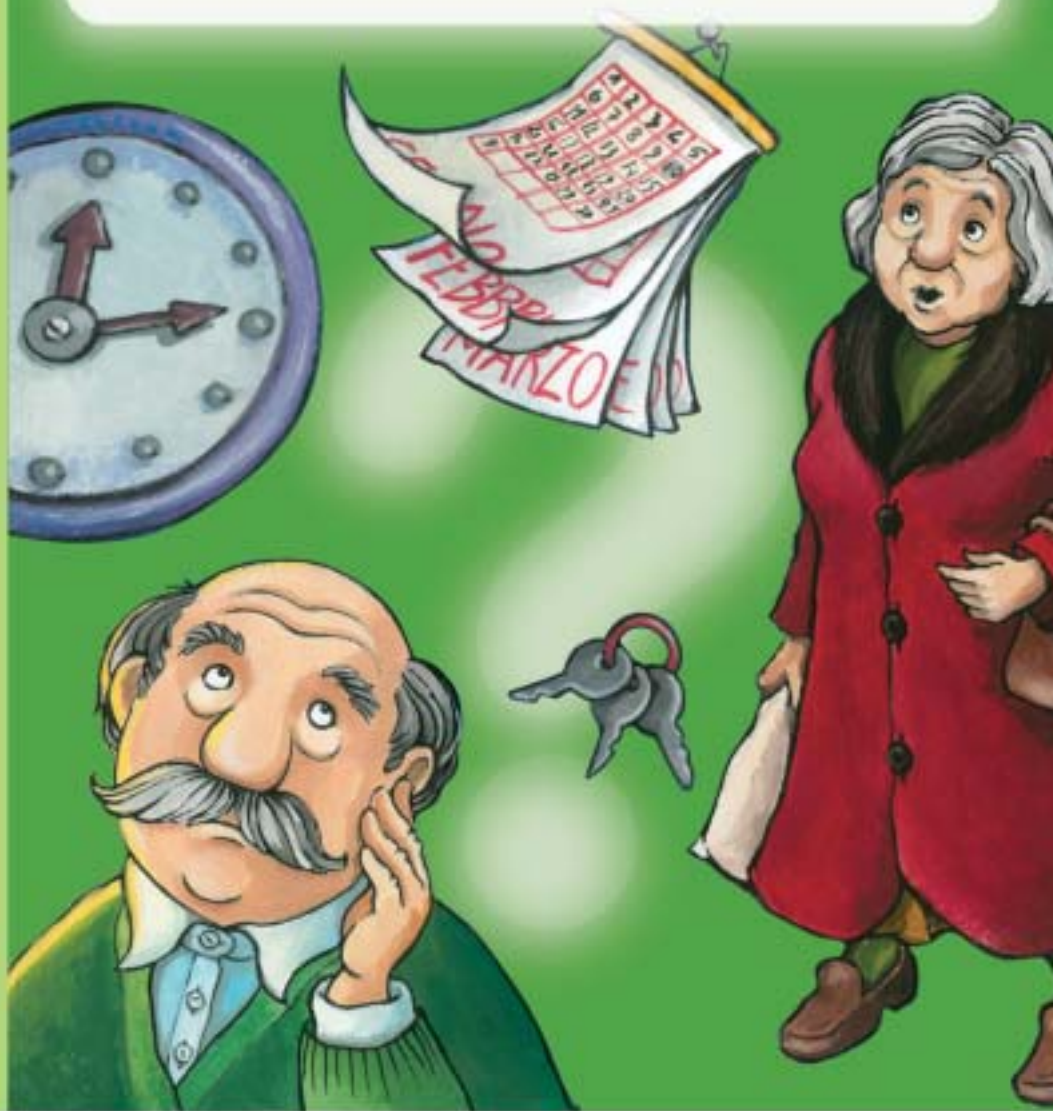


# Kujdesi për personat e sëmurë nga demenca



**Realizimi është bërë nën kujdesin e Drejtorisë së Përgjithshme dhe të Politikave Sociale - Shërbimi i Planifikimit dhe Zhvillimit të Shërbimeve Sociale dhe Shoqërore-sanitare - Dega e të Moshuarve dhe e të Paafteve në fushën e iniciativave të projektit të integruar për të ndihmuar daljen në pah dhe kualifikimin e punës së asistentëve familjarë në ndihmë të të moshuarve dhe të paafteve.**

