

Особенности взаимодействия волонтеров с подопечными пожилого возраста. Как распознать деменцию и помочь правильно

Ромашова Татьяна Владимировна, клинический психолог, руководитель Центра дневного ухода БЦ «Хэсэд Авраам», Россия, Санкт-Петербург

Старение

Старение - это закономерный процесс, протекающий в течение постнатальной жизни организма и сопровождающийся столь же закономерными изменениями на биохимическом, клеточном, тканевом, физиологическом и системных уровнях

Геронтология рассматривает старение как комплексное явление, включающее личностные, социальные и экономические аспекты жизни человека.

ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ФУНКЦИИ

- * замедление реакции, обусловленное быстрой или значительной утомляемостью
- * сокращение поля активного внимания;
- * изменение способности к восприятию;
- * снижение концентрации и объема внимания;
- * повышение чувствительности к шумовым помехам;
- * сложности с переключением и распределением внимания на несколько объектов;
- * уменьшение объема памяти;
- * снижение коэффициента механической памяти;
- * затруднения в воспроизведении запоминаемого материала.

ВОСПРИЯТИЕ

С возрастом информация, поступающая от органов чувств, становится менее четкой.

Имеет место искаженное, слабое и неадекватное восприятие внешних раздражителей. Соответственно возрастает и ошибочность восприятия.

Это может выражаться, например, в том, что человек не узнает знакомых; говорит невпопад, надевает чужие плащи и шляпы (перепутывает); принимает птиц за листья растений; прочитывает в заголовках статей слова, которых там нет, и т.п. Такой человек может слышать одно, хотя на самом деле говорилось совсем иное. Такие нарушения в сенсорно-перцептивной сфере совсем не обязательно свидетельствуют о признаках старческого слабоумия.

В целом старым людям присуще замедление восприятия, сужение его объема.

Память

Снижение памяти - один из первых и самых характерных признаков возрастных изменений. Известное ухудшение памяти наблюдается практически у всех людей в старости.

- * процессы запоминания, удержания и воспроизведения, снижены
- * страдает компонент механического запоминания,
- * логически-смысловой компонент в норме не только сохраняется, но и приобретает особое значение.
- * снижение памяти на текущие события при ее достаточно хорошей сохранности на события далекого прошлого.

Мышление

Ослабевает критичность мышления (становится все менее объективным и неоправданно категоричным, теряется ясность суждения)

- Способность к обучению снижается.
- Уменьшается способность к концептуальной деятельности, снижается рассудочность.
- Речь сохраняется относительно хорошо, однако из-за ослабления внутреннего торможения у пожилых и старых людей появляется многословность.

Полагают, что оптимум развития интеллектуальных функций приходится на 18-20 лет. Если логическую способность 20-летних принять за 100%, то в 30 лет она будет равна 96%, в 40 лет - 87%, в 50 лет - 80%, в 60 лет - 75%.

Психомоторные функции

Ослабевают процессы саморегуляции наиболее утонченных движений.

Снижение эффективно контролировать и соответственно точно управлять движениями пальцев (отсюда и появление неразборчивости в их письме), а затем и речь их становится все менее внятной.

- изменение походки, реакции становятся более замедленными, они утрачивают былую ловкость и допускают все больше ошибок в своем двигательном поведении.
- ослабление силы мимической мускулатуры предопределяет грубость и скудость мимических движений, характерное в этом случае выражение лица - опущенные углы рта, крупные лицевые складки.

Эмоции

- * Присутствуют неконтролируемые аффективные реакции, сильное нервное возбуждение.
- * могут появляться ранее не свойственные ему состояния грусти, подавленности, мрачные мысли,
- * могут отмечаться более яркая выраженность эмоциональных черт, свойственных человеку раньше (тревожность, раздражительность, гневливость, ипохондричность).

Социальное поведение

Влияние старения на социальное поведение характеризуется:

- * падением активности, при этом число контактов с другими людьми уменьшается.
- * культуральные стереотипы, которые ведут к сужению круга социального взаимодействия по мере потери (умирания) друзей и знакомых.

Признаки нормального старения

Данные изменения не носят патологический характер, осознаются и не приводят к нарушению адаптации

Особенности контакта

- 1 - Обстановка Исключить раздражающий фоновый шум, большое количество людей, громкую музыку, суету.
- 2 - Речь Говорите четко, громко и членораздельно, смотря в глаза.
- 3 - Формулировки. Используйте четкие и точные вопросы (желательно открытые) и предложения. Подбирайте простые выражения, которые легко воспринимаются.

Особенности контакта

4 - Темп. Не спешите, будьте терпеливы, улыбайтесь. Делайте интервалы между вопросами, чтобы дать возможность понять спрашиваемое и продумать ответ.

5 - Индивидуальные особенности Учитывайте особенности состояния каждого человека (наличие снижения зрения, слуха и тд). Если они вам не известны, постарайтесь вежливо уточнить

6 – Помните про психологические границы

Болезненные признаки

- Снижение долговременной и значительное снижение кратковременной памяти
- Снижение памяти при выполнении ежедневных процедур
- Пространственная дезориентация
- Снижение логического и абстрактного мышления
- Затруднения в припоминании слов, названий тех или иных предметов, лиц
- Значительные затруднения в понимании речи другого

Такое глубокое психическое расстройство может развиваться на фоне относительного физического здоровья и длиться от 2 до 10 лет до летального исхода. Оно сопровождается нарушением осмысленности и планомерности, ориентации во времени и пространстве, суетливости и бестолковости поступков, нередко неразрешимостью самых простых ситуаций.

