

**ВМЕСТЕ
ПРОТИВ
ДЕМЕНЦИИ**



**НАВЫКИ
КОММУНИКАЦИИ С
ЧЕЛОВЕКОМ С
ДЕМЕНЦИЕЙ**



Деменция - это термин, который используется, чтобы описать симптомы группы заболеваний мозга, которые ведут к снижению когнитивных функций человека и нарушению его ежедневной жизни, рутины, активности

Наиболее частой причиной развития деменции является **болезнь Альцгеймера** и **сосудистая деменция**.

Деменция – **не нормальный** процесс старения



ОРИЕНТАЦИЯ

РЕЧЬ

ПАМЯТЬ

ДЕМЕНЦИЯ

ЗНАНИЯ

МЫШЛЕНИЕ

ЭМОЦИИ





Может быть нормой

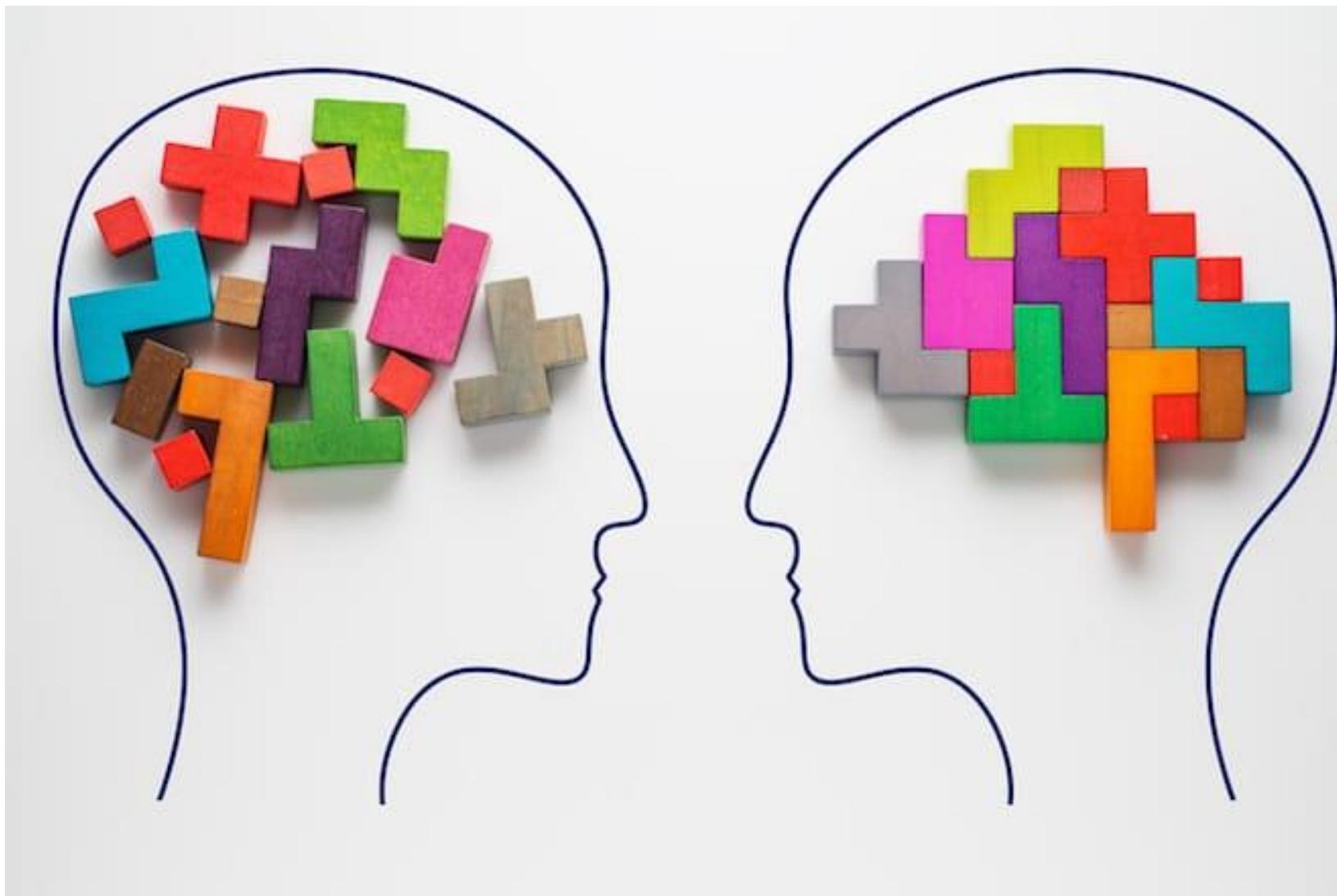
- Некоторое сужение интересов, снижение активности (например, больше времени проводит дома)
- Осмысление жизненного пути, осознание своей смертности, забота о том, что останется после его смерти (решение проблем наследования, накопления на похороны) без акцента на этой теме
- Смена занятий, которые доставляют удовольствие
- Легкая забывчивость, которая не мешает в быту.
- Сон 6-7 часов в сутки, рано ложится, рано встает. 1-2 раза за ночь просыпается в туалет, быстро засыпает
- Приверженность старому опыту, настороженное отношение к изменению привычного уклада. Сохранение старых вещей, с которыми связаны воспоминания.

