

الرعاية الصحية والنفسية لمرضى الزهايمر الكبار في السن

اعداد: د.تهاني الوديان

يعد التعامل مع مريض الزهايمر من الأمور الصعبة التي تواجه القائمين على رعايته في المنزل و في البيئة المحيطة، و تزداد صعوبتها في حال المعرفة بأن كل مريض يختلف عن الآخر من ناحية الاحتياجات و كيفية التعامل. لذا يتوجب على القائمين برعاية هؤلاء المرضى الانتباه إلى العديد من الأمور التي تضمن سلامة المريض الصحية و النفسية. و في هذا المقال القصير، نذكر أهم تلك الأمور الواجب مراعاتها لدى مقدّم الرعاية لهؤلاء المرضى، كما يلي:

- التدرب على التحلي بالصبر عند تقديم الرعاية و التوقف عن اتخاذ الإجراءات السريعة لأن رعاية هؤلاء المرضى تحتاج للتخطيط المُسبق بهدوء و روية.

- بناء روتين يومي للمريض يضمن له ممارسة نشاطه بدون اضطرابات عاطفية و مؤثرات خارجية يصعب عليه التعامل معها، و إشراكه ببعض المهام التي لا تطلب جهداً عقلياً بشكل كبير.

- وضع أوقات محددة للنوم والاستيقاظ لعدم مواجه المشاكل

- الابتعاد عن تصحيح الأمور الخاطئة التي يبديها المريض في كلامه و الابتعاد عن جداله فلا تصحح لمريض الزهايمر معلومة تتعلق بوفاة أحد أصدقائه اذا قال لك أنه يريد زيارته مثلاً. فمريض الالزهايمر لا يدرك اواقعية الأمور كالشخص الطبيعي، و ما عليك إلا الاكتفاء باحتواء مشاعره.

- يرجى الأخذ بعين الاعتبار أن مرضى الزهايمر يحتاجون لوقت أطول للقيام ببعض المهام البسيطة، لذلك يجب الحرص على أخذهم لقسط من الراحة أثناء قيامهم بالعمل.

- محاولة تبسيط الكلام و عدم التحدث بأكثر من فكرة في الوقت الواحد مع المريض.

- الحرص على تقديم الطعام و الشراب الكافي الذي لا يحتوي على المنبهات للمريض للحفاظ على صحته.

- التقليل من الضوضاء و الصوت المزعج قدر الإمكان، لمنح المريض القدر الكافي من التركيز.

- الحرص على مناداة الشخص باسمه دائماً.

- كتابة الارشادات العامة دائماً على الأدوات التي يمكن لمريض الزهايمر التعامل معها، ككتابة كيفية تشغيل الغاز بجانبه مع استخدام الألوان التي تثير فضوله لقراءة الجزء المهم.

- إيجاد طرق ليتذكر المريض أدويته و ربطها بروتين يومي لديه، مثلاً: الصندوق الأحمر فيه الادوية التي يجب على المريض أخذها صباحاً و هكذا.

- يجب مراجعة الأدوية التي يتناولها المريض مع مقدمي الرعاية الطبية له بشكل مستمر.

- وضع إسوارة بيد المريض عليها عنوانه و رقم الاتصال الخاص بمقدم الرعاية الصحية له.

المراجع:

1) Tambunan, E.H. and Simbolon, I., 2023. Experiences of Family Caregivers Caring for Patient with Alzheimer's Disease: A Hermeneutic Phenomenology Study. Journal of Caring Sciences, 12(3), p.137.

2)

https://www.webteb.com/articles/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B9%D8%A7%D9%85%D9%84-%D9%85%D8%B9-%D9%85%D8%B1%D9%8A%D8%B6-D8%A7%D9%84%D8%B2%D9%87%D8%A7%D9%8A%D9%85%D8%B1_27255