**Tekstet e broshurave janë përpunuar në bashkëpunim me:**

**Federica Aleotti** Psikologe – Njësia Lokale e Shërbimit Kombëtar Sanitar (AUSL), Reggio Emilia

**Maria Grazia Battistini** Asistente Sociale – Komuna e Cesena (FC)

**Silvia Bellettini** Përgjegjëse për Aktivitetet Asistencialë – Shërbimi i Asistencës për të moshuarit (SAA), Modena

**Susanna Beltrami** Përgjegjëse për Aktivitetet Asistencialë - Shërbimi i Asistencës për të moshuarit (SAA), Modena

**Andrea Fabbo** Mjek Gjeriatër – Njësia Lokale e Shërbimit Kombëtar Sanitar (AUSL) Modena, Distrikti Mirandola (MO)

**Agnesa Fabbri** Infermiere - Njësia Spitalore e Gjeriatriisë – reparti për shtrimin afatgjatë Post Akut dhe Rehabilitimin Ekstensiv – Spitali S.Orsola-Malpighi Bologna

**Diana Gavioli** Asistente Sanitare - Njësia Lokale e Shërbimit Kombëtar Sanitar (AUSL) Modena, Distrikti Mirandola (MO)

**Saadia Lafhimi** Mediatrice linguistike-kulturore – Komisioni për të Drejtat e Barabarta "Mosaico", Zona Bazzanese (BO)

**Letizia Lambertini** Bashkërenditëse e Komisionit për të Drejtat e Barabarta "Mosaico", Zona Bazzanese (BO)



**Elia Lombardi** Terapiste e rehabilitimit - Njësia Spitalore e Gjeriatriisë – reparti për shtrimin afatgjatë Post Akut dhe Rehabilitimin Ekstensiv – Spitali S.Orsola-Malpighi, Bologna

**Mohammed Louhui** Presidenti i AMIL – Shoqata e mediatorëve linguistiko-kulturor, Bologna

**Marinella Richeldi** Kordinuese përgjegjëse e Shërbimit Social, Modena

**Eros Rilievo** Përgjegjës i zonës sociale - Formimi (MO)

**Sara Saltarelli** Asistente Sociale - Kooperativa Sociale (Cooperativa Sociale) "Dolce", Bologna

**Chiara Scarlini** Asistente Sociale - Komuna Mirandola (MO)

**Roberta Sordelli** Përgjegjëse Salle Njësia Spitalore e Kirurgjisë – Spitali i Bazzano (BO)

**Referues i projektit:**

**Simonetta Puglioli** Dega e të Moshuarve dhe e të Paafteve - Rajoni Emilia Romagna

**Përkthimet, ilustrimet dhe shtypi nën kujdesin e:**

Tracce s.r.l.

Broshura e përkthyer në rusisht-polonisht-anglisht-arabisht-rumanisht-frëngjisht-spanjisht-shqip dhe në Italisht mund të shkarkohet nga interneti në adresën:

<http://www.emiliaromagnasociale.it/> - seksioni i të moshuarve (anziani).

# Kujdesi për personat e sëmurë nga demenca

Sëmundja e Alzheimer-it është forma më e shpeshtë e demencës në vendet e industrializuara. Kjo **sëmundje** (malattia) shkakton një keqësim të ngadalshëm por progresiv të kapacitetit njohës dhe funksional të të moshuarit si, humbjen e **kujtesës** (memoria), humbjen e kapacitetit për të arsyetuar, probleme në të shprehur, në vetëdijen për t'u orientuar, në kapacitetin për të kryer veprimet e zakonshme e të përditshme si p.sh. rregullimin e shtëpisë, organizimin e shpenzimeve, të veshmbathjes etj.

Kujtesa e personit të sëmurë nga Alzheimer-i është e komprometuar keqas, nuk i kujtohen gjërat, bile edhe gjestet më të thjeshta bëhen rraskapitës. Pyetje të njëjta mund të përsëriten vazhdimisht, bile edhe fytyrat e njerëzve të afërm dhe të personave të njohur mund të bëhen të panjohura.

