

ИТАЛЬЯНСКАЯ АССОЦИАЦИЯ БОЛЬНЫХ  
СИНДРОМОМ АЛЬЦГЕЙМЕРА  
A.I.M.A.  
СЕКЦИЯ ЭМПОЛИ ВАЛДЭЛСАВАЛДАРНО  
ИНФЕРИОРЕ

ПАМЯТКА  
ДЛЯ РОДСТВЕННИКОВ И  
ЛИЦ, УХАЖИВАЮЩИХ ЗА БОЛЬНЫМИ  
СТАРЧЕСКИМ СЛАБОУМИЕМ  
(ДЕМЕНЦИЕЙ)

Составлена при помощи:

Гериатрический оперативный участок при ASL 11 г.Эмполи

Директор : доктор В.Висмара

Социальная Служба ASL 11 г.Эмполи

Директор : доктор Е. Фаласки

Авторы: док.-ра В.Висмара, А.Ристори, А.Жерини

Некоторые рекомендации Итальянской Ассоциации Больных синдромом Альцгеймера по тому как лучше преодолевать проблемы в процессе ухода за больными, которые утратили способность осознавать, выражать и отправлять свои естественные потребности. Обычно это очень простые потребности и потому тяжело осознаваемы больными.

## Общие рекомендации

### **1. Как противостоять потере памяти:**

- поддерживать позитивное и спокойное отношение;
- не подчеркивать его ошибки;
- использовать памятки, указатели на дверях, подписанные фотографии;
- создать удобное окружение, избегать ненужные перестановки в доме, создать рутинную жизнь;

### **2. Как приблизить к себе больного:**

- касаться его ласково, часто ему улыбаться;
- называть часто его по имени;

### **3. Как общаться с больным:**

- говорить с ним медленно, четко и негромко;
- использовать простые и короткие предложения;
- сопровождать вашу речь соответствующими жестами;
- не сообщать больному больше одной информации за раз;

### **4. Как противостоять потере ориентации:**

- внушать больному уверенность в себе;
- помочь ему ориентироваться во времени;
- создать рутинную жизнь;
- приспособить обстановку больного к его потребностям и поддерживать ее как можно дольше; избегать походов с больным в гости к родственникам;

## Личная гигиена

Со временем болезнь прогрессирует и больной все больше нуждается в помощи при осуществлении личной гигиены: испытывает трудности в пользовании такими простыми предметами как расческа или зубная щетка.

- обеспечьте больному соучастие не лишая его самостоятельности и привази;
- принятие ванны должно быть приятным (температура воды, моющие средства), желательно в тот же самый день и час недели, не менее одного раза в неделю;
- убедите больного бриться каждый день (электробритвой), таким образом поддержите его самостоятельность и интерес к своей внешности;
- чистые и прибранные волосы помогают больному сохранить самоуважение; мытье головы и визит к парикмахеру хотябы два раза в месяц;
- неподстриженные ногти могут создать немало проблем; регулярно подстригать ногти рук и ног;
- создайте безопасную обстановку в ванной комнате: поручни в различных местах, в ванной яркий резиновый коврик или сидение;

- смена нижнего белья - не менее двух раз в неделю, верхней одежды - раз в неделю;
- содержать в чистоте зубной протез; раз в год визит к зубному врачу;
- проверять соответствие слухового аппарата и очков.

## **Запоры**

Запоры часто причиняют физическое недомогание, потерю аппетита а иногда и недержание мочи; больной не всегда осознает проблему, поэтому держите под контролем как часто у него стул, чтобы лучше понять – это запор или плохое самочувствие.

- Не давайте больному часто слабительные средства потому что:
  - могут вызвать боли в животе;
  - могут вызвать потерю аппетита;
  - могут усилить запоры;

Предотвращение запоров: разнообразная диета с предпочтением жидкой пищи (овощные супы и частое питье), свежие фрукты и овощи а также физические упражнения.

Случаи недержания кала довольно редки, проявляются чаще на последних стадиях болезни.

## **Недержание мочи**

- Недержание мочи связано не только с физическим состоянием больного, но и с проблемой потери памяти, ориентации а также с трудностями общения с окружающими.
- Эта проблема унижает больного и вызывает у него чувство стыда.
- Соблюдение личной гигиены очень важно: недержание мочи вызывает раздражение кожи и возникновение язв – тщательно промывать мыльной водой, насухо вытереть и затем надеть чистое белье.

### **Как предотвратить или ограничить недержание мочи:**

- отмечать как часто больной ходит в туалет и случаи недержания;
- периодически (лучше в то же самое время) приглашать больного в туалет;
- не давать ему питье поздно вечером;
- седативные и снотворные средства часто провоцируют ночное недержание мочи;
- одежда больного должна легко растегиваться и сниматься;
- по необходимости использовать памперсы.

