

کودکان و دمانس (فرسایش مغز)

زندگی تمامی اعضای خانواده، در اثر ابتلای یک نفر از آنها به بیماری دمانس، دستخوش تحولات عمیق و وسیعی می شود. در نتیجه، به دلیل مشکلات فکری و روانی، بیشتر آنها مجبورند برای مداوا به پزشک مراجعه نمایند (۲۰۳). کودکان در این ماجرا از سایرین آسیب پذیر ترند و نیاز به توجه بیشتری دارند.

وقتی یکی از نزدیکان یک کودک، مثلاً پدر بزرگ او، به آلزایمر یا نوع دیگری از بیماریهای دمانس مبتلا می شود، چگونه این مشکل و تغییرات خلقی و رفتاری پدر بزرگ را برای کودک توضیح می دهید؟ آیا با رفتار خود کوشش می کنید مشکل را انکار نموده و اوضاع را عادی جلوه دهید؟ آیا بیمار و مسایل او را از دید کودک و همگان پنهان می کنید؟

آسیب پذیری کودکان

بروز دمانس در خانواده برای کودکان از دوجنبه چالش بر انگیز است. اول، ترس از دست دادن عزیزی که او را بسیار دوست دارند، و دوم، نگرانی از اینکه سایر عزیزان و خودشان هم در آینده به این بیماری مبتلا شوند. این دو چالش ممکن است برای آنها بحران روانپزشکی^۱ ایجاد نماید.

همچنین، کودکان ممکن است مجبور شوند زودتر از موعد، نقش والد جانشین را در انجام امور خانه مانند خرید، تمیز کردن، و یا حتی آشپزی بر عهده گیرند. این تغییر زود هنگام ممکن است در آنها احساس سرخوردگی، بی پناهی، تنهایی، و افسردگی بوجود آورد.

به کودکان آگاهی دهید

کودکان اغلب از وجود یک مشکل بزرگ در خانواده، حتی قبل از اینکه کسی برایشان توضیح داده باشد، آگاهند. بنابراین برایشان اطمینان بخش خواهد بود که با توجه به توان فکریشان، آنها را در جریان مآقع قرار دهید.

¹ Psychic Crisis

- آگاهی از بیماری دمانس ممکن است بسیار دردناک و نگران کننده باشد ولی کودکان با دانش اینکه رفتار و گفتار بزرگترشان اختیاری نیست و به دلیل بیماری به وجود آمده است، آرامش بیشتری خواهند یافت.
- توجه به رفتار و کردار اطرافیان بیمار در سازشگری با مشکلات بیماری، برای کودکان آموزنده است. آنها در عمل آموزش می بینند که چگونه باید با مشکل بزرگ و اضطراب آوری چون دمانس سازشگری نموده و احساسات دردناک مربوطه را مدیریت نمایند.
- توضیحات خود را درباره بیماری با توجه به سن کودکان و سطح درک و تحمل آنها تنظیم کنید. در عین اینکه به روشنی و درستی به سؤالات آنها پاسخ می دهید، به آنها اطمینان دهید که آمادگی پاسخ گویی به پرسش های دیگر آنها را دارید و می توانند هر وقت لازم بود در این مورد با شما صحبت کنند.
- به آنها اطمینان دهید که با وجود تمام فشارها و گرفتاری ها، مانند گذشته آنها را دوست دارید و در عمل، با برنامه ریزی دقیق سعی کنید صرف وقت با آنها را در برنامه روزانه خود بگنجانید.

به احساسات کودکان توجه کنید

کودکان بیش از دیگران نیازمندند که به احساساتشان توجه کافی شود. احساساتی از جمله:

- غم و اندوه از اینکه برای کسی که دوستش دارند چه اتفاقی افتاده است.
- اضطراب از اینکه به سر بیمار چه خواهد آمد.
- ترس و خجالت زدگی از رفتار غیر معقول و حتی کودکانه پدر بزرگشان در حضور سایرین.
- ملالت از سؤال ها و داستان های تکراری عزیزشان.
- تغییر نقش و مسؤولیت جدید آنها در مراقبت از کسی که تا چندی قبل از آنها مراقبت می کرد.
- احساس بیپهودگی و وازدگی به دلیل اینکه کوشش های آنها در بهبود بیمار تأثیری ندارد.
- عصبانیت از اینکه والدین آنها درگیر مراقبت از بیمار هستند و فرصت همیشگی صرف وقت کافی با آنها را ندارند.

کودکان را راهنمایی کنید

- از آنها بپرسید نسبت به بیماری پدر بزرگ خود چه احساسی دارند و به پاسخ آنها به دقت توجه کنید تا بتوانید از نگرانی های آنها آگاه شده و در رفع آنها بکوشید.

- از کودکان در کار مراقبت در حد توان آنها کمک بگیرید ولی توجه داشته باشید که در این کار زیاده روی نکرده و زندگی کودکانه آنها را مختل ننمایید. آنها باید فرصت کافی برای بازی، درس، تفریح، و کودک بودن داشته باشند.
- کودک را تشویق کنید دفترچه خاطرات روزانه خود را بنویسد. نوشتن احساسات کودک به او آرامش می دهد و مایه تسلی خاطر او خواهد شد.

پیشانی و اندوه در کودکان

- اگر کودک خواب های پریشان می بیند، رفتار سرکش و جلب توجه کننده از خود نشان می دهد، و یا از دردهای نامشخص شکایت دارد، ممکن است به اضطراب دچار شده باشد.
- کودکان آشفته ممکن است دچار عدم تمرکز لازم در انجام تکالیف مدرسه شوند و افت تحصیلی پیدا کنند. در صورت لزوم با مشاور مدرسه صحبت کنید و او را در جریان بیماری دمانس در خانواده بگذارید.
- کودک ممکن است نسبت به بیماری پدر بزرگ بی تفاوت به نظر برسد یا حتی خود را شاد جلوه دهد. او ممکن است بدینوسیله مسایل را در سینه اش حبس کرده و از ابراز نگرانی و ناراحتی خود طفره می رود. ضمن احترام به خواسته های او، توصیه می شود به این مسئله بی توجه نباشید.
- نوجوانان ممکن است به نظر برسند که بیشتر به خودشان توجه دارند و وقت خود را در تنهایی و اتاق خود صرف می کنند. این گزینه ممکن است مکانیسم دفاعی آنها در برخورد با مشکل لاینحل دمانس باشد. ضمن احترام به رفتار آنها، به آنها اطمینان دهید که دوستشان دارید و هر زمان مایل باشند می توانند با شما صحبت نموده و پرسشهای خود را با شما در میان گزارند.

منابع و مراجع

203. sciencedirect.com; (n.d.), Impaired health of those living with dementia patient, retrieved April 2017, from <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0277953695002960>

204. alzheimers.org.uk; (n.d.), Explaining dementia to children and young people, retrieved April 2017, from https://www.alzheimers.org.uk/info/20029/daily_living/23/explaining_dementia_to_children_and_young_people

205. alz.org; (n.d.) Children and teens, retrieved April 2017, from http://www.alz.org/documents/national/brochure_childrenteens.pdf

206. ncbi.nlm.nih.gov; (n.d.), What it means to be an adult child of a person with dementia, retrieved April 2017, from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24152431>

207. Sheffield.ac.uk; (n.d.), Young people caring for adults with dementia, retrieved April 2017, from https://www.sheffield.ac.uk/polopoly_fs/1.563454!/file/Young_people_caring_for_adults_with_dementia.pdf

www.dardashna.ir