I sëmuri pëson transformime të dukshme në **sjelljen** (comportamento) e tij. Personave të familjes ose personave të afërm mund t'u duket herë pas here i çuditshëm, me sjellje jo të përshtatshme në lidhje me situatat dhe rrethanat (sepse ngatërron personat dhe vendet, pra ka sjellje që të vënë në pozitë).

Është e vështirë të zbulojmë në një person të familjes sinjalet e para të sëmundjes dhe të pranojmë se është pikërisht ajo sëmundje, për arsye se është i përhapur mendimi se pleqëria shoqërohet në mënyrë të pashmangshme me humbjen e shumë funksioneve si fizike ashtu dhe mendore. Në të vërtetë keqësimi i aftësive mendore, që e ka zanafillën në kulturën e vazhdueshme për t'i quajtur natyrale këto gjëra, në realitet shkaktohet, më shpesh se sa mund të mendohet, nga sëmundje të ndryshme degjeneruese, ndërmjet të cilave është edhe sëmundja e Alzheimer-it. Ajo që i pret personat e familjes është një rrugë e gjatë dhe e vështirë për arsye se ndryshimet për keq të personalitetit (indiferenca, çinteresimi, mosbesimi, izolimi social, depresioni) dhe shqetësimet e njohjes (konjitive) janë **simptoma** (sintomi) që pranohen më me vështirësi nga personat e familjes: është e dhembshme të pranojmë se personat të cilët ne i duam shumë nuk na njohin.

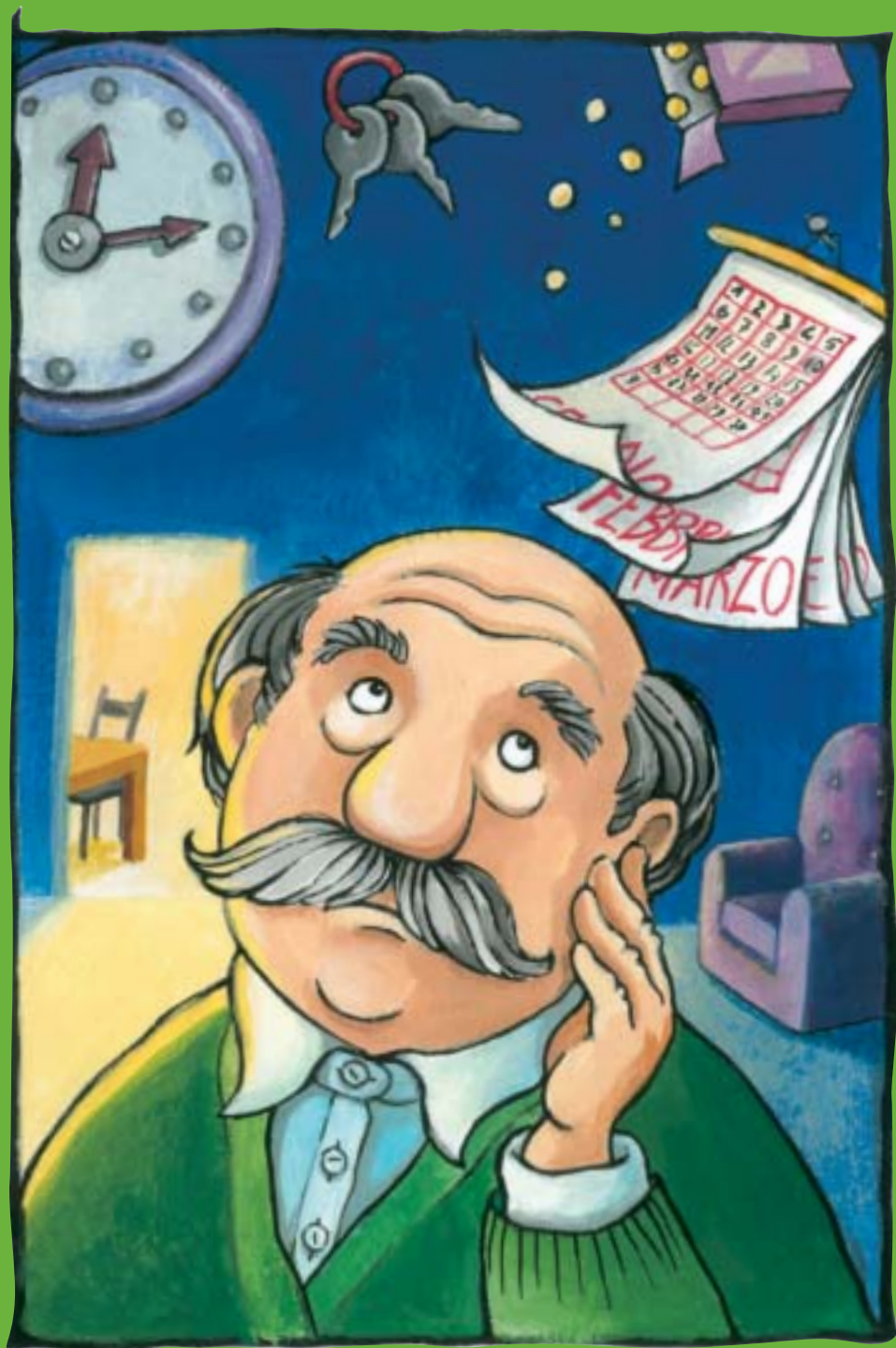
I sëmuri nga Alzheimer-i me kalimin e kohës ka nevojë për asistencë të vazhdueshme për ta ndihmuar, për t'u larë, për t'u veshur, për të ngrënë, për të dalë dhe për të lëvizur brenda shtëpisë së tij. Të njohim dhe të informohemi në lidhje me sëmundjen dhe zhvillimin e saj është shumë e rëndësishme për të kuptuar sjelljen e personit të sëmurë, kjo na jep mundësinë që të përcaktojmë problemin e vërtetë dhe të kuptojmë se si duhet të ndërhyjmë për t'i dhënë **ndihmë** (aiuto) të moshuarit. Komunikimi afektiv dhe patosi (dashuria, ëmbëlsia, ta duam personin, buzëqeshja, mirësia) janë thelbësore për të mbajtur një relacion me të sëmurin.