## **Гигиена окружающей среды**

- Производить смену постельного белья один раз в неделю, ежедневно проверять постель больного(могут быть ночные потери мочи или кала).
- Убрать в доме ковры и ненужные предметы.

- Убедиться что газовая плита оснащена системой прерывания подачи газа в случае отсутствия пламени.
- Хорошо освещать помещения.
- Сохранять тишину, разговаривать спокойно не повышая голоса.
- Проверить, чтобы в ванной комнате были точки опоры и опознавательные знаки (яркая крышка унитаза).

## **Организация экономических вопросов**

- Предусмотреть перевод пенсии больного на его банковский счет.
- Назначить доверенное лицо, которое будет решать вопросы в банке или на почте от имени пациента.
- Содержать в порядке, в надежном и недоступном для пациента месте все личные документы больного ; больные часто теряют важные документы.

## **Питание больного**

Больной деменцией не всегда чувствует потребность в еде или питье либо плохо выражает эти потребности. Дабы избежать обезвоживания организма и запоров давать пациенту частое питье (1 + 1/2 литра воды = 8 чашек) , питье теплое, не горячее. Если есть трудности в проглатывании пищи: больной должен удобно сидеть за столом, подбородок опущен, пить небольшими глотками; чередовать пищу и питье, заставлять заглатывать каждый кусок 2 раза ( заглатывать второй раз когда во рту пусто); избегать смешивания твердой и жидкой пищи, овощи волокнистой структуры ( капуста, стручковая фасоль), твердую или маленьких

размеров ( орешки, попкорн и т.д.). Не смешивать первое со вторым блюдом: сначала закончить первое затем приступить ко второму.

- Внимательно следить за процессом принятия пищи больным и в особенности за количеством питья.
- Проверять состояние продуктов и их срок хранения.
- Не накапливать лишние продукты.
- Известить ваших поставщиков об имеющейся проблеме.

## **Поддержание здоровья**

Поддерживать постоянный контакт с лечащим врачом. В случае возникших проблем в первую очередь связаться с вашим лечащим врачом и следовать его указаниям.

- Следить за правильным принятием больным лечебных средств, давать необходимые препараты в предписанных врачом дозах. Не оставлять без присмотра медикаменты.
- Если больной госпитализирован информировать медицинский персонал о проблеме деменции и о препаратах которые принимает; иметь при себе все необходимые документы (историю болезни); просить разрешения оставаться рядом с ним насколько это возможно. Старайтесь успокоить больного и соблюдайте его больничный ритм. Если отмечаете в его поведении что-то непривычное срочно информируйте об этом больничный персонал.

## Поведение больного

Как себя вести при возбужденном или агрессивном поведении больного:

Соблюдайте спокойствие, не забывайте, что слова и жесты больного не направлены умышленно против вас; возможно он чем-то напуган и ищет вашей поддержки; говорите с ним мягко и дружелюбно слегка поглаживая, старайтесь отвлечь. Если поведение больного не меняется свяжитесь с вашим семейным врачом.

- Отвлеките больного: предложите выпить что-то, выйти погулять или заняться тем, что он любит делать, либо дайте ему кокой-нибудь предмет, который может его заинтересовать.
- Оставьте вокруг больного необходимое пространство, чтобы он не чувствовал себя стесненным - 1,5 м.
- Попробуйте понять мотив, который мог его возбудить: болезнь ( высокая температура, инфекция дыхательных путей или мочевого пузыря : бред, возбужденность, летаргия ) ;болезненные состояния ( запоры, артроз, мышечные судороги, переломы: возбуждение, крики, агрессивное состояние), медицинские препараты ( антидепрессивы, нейролептики: бред, нарушение координации движений, дрожь в теле, высокое давление, падения, сухость во рту, задержка мочи); сенсорные расстройства ( что-то его раздражает – включенный телевизор, шум, свет , зеркала).
- Проверьте назначенное врачом лечение и наличие лекарств, возможно завышена доза?
- Не хочет ли он сходить в туалет?
- Хочет пить , есть?
- Не противоречьте ему, а отвлеките его.
- Не входите с ним в конфликт.
- Не пытайтесь ему что-то объяснить, он не в состоянии понять, обращайтесь с ним ласково.
- Если возбужденное состояние не проходит обратитесь к врачу.

Полезная информация:

Итальянская Ассоциация Больных синдромом Альцгеймера

Секция г.Эмполи Валдеэlsa – Валдарно

Ул. Кавур 43, Эмполи

Тел. 0571/725062 или тел/факс 0571/711853

Напоминаем, что Ассоциация к вашим услугам в каждую среду с 16 до 18

Оперативный гериатрический участок ASL 11 - директор доктор В.Висмара 0571-702710

Запись по телефону USL -  
199764794

По социальным вопросам (пособия , помощь по уходу за больными и т.д) обращаться к Социальному работнику действующему на вашей территории.