



Agresja u chorych na Alzheimera (SKĄD SIĘ BIERZE? JAK SOBIE Z NIĄ RADZIĆ?)



Grochowska 312, Warszawa



zaburzeniapamieci.pl



224 411 104

WIELE trudności

Zachowania agresywne często towarzyszą chorobom otępiennym, w tym chorobie Alzheimera. Szacuje się, że dotyczą aż 40% chorych, znacznie częściej mężczyzn niż kobiet. Jak sobie z nimi radzić?

Agresywne zachowania u pacjentów cierpiących na chorobę Alzheimera są uciążliwe dla opiekunów i powodują wiele trudności. Szczególnie wtedy, gdy chory nigdy wcześniej nie wykazywał podobnych zachowań. Warto wówczas wiedzieć, jak reagować, aby nie potęgować agresji i jednocześnie podjąć próbę uspokojenia chorego.

PRZYCZYNY AGRESJI U CHORYCH NA ALZHEIMERA

Główną przyczyną wykazywania agresywnych zachowań u chorych na Alzheimera jest wyniszczenie organizmu na skutek postępującej choroby. W wyniku procesów neurodegeneracyjnych dochodzi do zaburzenia funkcjonowania ośrodków mózgowych, które są odpowiedzialne za kontrolowanie emocji, w tym także gniewu i agresji. Należy przy tym podkreślić, że chory nie ma kontroli nad swoim zachowaniem.

Agresja u chorego może być podyktowana również lękiem, dezorientacją, niepokojem, strachem i nawet bólem, czyli wieloma konsekwencjami związanymi z postępem choroby Alzheimera. Powoduje to zaniepokojenie nie tylko opiekuna, ale również samego chorego, który często nie potrafi zrozumieć swoich emocji, przez co czuje się zagubiony.

Zachowania agresywne mogą mieć dwie postaci:

- słowną,
- fizyczną.

Wybuchowe reakcje pojawiają się często w niespodziewanych momentach w odpowiedzi na bodźce, które na ogół nie powinny wywołać agresji. Skala agresji jest bardzo szeroka, począwszy od zwykłego rozdrażnienia, aż po atak fizyczny na opiekuna.



JAKIE SYTUACJE NAJCZĘŚCIEJ POWODUJĄ AGRESYWNE ZACHOWANIA?

Sytuacje, które są czynnikiem zapalnym do pojawienia się agresywnych zachowań, mogą wydawać się banalne. Najczęściej jednak jest to reakcja na:

- zmiany w rozkładzie dnia – np. zmiana kolejności wykonywanych codziennie czynności lub ponaglenie chorego,
- zbyt wysokie oczekiwania względem chorego – w szczególności, gdy nie jest w stanie wykonać poleceń swojego opiekuna,
- zmuszanie chorego do wykonywania czynności, na które nie ma ochoty – np. kąpiel lub spacer,
- zmęczenie – potęguje ono nie tylko agresywne zachowania, ale również ból i dyskomfort,
- stawianie chorego przed koniecznością dokonywania wyboru – na zaawansowanych etapach choroby Alzheimera chory może nie tylko nie rozumieć tego, czego się od niego wymaga, ale także nie potrafi uporządkować tych informacji.

Odpowiedzią na zachowania agresywne chorego jest frustracja opiekuna. Może on odczuwać silne zniechęcenie i gniew, bywa, że obwinia siebie samego za agresywne zachowania podopiecznego. Jest to szczególnie widoczne u opiekunów, którzy sprawują pieczę nad chorym od kilku lat. W takich przypadkach warto udać się po pomoc do fundacji lub organizacji, zajmujących się pacjentami z chorobami otępiennymi.

JAK REAGOWAĆ NA ZACHOWANIA AGRESYWNE?

Zachowanie spokoju i cierpliwości w stosunku do swojego podopiecznego jest podstawą udanej komunikacji. Nie wolno doprowadzać do eskalacji napięcia przez stosowanie przemocy słownej lub fizycznej.

Jak zatem reagować na agresywne zachowania chorego?

- Mów do niego prostymi zdaniami, spokojnym i wyciszonym głosem – chory na Alzheimera może nie rozumieć nawet bardzo prostych komunikatów. Dlatego też zdania muszą być krótkie i konkretne. Wyciszeniu chorego sprzyjają stwierdzenia typu „Rozumiem, że jesteś zdenerwowany(-na), czy pomoże Ci spacer?” lub „Czy jesteś głodny(-na)? Mogę przygotować Twój ulubiony posiłek”.
- Jeśli chory ma tendencję do agresji fizycznej, upewnij się, że nie ma dostępu do przedmiotów (np. nożyczki, nóż), za pomocą których mógłby wyrządzić krzywdę sobie lub osobom trzecim.
- Staraj się utrzymać z chorym kontakt wzrokowy.
- Pamiętaj, aby nie wykonywać gwałtownych ruchów.
- Szanuj granicę i przestrzeń chorego. Jeśli chory nie akceptuje dotyku, zadbaj o zachowanie odpowiedniego dystansu.
- Nie odwracaj się do chorego plecami.
- Jeśli chory ma swoją ulubioną muzykę lub program telewizyjny, możesz zaproponować mu taką formę relaksacji.