžete dál?

10 Neobviňujte se za své pocity, oceňte se za to, co děláte. Uvědomte si, že i vaše síly jsou omezené. Cítíte-li se, že už dále nemůžete, vyhledejte specializované poradenství.

8 0 0
2 0 0
0 0 7

LINKA SENIORŮ

- 365 dní v roce od 8 do 20 hodin
- anonymní a bezplatná služba
- pro seniory, osoby o seniory pečující a osoby v krizi

poradna: linkasenioru@elpida.cz
www.linkasenioru.cz

Užitečné kontakty

Česká alzheimerovská společnost

telefon: 283 880 346

e-mail: cals@gerontocentrum.cz

www.alzheimer.cz

www.necosestalo.cz – informační portál Linky seniorů
pro pečující, chatové poradenství

www.gerontologie.cz – obecné informace o službách pro seniory,
databáze odborných lékařů a zdravotnických pracovišť

Linku seniorů 800 200 007 provozuje
proseniorská organizace **Elpida**.



8 0 0 LINKA
2 0 0 SENIORŮ
0 0 7 800 200 007

Dlouhodobě Linku seniorů podporují:

Nadace O₂



nadační fond avast

Tento materiál vznikl díky podpoře

