

## Personas ar demenci

### *Kas ir demence?*

Demence ir termins, ko izmanto lielas slimību grupas simptomu apzīmēšanai, šīs slimības izraisa progresējošu personas funkcionēšanas pasliktināšanos. Tas ir plašs termins, ko izmanto, lai apzīmētu atmiņas, intelekta, spriešanas spēju, sociālo prasmju un normālu emocionālo reakciju zudumu.

### *Kas slimo ar demenci?*

Ar demenci pārsvarā slimo gados vecāki cilvēki, bet ir svarīgi atcerēties, ka vairums veco cilvēku nenaslimst ar demenci. Tā nav normālas novecošanas sastāvdaļa. Ar demenci var saslimt ikviens, tomēr visbiežāk tā ir sastopama pēc 65 gadu vecuma.

### *Alcheimera slimība*

Alcheimera slimība ir visbiežāk sastopamā demences forma, aptuveni 50% līdz 70% no visiem demences gadījumiem izraisa šī slimība. Tā ir progresējoša, deģeneratīva slimība, kas skar galvas smadzenes. Galvas smadzeņu šūnas iet bojā un cilvēks nespēj atcerēties vai uzkrāt informāciju. Tā kā Alcheimera slimība skar visus galvas smadzeņu rajonus, izzūd noteiktas funkcijas vai spējas. Cilvēks sāk aizmirst dažādas lietas, nespēj apgūt ko jaunu, kļūst kašķīgs, nekritisks, dusmīgs, bieži rodas saskarsmes problēmas, bet reizēm – halucinācijas.

### *Vaskulārā demence*

Vaskulārā demence ir plašs termins, ko izmanto, lai apzīmētu demenci, kas saistīta ar galvas smadzeņu asinsrites traucējumiem, un tā ir otrā visbiežāk sastopamā demences forma. Vaskulārā demence var izpausties līdzīgi kā Alcheimera slimība, un dažiem cilvēkiem novēro Alcheimera slimības un vaskulārās demences simptomu sajaukumu.

### *Parkinsona slimība*

Parkinsona slimība ir progresējoša centrālās nervu sistēmas slimība, kam raksturīga trīce, ekstremitāšu un locītavu stīvums, runas traucējumi un grūtības uzsākt kustību. Slimības vēlnās stadijās dažiem cilvēkiem var attīstīties demence. Zāles var uzlabot fiziskos simptomus, bet tām var būt blakusparādības, piemēram, halucinācijas, murgi, īslaicīgs apjukums un patoloģiskas kustības.

### ***Vai demence var iedzimt?***

Tas ir atkarīgs no demences cēloņa, tāpēc svarīgi, lai būtu noteikta precīza diagnoze. Vairums demenču neiedzimst.

### ***Kādas ir demences pazīmes?***

Demences pazīmes var būt neizteiktas, niecīgas un ārēji neredzamas. Daži bieži sastopami simptomi ir šādi:

- progresējošs un biežs atmiņas zudums;
- apjukums;
- personības izmaiņas;
- apātija un norobežošanās;
- nespēja veikt ikdienas pienākumus un darbības;
- problēmas ar uzmanības koncentrēšanu;
- grūtības iemācīties ko jaunu
- intelekta, spriešanas spēju, sociālo prasmju un normālu emocionālo reakciju zudums.

Demences klienti bez sākotnēji saprotama iemesla var: kļūt agresīvi, slēpt mantas, kļūt uzmācīgi.

### ***Kā komunicēt ar personu, kurai ir demence?***

Sazinoties ar vecu cilvēku ar demenci, jāņem vērā, ka komunikāciju veido trīs sastāvdaļas:

1. ķermeņa valoda – sejas izteiksme, poza, žesti;
2. balss tonis un augstums;
3. verbālā valoda – vārdi.

Kontaktējoties jāizmanto savas personiskās īpašības, lai veicinātu saskarsmi ar demences skartu cilvēku. Jārunā balsī un tonī, ko cilvēks spēj sadzirdēt, bet ne vienmēr tas nozīmē runāt skaļi. Cilvēki uztver jūtas un emocijas arī tad, ja nesaprot sacīto, tāpēc ir svarīgi izturēties ar cieņu pret katru – arī ļoti slimu cilvēku. Pieskāriens, acu kontakts, noliekšanās pretī cilvēkam vai atvērta poza var veicināt slimā cilvēka vēlmi sazināties ar tiem, kas sniedz aprūpi. Ja pazūd iepriekš lietotās saziņas formas, vajag atrast un apgūt jaunas.

Praktiski klienti ar demenci nav salīdzināmi ar klientiem ar garīgās attīstības traucējumiem vai tādām psihiskām saslimšanām kā psihozes, depresijas utt. Ja citu grupu klientiem svarīga ir jaunu iemaņu un prasmju apgūšana, vides maiņa, aktīva līdzdarbošanās, inovatīvu metožu pielietošana, tad veca **cilvēka ar demenci ikdienā vēlams stabilitāte un rutīna**. Vienkārši teikumi un nemainīgi ieradumi ir demences klienta aprūpes pamatnosacījums.

### ***Tātad:***

- ◇ Jāidentificē, kāds saskarsmes veids klientam ir visvieglāk uztverams.
- ◇ Jārunā īsiem, vienkāršiem teikumiem.
- ◇ Biežāk, bet uzmanīgi jāizmanto žesti un mīmika.
- ◇ Jādod klientam pietiekoši daudz laika saprast sacīto.
- ◇ Jārunā par lietām un notikumiem, ko klients ir spējīgs atcerēties.
- ◇ Jākoncentrējas uz lietām, ko klients spēj izdarīt.
- ◇ Jāapzin un jāizvairās no apstākļiem, kas var veicināt klienta agresiju.
- ◇ Jātuvojas klientam lēnām un vietā, kura klientam ir labi pārzināma.
- ◇ Jāpārlicinās, vai agresīva uzvedība netiek izmantota, lai iegūtu to, ko klients vēlas.
- ◇ Jāatceras vietas, kur parasti klients slēpj savas mantas.
- ◇ Klienta mantu pazušanas gadījumā, vispirms jāpārbauda vietas, kur tās parasti tiek slēptas.
- ◇ Jāskaidro klientam viņa traucējošās uzvedības nepieņemamība.
- ◇ Jāatceras, ka nav nozīmes atgādināt klientam, ka par kādu jautājumu esat runājuši jau vairākkārt.
- ◇ Jānovērš iespējamie blakus pastāvošie riski telpās, kurās uzturas klients ar demenci.

**Ļoti svarīgi ir atcerēties, ka persona tā vai savādāk neuzvedas tīšam, bet gan savas slimības dēļ**