

راهکارها – مرحله ابتدایی بیماری فرسایش مغز(دمانس)

سازشگری با مشکلات بیمار مبتلا به فرسایش مغز(دمانس) در مرحله ابتدایی بیماری نیاز به بردباری بی پایان مراقب دارد. بیمار ادعا می کند که مشکلی ندارد و با اصرار به کارها و فعالیتهای گذشته خود ادامه می دهد. او کم و بیش آگاه است که مشکلاتی در راه است ولی با زرنگی و ابتکار کوشش می کند بر آنها سرپوش بگذارد. کسانی که با بیمار زندگی می کنند نسبت به بعضی مشکلات آگاهند ولی بیمار می تواند در ارتباط با فامیل دور، همسایگان، همکاران، و حتی پزشکان، وضعیت را عادی نشان دهد.

مرز بین مراحل مختلف بیماری فرسایش مغز قراردادی و تاریک است بدین معنی که بعضی از عوارض بیماری ممکن است در بیش از یک مرحله وجود داشته باشند. یا در یک مرحله بروز کنند، پس از چندی برطرف شوند، و سپس دوباره در همان مرحله یا مرحله بعدی نمایان شوند. بهتر است که برای آگاهی بیشتر هر سه مقاله زیر را مطالعه نمایید:

- راهکارها – مرحله ابتدایی بیماری فرسایش مغز(دمانس)
- راهکارها – مرحله میانی بیماری فرسایش مغز(دمانس)
- راهکارها – مرحله پایانی بیماری فرسایش مغز(دمانس)

به راهکارهای زیر در مرحله ابتدایی بیماری توجه کنید:

مسائل مالی و حقوقی را سازمان دهید

در زمانی که عزیز شما از توان درک و شناخت کافی برخوردار است در مورد اموال و داراییها و نحوه ی استفاده از آنها در زمانی که او توان تشخیص و تصمیم گیری درست را از دست خواهد داد تصمیم گیری کنید. مقاله ی زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- امور حقوقی و مالی

آگاهی خود را نسبت به بیماری افزایش دهید

مراقب هرچه بیشتر نسبت به بیماری، عوارض قابل پیش بینی، و سیر پیشرفت آن آگاهی داشته باشد، به همان نسبت آمادگی او برای مراقبت از بیمار بیشتر خواهد بود. او یک قدم از سیر پیشرفت بیماری جلوتر حرکت می کند و وسایل و ابزار کار مراقبت درست و موفق را از پیش آماده می نماید. مقاله های زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- دمانس چیست
- انواع فرسایش مغز
- مراحل پیشروی بیماری فرسایش مغز (دمانس)
- ده نشانه زنگ خطر
- سیر پیشرفت بیماری و دگرگونی نقش مراقب
- بیماری فرسایش مغز (دمانس) از بروز تا پایان
- حواس پنجگانه و فرسایش مغز
- آیا فرسایش مغز قابل پیشگیری است؟
- وقتی عزیزتان به فرسایش مغز (دمانس) مبتلا شود چه احساسی دارید؟

برای تغییرات رفتاری بیمار آماده شوید

در طول بیماری مخصوصاً در مراحل ابتدایی و میانی، شما شاهد تغییرات رفتاری مختلفی در بیمار خود خواهید بود. زمان بروز این تغییرات، طول مدت، و شدت آنها در بیماران مختلف متفاوت است. راهکارهای سازشگری با اکثر این تغییرات غیر دارویی است و با آموزش، آگاهی، و شکیبایی می توانید این مرحله پر استرس را آسانتر سپری کنید. مقاله های زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- افسردگی
- پرخاشگری و خشونت
- اضطراب و بیقراری
- تکرار
- انبار کردن اشیاء
- رفتار جنسی نامناسب

و قایع روزانه را ثبت نمایید

تحولات و تغییرات احوال بیمار، تواناییها و ظرفیت شناخت او، و اتفاقات روزانه برای بررسی های بعدی و مشورت با پزشک نیاز به ثبت شدن دارند. با ثبت دقیق وقایع و آگاهی مراقب از آنها، دخالت های مراقبتی و پزشکی هدفمندتر و موثرتر خواهند بود. مقاله ی زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- ثبت وقایع روزانه