Fatkeqësisht, për të shëruar sëmundjen e Alzheimer-it nuk ka ilaçe që mund të çojnë në shërim të plotë, por ekzistojnë ilaçe që mund të ngadalësojnë progresionin e sëmundjes dhe të zvogëlojnë disa simptoma si për shembull: **agresivitetin** (aggressività), ankthin, kllapinë dhe **halucinacionet** (allucinazioni), depresionin dhe shqetësimet në gjumë.

## **Si mund të ndihmojmë një të moshuar që po humbet kujtesën?**

I moshuari ka tendencë të kujtojë gjërat që kanë ndodhur shumë vite më parë, ndërsa harron gjërat që kanë ndodhur para disa ditësh ose ato që kanë ndodhur para disa orësh, për shembull mund të harrojë nëse ka ngrënë, mund të acarohet në qoftë se harron emrin e personit që i shërben, mund të shqetësohet sepse nuk i kujtohet ku janë çelësat e shtëpisë, nuk mban mend ditën, muajin ose vitin. Në këto raste kush i shërben të moshuarit duhet:

- Të respektojë gjithmonë të moshuarin, të ketë parasysht që ai është i sëmurë,
- Të jetë i qetë dhe t'i japë kurajo, të mos humbasë **durimin** (pazienza)
- Në qoftë se nuk ka mundësi të kujdeset vetë për të sëmurin, t'i sugjerojë familjes që t'i drejtohet një konsultori për demencat;
- Asistenca duhet të jetë praktike ose më mirë, personi që i shërben duhet të ndërhyjë për të ndihmuar të moshuarin në aktivitetet e përditshme pa i zënë krejtësisht vendin atij, në qoftë se i sëmuri është **në gjendje të bëjë** (in grado di fare) ndonjë gjë vetëm.