Признак болезни

- Апатия, бездеятельность, пренебрежение мытьем, сменой одежды
- Постоянные мысли о смерти, разговоры о том, что «зажился», «пора помирать», «стал обузой» и т.п.
- Нет удовольствия ни от какой деятельности
- Забывчивость нарушает повседневную деятельность. Утрачиваются навыки.
- Сон меньше 6 часов в сутки, многократные пробуждения, сонливость днем.
- Высказывания о том, что кто-то (обычно близкие люди или соседи) вредят или враждебно настроены, воруют вещи и т.п. Собрание хлама.

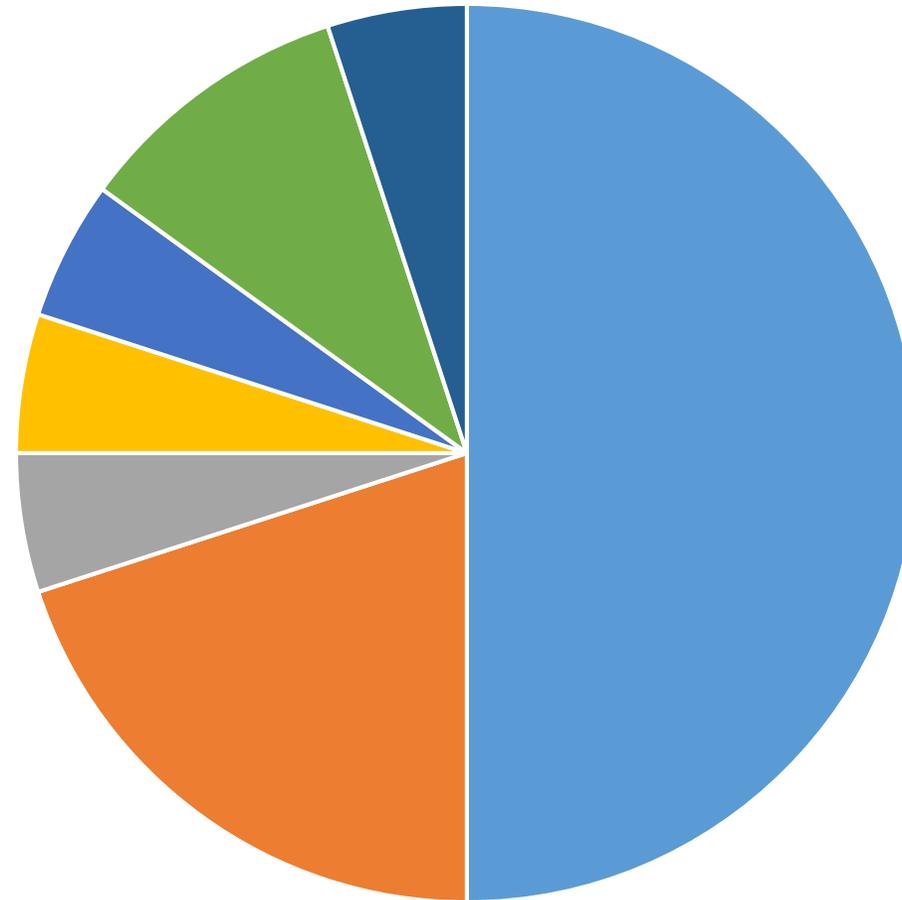
ДЕМЕНЦИЯ

ВМЕСТЕ
ПРОТИВ ДЕМЕНЦИИ



ВИДЫ ДЕМЕНЦИИ