Связь эмоционального фона и памяти

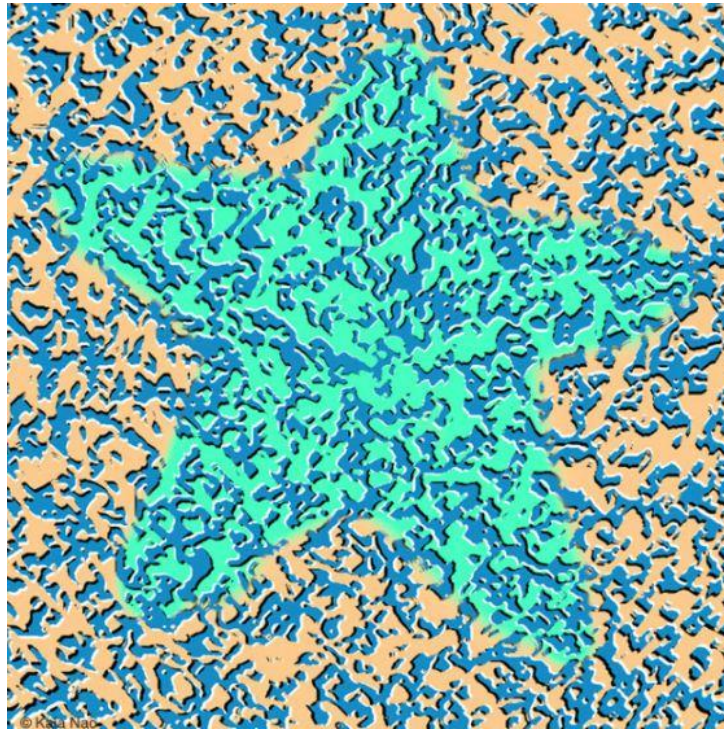
Снижение памяти (и других познавательных процессов) может наблюдаться при:

- Сниженном настроении
- Высоком уровне тревоги
- Первые полгода после утраты близкого человека
- Плохом сне

Деменция

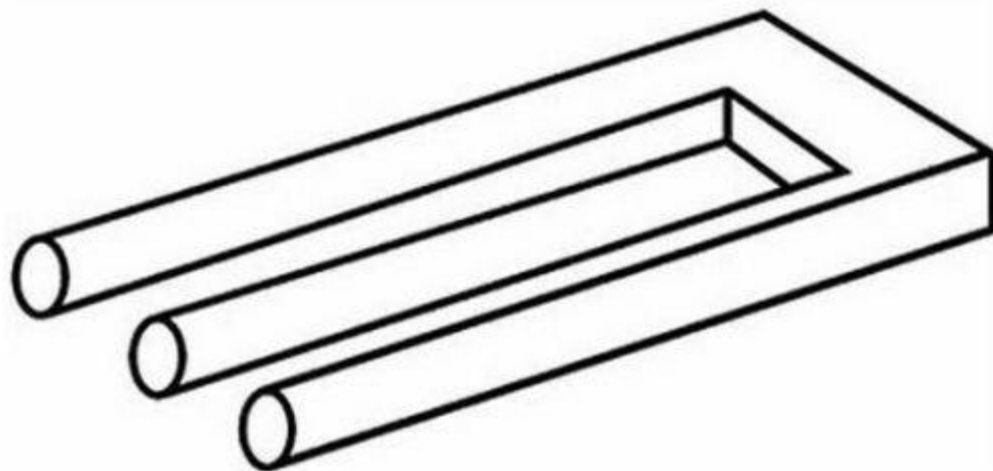
(от латинского de – утрата, mentos – ум, слабоумие) - это синдром, хронический или прогрессирующий, вызываемый различными заболеваниями мозга — при котором происходит нарушение высших психических функций, включая память, мышление, понимание, речь, ориентацию, способность к счету, познанию и рассуждению. При этом ухудшается контроль над эмоциональным состоянием, деградируют социальное поведение, мотивация и личность больного.

Восприятие



Восприятие

Сколько зубцов вы видите?



Внимание

Мы пришли к выводу, что каждый произвольно выбранный предикативно абсорбирующий объект рациональной мистической индукции можно дискретно детерминировать с аппликацией ситуационной парадигмы коммуникативно-функционального типа при наличии детекторно-архаического дистрибутивного образа в Гилбертовом конвергенционном пространстве, однако при параллельном колаборационном анализе спектрографических множеств, изоморфно релятивных к мультиполосным гиперболическим параболоидам, интерпретирующим антропоцентрический многочлен Нео-Лагранжа, возникает позиционный сигнификатизм гентильной теории психоанализа...

Память

Запомните слова:

- * Карандаш
- * Дома
- * Копейка

Память

А вот эти запомните?

- * Конгруэнтность
- * Абберция
- * Прозопагнозия

Краткое тестирование

- * MiniCoq
- * MMSE
- * MoCa
- * Функциональный опросник

Помощь

- * Невролог

Особенно при наличии головокружения, головной боли, тремора в различных частях тела, травмы головы

- * Психиатр/психотерапевт

Особенно при плохом сне, высоком уровне тревоги, сниженном настроении

- * Терапевт (или другой врач, у которого наблюдаетесь, при наличии хронических заболеваний) для возможной корректировки медикаментозного лечения

Помощь

- * Социальное сопровождение
- * Социальное обеспечение
- * Связь с родственниками
- * Психологическая поддержка