## Si duhet të flasim dhe të komunikojmë me një të moshuar të sëmurë?

Të sëmurët nga Alzheimer-i humbin në mënyrë progresive kapacitetin për të kuptuar gjuhën e folur dhe gjuhën e shkruar. Personat e sëmurë heqin keq të gjejnë **fjalët** (parole) e përshtatshme, bëjnë gabime, ngatërrohen me fjalët; këto vështirësi e bëjnë komunikimin të vështirë. Personi që i shërben duhet të mundohet të kuptojë se cilat janë **nevojat** (bisogni) dhe dëshirat e të sëmurit dhe për ta ndihmuar në bashkëbisedim duhet:

- Të mbajë një qëndrim të qetë, të paanshëm dhe të buzëqeshë.
- Të ulët përballë tij dhe të mundohet të kuptojë se çfarë don të thotë.
- Nuk duhet ta qortojë dhe të tallet në qoftë se bën gabime.
- Ta shikojë personin në sy.
- Të kontrollojë që të mos ketë ndonjë problem fizik, për shembull nëse ka nevojë të shkojë në banjo për të urinuar.
- Nuk duhet të bërtasim ose të përdorim një ton zëri tepër të lartë, sepse mund të frikësohet.
- Të mundohemi ta kuptojmë të moshuarin edhe nga gjestet që ai bën.
- Të mundohemi ta kuptojmë të moshuarin nga shprehja e fytyrës: A është **i trishtuar** (triste)? I zemëruar? I shqetësuar? A ka **dhembje** (dolore)?

I moshuari që ka këtë sëmundje mund të duket, sipas qëndrimit që mban, një fëmijë i vogël që ka nevojë për kujdese dhe përkëdhelje inkurajuese; dikujt mund t'i pëlqejë kontakti fizik, për këtë, nëse i marrim dorën ose i bëjmë një përkëdhelje mund të lehtësojmë asistencën. Disa të sëmurëve, megjithatë, mund të mos i pëlqejë ky kontakt, për këtë duhet të kemi njohuri paraprake, që shpesh herë na jepen nga personi i familjes që i qëndron më afër.





## Si të përballojmë higjenën personale?

Kush është i sëmurë ka gjithmonë më shumë nevojë për asistencë në lidhje me operacionet e pastrimit të trupit të tij, mund të ketë vështirësi të mbajë në dorë sapunin, të mos kujtohet se për çfarë duhet, të mos arrijë të kuptojë se çfarë është rubineti i ujit apo si ta hapë atë, personi i sëmurë mund të humbasë interesin për kujdesin dhe pastrimin e trupit të tij. Personi i moshuar që duhet të bëjë banjo mund të ketë frikë nga uji ose të rrëzohet në vaskë, ai që i shërben duhet:

- Të jetë i qetë dhe të buzëqeshë.
- Ta bëjë të sigurtë dhomën ku i moshuari lahet.
- Uji nuk duhet të jetë tepër i nxehtë.
- T'ia bëjë larjen të pëlqyeshme, nuk duhet ta detyrojë të moshuarin, sepse përndryshe zëmërohet, nuk duhet ta qortojë.
- Të përdorë një **sapun** (sapone) delikat dhe të parfumosur.
- Të përdorë një peshqir të butë dhe ta fshijë ngadalë me ëmbëlsi pa e fërkuar, lëkura e të moshuarit është shumë delikate dhe e ndjeshme.
- Të kontrollojë gjithmonë pastrimin e **thonjëve** (unghie), si të duarve ashtu edhe të këmbëve, të kujtohet që t'ia presë thonjtë.

Për personat e sëmurë nuk është gjithmonë kollaj të veshen, për shkak të humbjes së kujtesës, mund të harrojnë se si veshen rrobat ose si mbërthehen kopsat. Kush i shërben duhet gjithmonë të kontrollojë që i moshuari të ketë një pamje të kujdesur dhe të rregullt, kjo gjë mund ta bëjë që të ndjehet më mirë.



## Si të përballojmë dietën dhe të ushqyerit?

Koha e bukës mund të bëhet e vështirë, sepse i sëmuri harron të hajë dhe të pijë ose, nëse ka ngrënë, nuk kujtohet sepse ka humbur kujtesën dhe kërkon të hajë vazhdimisht; jo gjithmonë është në gjendje të mbajë në dorë pirunin ose lugën. Në qoftë se i sëmuri është rëndë, mund të ketë probleme që të **përtypet** (masticare), mban ushqimin në gojë pa e gëlltitur (kapërdirë). Ai që i shërben mund të ndjekë këto udhëzime:

- Përgatit ushqimin që i pëlqen të moshuarit.
- E vendos ndënjur të moshuarin, në mënyrë korrekte, ai duhet të qëndrojë me komoditet dhe të ndjehet rehat.
- Ta lejojë që të hajë edhe me duar.
- Të vendosë një pecetë.
- Nuk duhet t'i bërtasë të moshuarit në qoftë se ndotet ose nëse ushqimi i bie në tokë.
- Të ketë parasysh se duhet t'i japë të paktën 8 gota me ujë/ditë, çaj (pak) dhe kamomil, sepse i moshuari harron.
- T'ia copëtojë ushqimin në qoftë se i moshuari nuk mundet.