ВМЕСТЕ
ПРОТИВ ДЕМЕНЦИИ



■ БОЛЕЗНЬ АЛЬЦГЕЙМЕРА

■ СОСУДИСТАЯ ДЕМЕНЦИЯ

■ ДЕМЕНЦИЯ С ТЕЛЬЦАМИ ЛЕВИ

■ СМЕШАННАЯ ДЕМЕНЦИЯ

■ ДЕМЕНЦИЯ ПРИ БОЛЕЗНИ ПАРКИНСОНА

■ ДРУГИЕ ВИДЫ ДЕМЕНЦИЙ

■ ЛОБНО-ВИСОЧНАЯ ДЕМЕНЦИЯ



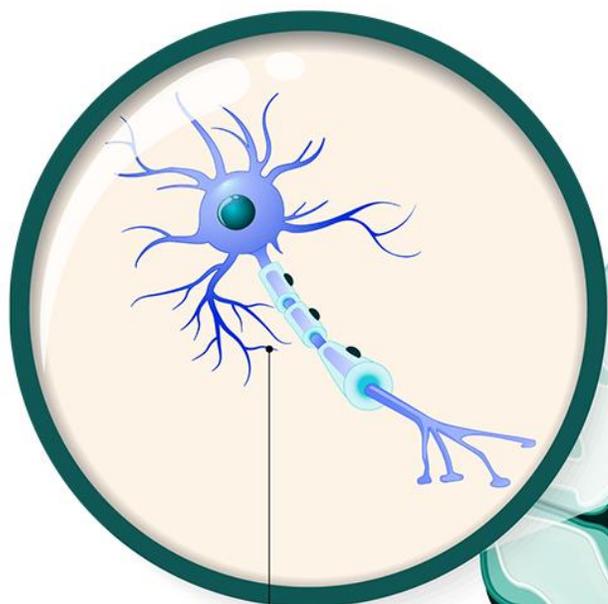
- ПОТЕРЯ КРАТКОСРОЧНОЙ ПАМЯТИ
- НЕ МОЖЕТ ВЫПОЛНЯТЬ ЕЖЕДНЕВНЫЕ ДЕЛА, КОТОРЫЕ ДЕЛАЛ ЛЕГКО
- ТРУДНОСТИ В ПЛАНИРОВАНИИ И РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ
- НЕ ОРИЕНТИРУЕТСЯ ВО ВРЕМЕНИ И ПРОСТРАНСТВЕ
- ТРУДНОСТИ В ПОНИМАНИИ РЕЧИ
- ТРУДНОСТИ ПРИ РАЗГОВОРЕ, СЛОЖНО ПОДОБРАТЬ СЛОВА
- НЕ РАСПОЗНАЕТ ПРЕДМЕТЫ, ПУТАЕТСЯ