برای مراقبت کردن از بیمار برنامه ریزی کنید

بهترین مکان برای مراقبت از بیمار در سیر بیماری، در صورت امکان، منزل خود او است. ولی مراقبت کردن از بیمار در منزل نیاز به برنامه ریزی دقیق و اقدامات زیربنایی دارد. بجای واکنش در مورد اتفاقات بهتر است آنها را پیش بینی کرده و برای سازشگری با آنها از پیش آماده شوید. مقاله های زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- برنامه ریزی مراقبت کردن از بیمار در منزل
- خوردن و آشامیدن در مرحله اولیه بیماری

اقدامات پزشکی بیمار را به تاخیر نیندازید

در صورتیکه بیمار نیاز به مداخلات پزشکی غیرفوری دارد که بعضی از آنها به تعویق افتاده اند، زمان اقدام و انجام آنها در این دوره که بیمار توان فکری و فیزیکی لازم را برای همکاری با شما و پزشک دارد می باشد. مقاله های زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- مراقبت از دهان و دندان بیمار
- اختلالات شنوایی در بیماران مبتلا به فرسایش مغز
- عمل جراحی و بیهوشی

خطرات اشتباه در مصرف دارو را کم کنید

در این مرحله بیمار اصرار می ورزد که کنترل و مصرف داروهای خود را شخصاً به عهده داشته باشد. با توجه به سالمندی و بیماریهای زیربنایی مانند دیابت و فشارخون، تنوع و تعداد داروهای مصرفی اکثر این بیماران زیاد است. در نتیجه، خطر اشتباه در زمان مصرف، دوز داروی مصرفی، و عواقب احتمالاً سنگین آنها بسیار بالاست. مقاله های زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- خطرات اشتباه در مصرف دارو
- خوراندن دارو و عدم همکاری بیمار
- ساماندهی دارو و کم کردن بروز اشتباه

منزل خود را برای نگهداری از بیمار مبتلا به فرسایش مغز آماده کنید

منزلی که بیمار مبتلا به فرسایش مغز در آن زندگی می کند، اغلب کمبودها و مشکلاتی دارد که بایستی در زمان لازم و پیش از بروز حادثه برطرف شوند. خطر سقوط بیمار از پلکان یا در دستشویی و حمام و صدمه دیدن او، استفاده نادرست از ابزار برقی و گاز سوز، و به کار نبردن درست مواد شوینده و ضد عفونی کننده میتوانند خطرات و خسارات جبران ناپذیری به همراه داشته باشند. مقاله های زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- خطرات کلی منزل
- سقوط از پلکان و زمین خوردن
- ایمنی دستشویی
- ایمنی حمام
- ایمنی آشپزخانه
- روشنایی کافی
- انتخاب رنگ

بیمار تا چه زمانی می تواند رانندگی کند؟

پرسش مهم دیگر مربوط به ادامه رانندگی بیمار است. آیا او توان تشخیص و تصمیم گیری درست برای رانندگی کردن را دارد؟ آیا ادامه رانندگی، بیمار و سایرین را در معرض خطر قرار نمی دهد؟ چه زمانی باید از ادامه رانندگی بیمار جلوگیری کرد؟ راهکارهای بدون مجادله توقف رانندگی بیمار کدامند؟ مقاله ی زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- فرسایش مغز و امور رانندگی

اگر کودکان و بیمار در یک منزل زندگی می کنند

توجه به کودکان و احساسات آنها نسبت به بیمار، مثلاً پدربزرگ که به نوعی فرسایش مغز دچار شده است، بسیار مهم است. به پرسش های آنها چگونه پاسخ دهیم؟ نگرانی و اضطراب آنها را چگونه برطرف کنیم؟ مقاله ی زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

- کودکان و فرسایش مغز(دمانس)

در گروه های پشتیبان عضو شوید

شما تنها نیستید. مراقبین بسیاری با مشکلات مراقبت کردن از بیماران فرسایش مغز دست به گریبانند. آنها را پیدا کنید و از تجربه های یکدیگر استفاده نمایید. مقاله ی زیر را مطالعه و راهکارها و توصیه های پیشنهادی را بکار گیرید:

• گروه های پشتیبان

www.dardashna.ir