## Këshilla dhe sugjerime për personin që shërben.

- Disa të moshuar të sëmurë nga demenca mund të harrojnë vendin ku gjenden, si shtëpinë e tyre, rrugën ku banojnë, mund të ecin shumë dhe të bëjnë disa kilometra duke humbur rrugë dhe duke mos pasur mundësi të kujtojnë adresën, për këtë personi që i shërben duhet të ketë kujdes që i moshuari të mos ikë nga shtëpia e tij sepse mund të mos mbajë mend vendin ku gjendet shtëpia, ose të mos e gjejë më **rrugën** (strada).
- Disa të moshuar, të sëmurë nga demenca nuk janë në gjendje të **flejnë** (dormire) natën, mbeten zgjuar, janë të shqetësuar, çohen nga shtrati. Për t'i ndihmuar mund t'i japim për të pirë qumësht, t'i lejojmë të lëvizin dhe të kontrollojmë që të mos ketë rrezik që të rrëzohen, që të urinojnë, nuk duhet t'i lëmë të flejnë ditën. Të sëmurët mundet që të mos e dallojnë ditën nga nata. Nuk duhet ta detyrojmë të moshuarin që të qëndrojnë në shtrat për të



Ku jam?



fjetur, mund të zemërohet dhe të shqetësohet dhe për ta qetësuar mund të jetë e vështirë. Në qoftë se nuk flen kurrë ose flen pak, mund të thërrasim mjekun.

- Me përparimin e sëmundjes dementi mund të vuajë nga **mosmbajtja** (incontinenza) e ujit të hollë (i moshuari nuk ndjen ose nuk kupton më se duhet të **urinojë** (pipi), ose nuk arrin të thotë fjalën urinë, apo nuk gjen vazon). Në qoftë se laget duhet ta ndihmojmë të ndërrohet, nuk duhet t'i bërtasim sepse gjendet në një situatë të vështirë dhe mund të turpërohet dhe të hutohet.
- Është e rëndësishme të kontrollojmë që i moshuari të shkojë në banjë rregullisht, sepse mund të ndodhë që të vuajë nga **kapsllëku** (stitichezza), ky problem mund të shkaktojë dhembje barku, humbje të oreksit dhe nëse problemi nuk zgjidhet, duhet të thërrasim mjekun.
- Kur kuptohet që i moshuari vuan, sepse ka ethe, është rrëzuar dhe ankohet nga dhembjet ose është në kllapi, duhet të thërrasim menjëherë mjekun dhe të lajmërojmë personat e familjes.

## Çfarë mund të bëjmë gjatë ditës me të moshuarin?

Ai që i shërben mund t'i bëjë shoqëri të moshuarit dhe ta ndihmojë që të bëjë disa aktivitete të vogla për të mos i dhënë mundësi që të ndjehet i trishtuar ose i mërëzitur. I moshuari mund të jetë akoma në gjendje që:

- Të bëjë **shëtitje** (passeggiate).
- Të palosë rrobat dhe pastrojë pluhurat e orendive.
- Në qoftë se ka një kopësht, të kujdeset për lulet.
- Të dëgjojë muzikë.
- T'i mbajë duart e zëna me punë duke bërë lëmsha me lesh.
- Mund t'i tregohen fotografi.
- Në qoftë se i moshuari ka një maçok duhet të vazhdojmë ta mbajmë në shtëpi, të moshuarve i pëlqen të përkëdhelin kafshët.

Të moshuarit meritojnë kujdes dhe respekt dhe puna e atij që u shërben vlerësohet si shumë e rëndësishme për t'u dhënë mundësi atyre që të ndjehen mirë në shtëpinë e tyre.