БОЛЕЗНЬ АЛЬЦГЕЙМЕРА

ВМЕСТЕ
ПРОТИВ ДЕМЕНЦИИ

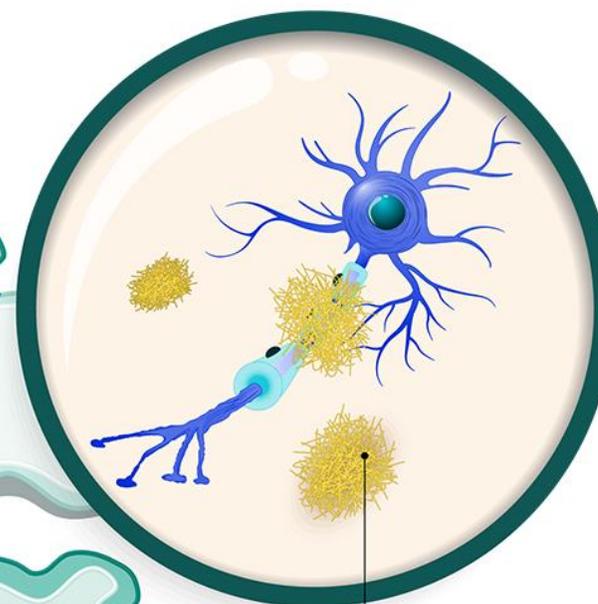


НОРМА

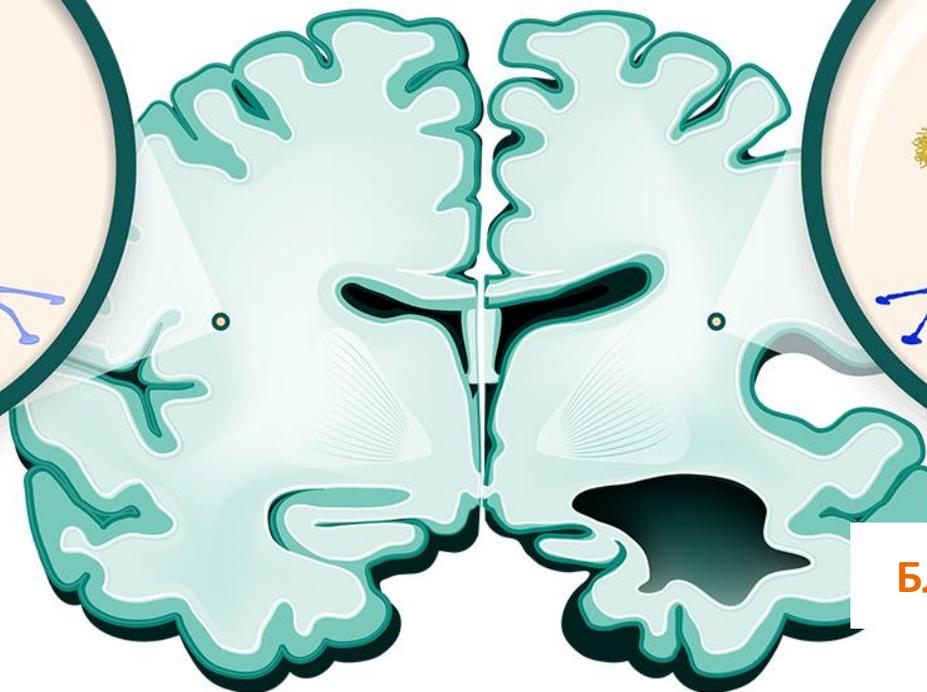


НЕЙРОН

БОЛЕЗНЬ
АЛЬЦГЕЙМЕРА



БЛЯШКА



БОЛЕЗНЬ АЛЬЦГЕЙМЕРА

ВМЕСТЕ
ПРОТИВ ДЕМЕНЦИИ





Нарушения кровообращения могут быть небольшими, но многочисленными, могут быть большими – инсульт.

ЗАПОМНИТЕ СИМПТОМЫ ИНСУЛЬТА

Вы сможете спасти чью-то жизнь



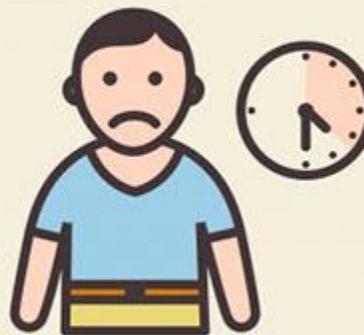
Не может улыбнуться?
Уголок рта опущен?



Не может поднять обе руки?
Одна ослабла?



Не может разборчиво
произнести свое имя?



У врачей есть только 4,5 часа
чтобы спасти жизнь больного.

ПРИЗНАКИ:

- нарушение речи
- депрессия часто
- планирования
- внимания
- памяти



ПРИЗНАКИ:

- нарушено социальное поведение, действует по импульсу, не осознает свои действия и поведение
- нарушение речи
- раннее начало (45-60 лет)
- память относительно сохранна долгое время





Тельца Леви разрушают нервные клетки, причина возникновения неизвестна

ПРИЗНАКИ:

- нарушение поведения
- нарушение внимания и концентрации
- зрительные галлюцинации, на поздних стадиях более 80%
- часты падения, тремор как при болезни Паркинсона
- **чувствительны** к нейролептикам – могут привести к смерти

ПРИЗНАКИ БОЛЕЗНИ АЛЬЦГЕЙМЕРА

ВМЕСТЕ
ПРОТИВ ДЕМЕНЦИИ



ПОТЕРЯ ПАМЯТИ,
УСЛОЖНЯЮЩАЯ ЖИЗНЬ



СЛОЖНОСТИ В ВЫПОЛНЕНИИ
ПОВСЕДНЕВНЫХ ДЕЛ



ПРОБЛЕМЫ С РЕЧЬЮ
И ОБЩЕНИЕМ



СКЛАДЫВАНИЕ ВЕЩЕЙ
В НЕСВОЙСТВЕННЫЕ МЕСТА



ЗАДАВАНИЕ ОДНИХ И ТЕХ ЖЕ
ВОПРОСОВ ПО МНОГУ РАЗ



ДЕЗОРИЕНТАЦИЯ ВО ВРЕМЕНИ
И ПРОСТРАНСТВЕ



ДЕПРЕССИЯ, АПАТИЯ,
ПОТЕРЯ ИНТЕРЕСА К ЖИЗНИ



ЧАСТЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ
НАСТРОЕНИЯ



СОБИРАНИЕ
ХЛАМА



ОБВИНЕНИЕ БЛИЗКИХ
В ВОРОВСТВЕ



НОРМА;

ДЕМЕНЦИЯ: трудности в повседневных делах более 6 месяцев:

Мягкая (не справляется с ведением документов, финансов, сложным планированием) – может жить один под присмотром

Умеренная (не справляется с ежедневными делами)

Тяжелая (полностью беспомощен)



- ПОТЕРЯ КРАТКОСРОЧНОЙ ПАМЯТИ И ХРОНОЛОГИИ СОБЫТИЙ
- УТРАТА ЧУВСТВА ВРЕМЕНИ
- СЛОЖНОСТИ В ОРИЕНТАЦИИ В ПРОСТРАНСТВЕ
- АПАТИЯ, ПЕРЕПАДЫ НАСТРОЕНИЯ
- СЛОЖНОСТИ В ВЫПОЛНЕНИИ ПОВСЕДНЕВНЫХ ДЕЙСТВИЙ



- НЕВОЗМОЖНОСТЬ ОБУЧАТЬСЯ НОВОМУ
- СДВИГ В ПРОШЛОЕ
- СЛОЖНОСТИ В КОНЦЕНТРАЦИИ ВНИМАНИЯ
- НЕСПОСОБНОСТЬ НАЗВАТЬ ПРЕДМЕТ И ОПИСАТЬ ЕГО
- УТРАТА РЕЧИ И ПОНИМАНИЯ РЕЧИ, ПИСЬМА, ЧТЕНИЯ
- ТРУДНОСТИ ПРИ ХОДЬБЕ, ПАДЕНИЯ



- РАСПАД ПАМЯТИ И ЛИЧНОСТИ
- НЕ УЗНАЕТ ЗНАКОМЫХ, ПРЕДМЕТЫ
- МЫСЛИТЕЛЬНЫЕ ОПЕРАЦИИ НЕДОСТУПНЫ
- РЕЧЬ НЕ ПОНИМАЕТ
- ТРУДНОСТИ В ПРИЕМЕ ПИЩИ, ГЛОТАНИИ
- ПОЛНАЯ ПОТЕРЯ К САМООБСЛУЖИВАНИЮ

У ЧЕЛОВЕКА С ДЕМЕНЦИЕЙ МОГУТ БЫТЬ ТРУДНОСТИ С

ВМЕСТЕ
ПРОТИВ ДЕМЕНЦИИ



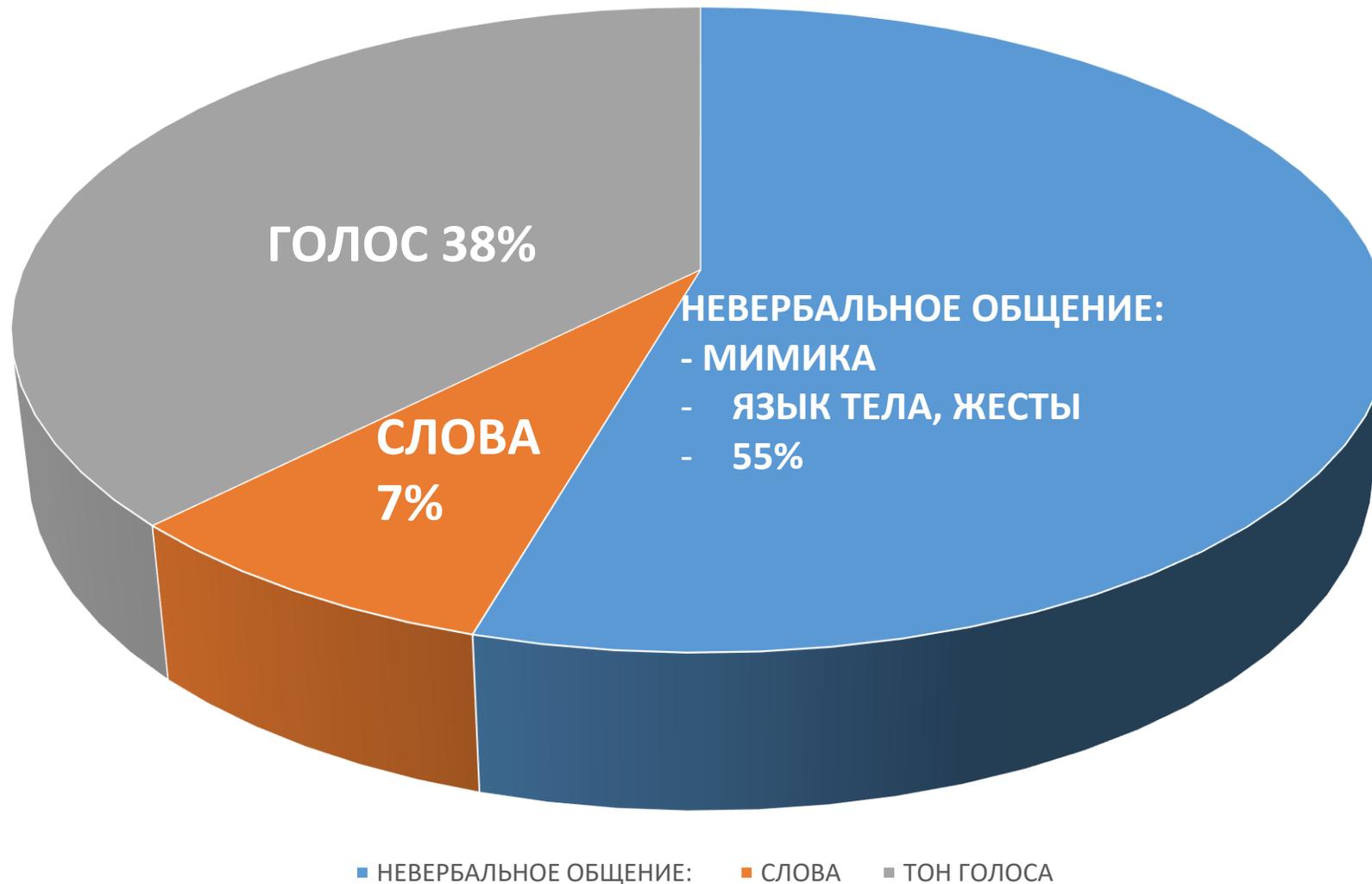
- ПАМЯТЬ
- КОНЦЕНТРАЦИЯ ВНИМАНИЯ
- ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ
- ПЛАНИРОВАНИЕ
- КРИТИКА
- ИЗУЧЕНИЕ НОВЫХ ВЕЩЕЙ
- РЕЧЬ
- ПОНИМАНИЕ РЕЧИ
- ОБРАБОТКА ИНФОРМАЦИИ
- ОРИЕНТАЦИЯ В ПРОСТРАНСТВЕ И ВРЕМЕНИ
- УЗНАВАНИЕ ПРЕДМЕТОВ
- ТЕРПЕНИЕ
- КОНТРОЛЬ НАД ПРОЦЕССАМИ: ЭМОЦИИ И ПОВЕДЕНИЕ

НАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ





ОБЩЕНИЕ





- **ВНИМАНИЕ**
- Вербальные и невербальные **ТЕХНИКИ ОБЩЕНИЯ**
- **ВИЗУАЛЬНЫЕ** образы
- **ПРИНЯТИЕ** эмоций человека, его чувств, его реальности



- **Принять чувства человека**
- Не переубеждать! Переубеждение бесполезно
- Не обсуждать человека с деменцией в его присутствии
- Уважать мнение человека, не смеяться над ним
- Вовлекать в повседневную активность, не исключать
- Не судить, если человек сделал что-то не так хорошо
- **Снизить свои ожидания!**
- Предложить помощь, вместо переубеждения



- Говорить спокойно, размеренно, с улыбкой
- Говорить медленнее, чем обычно
- Использовать простые предложения, слова
- Давать время человеку подумать над ответом
- Не давать слишком большой выбор (то или это)
- Задавать один вопрос за раз
- Не ругать за неправильный ответ, не обвинять
- Не «воспитывать». Понимать разницу между ошибками ребенка или дееспособного человека и ошибками человека с деменцией

НАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ ПО ТЕЛЕФОНУ





- **АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ:** человек с деменцией может рассказывать о том, что: его обокрали, родственники хотят его убить, сын-дочь-супруг его травит, кругом заговоры, пришельцы
- **ЭМОЦИИ:** человек может плакать, ругаться, кричать, обвинять всех, в том числе вас
- **ПРИНЯТИЕ** эмоций человека, его чувств, его реальности: человек с деменцией может говорить несуразные вещи



- **Старайтесь объяснять свои действия:** «Сейчас я запишу ваше имя для того, чтобы...»
- **Не торопитесь** и не торопите человека
- **Повторяйте:** человек с деменцией может задавать и рассказывать одно и то же несколько раз
- **Сохраняйте спокойствие**, говорите спокойно, не переубеждайте
- **Будьте внимательны к эмоциям, настроению человека**



- Не принимать агрессивные действия на свой счет. Это не про вас, это болезнь
- Не вступайте в ссору, контролируйте свое поведение, сохраняйте спокойствие
- Постарайтесь отвлечь на другой предмет разговора
- Не переубеждайте
- Человек может звонить по несколько раз и рассказывать одно и то же – будьте готовы!
- Будьте готовы к самым невероятным рассказам, принимайте их за «реальность»



ПОМОЧЬ

- Постарайтесь выяснить причину обращения, запишите все, что скажет, даже если это про пришельцев и заговоры
- **Постарайтесь узнать ФИО и возраст человека.**
Переспросите несколько раз
- Постарайтесь больше узнать о семье человека, условиях проживания, адрес, расспросите АККУРАТНО о родственниках, которые живут рядом, их ФИО
- Если возможно, предложите сходить к врачу, убедитесь, что человек записал

**ЧЕЛОВЕК ПОЗВОНИЛ, ЧТОБЫ ПОЛУЧИТЬ ПОМОЩЬ –
ВЫСЛУШАЙТЕ, ПРИМИТЕ ТО, ЧТО ОН ГОВОРIT, ОКАЖИТЕ
ПОМОЩЬ, ЕСЛИ ЭТО ВОЗМОЖНО**



- Выслушать, что бы человек не говорил
- Узнать больше о нем (фио, адрес) и его семье (фио и контакты родственников)
- Убедить обратиться к врачу по возможности
- Успокоить, дать понять, что вы – друг, вы хотите помочь, вы на стороне человека



- Организовать помощь: обратиться в соцзащиту, к участковому врачу
- Проверить контакты родственников

**ВСЕ, ЧТО ЧЕЛОВЕК РАССКАЗАЛ ПО ТЕЛЕФОНУ МОЖЕТ НЕ
СООТВЕТСТВОВАТЬ РЕАЛЬНОСТИ – БУДЬТЕ ГОТОВЫ**

НАВЫКИ КОММУНИКАЦИИ ОЧНО





- Привлеките внимание человека
- Подходите спереди
- Называйте его по имени каждый раз и представляйтесь сами
- Наблюдайте за языком тела, жестами
- Слушайте эмоциональный фон речи
- Сохраняйте визуальный контакт



ВЕРБАЛЬНЫЕ

- Старайтесь объяснять каждое свое действие, прежде, чем его сделать
- Не торопитесь и не торопите человека
- Подбадривайте и поощряйте, когда человек что-то делает сам, цените это, позволяйте человеку самому делать что-то самому
- Предлагайте поощрение, когда это необходимо. С «подарком» люди охотнее соглашаются сделать то, что вы просите
- Говорите комплименты, хвалите
- **Будьте внимательны к эмоциям, настроению, характеру человека!**



НЕВЕРБАЛЬНЫЕ

- Будьте спокойны, уравновешенны
- Используйте язык тела, который не рассматривается как угроза
- Сохраняйте зрительный контакт
- Применяйте физический контакт, если это необходимо
- **Будьте осторожны! Сохраняйте личное пространство!**



ВИЗУАЛЬНЫЕ ОБЪЕКТЫ

- Используйте визуальные объекты, картинки чтобы улучшить коммуникацию
- Иногда используются методы ориентации на реальность (расписания, режим дня), но с прогрессией деменции это может запутать
- Используйте ассоциации, чтобы помочь человеку понять, что вы хотите
- Не используйте метафоры
- Аккуратно с юмором



- ГОВОРИТЬ СПОКОЙНО, ЧЕТКО ПРОГОВАРИВАЯ СЛОВА
- БЫТЬ ДРУЖЕЛЮБНЫМ, УРАВНОВЕШЕННЫМ
- ПОВТОРИТЬ ТО, ЧТО ОН СКАЗАЛ
- ОТВЕСТИ В СПОКОЙНОЕ МЕСТО
- ПОГОВОРИТЬ, УСПОКОИТЬ
- ПРИГЛУШИТЬ СВЕТ, ВЫКЛЮЧИТЬ МУЗЫКУ/ТЕЛЕВИЗОР
- ПОМОЧЬ В ДЕЛАХ
- ОТВЕСТИ В ТУАЛЕТ
- ДАТЬ ПОПИТЬ
- ИЗМЕРИТЬ ТЕМПЕРАТУРУ/ДАВЛЕНИЕ
- ДАТЬ ОЧКИ И СЛУХОВОЙ АППАРАТ
- РАССКАЗАТЬ КТО ВЫ, КТО ОН, ГДЕ ВЫ НАХОДИТЕСЬ



**Человек с деменцией
– это человек с чувствами, эмоциями,
достоинством!**



www.alzrus.org

ask@alzrus.org