

SIMPOZIJI, DELAVNICE

KONFERENCA 'O DEMENCI'

Nova Gorica, 26. februar 2015

V organizaciji Občine Kanal ob Soči se je v Novi Gorici 26. februarja odvijala mednarodna konferenca o demenci. Dogodek je bil organiziran v okviru projekta *Net-age*, katerega namen je krepitev trajnostnega razvoja zmogljivosti v jadranskih regijah, vključenih v projekt, ter demografski proces s poudarkom na inovativnih socialnih in zdravstvenih storitvah za aktivno staranje in samostojno življenje starejših, kar se implementira s sodelovanjem 13 partnerjev iz 6 držav, vključenih v programskem območju.

Demenca je v današnjem času pogosta bolezen, v Sloveniji je dementnih bolnikov okoli 30.000. Pri starosti od 65 do 69 let za to bolezenijo zboli 2 % moških in 1 % žensk, pri starosti od 80 do 85 let 12 % moških in več kot 13 % žensk, pri starosti več kot 95 let pa 32 % moških in 36 % žensk. Bremena, ki jih prinaša demenca za bolnike in svojce, se kažejo na psihološkem, zdravstvenem, socialnem in ekonomskem področju. V Ameriki so zabeleženi podatki, da so svojci dementnih v letu 2008 opravili 8,5 milijarde ur oskrbe in ob tem poleg finančnega in psihičnega bremena doživljali hud stres (40 %) in depresivne simptome (33 %).

Prvi predavatelj na konferenci, dr. Gorazd Klanjšček (dr. med., spec. nevrologije), je za uvod predstavil diagnostiko demence. Opisal je začetne in kasnejše znake demence, kot so upad spomina, motnje govora, nezmožnost izvajanja kompleksnejših motoričnih funkcij (planiranje, presoja, abstraktno razmišljanje ...), depresija in druge. Dr. Klanjšček je opredelil, kako poteka diagnostični proces demence in kateri diagnostični testi, laboratorijske ter slikovne preiskave

se pri tem uporabljajo. Med njimi je omenil test risanja ure, teste kognitivnih funkcij in druge. Predstavil je tudi različne tipe demence, kot so žilna demenca, demenca Lewyjevih telesc, frontotemporalna demenca, Alzheimerjeva bolezen in druge. Alzheimerjeva demenca je značilna za dve tretjini bolnikov, ki imajo demenco. Njeni znaki se kažejo kot motnje kratkoročnega spomina, težja prepoznava ljudi, ponavljanje vprašanj, izgubljanje stvari, apatičnost, motnje razpoloženja, težave pri vsakodnevni aktivnosti, vedenjske motnje, nasilnost, motnje spanja, vznemirjenost, neprimerno prehranjevanje in spolno vedenje, psihične težave (halucinacije), kasneje pa se kažejo tudi motnje požiranja, nepokretnost in drugi znaki.

Tematiko je nadaljeval dr. Vojko Kavčič (prof. psihologije), ki je povedal nekaj o tem, kako se normalni proces staranja razlikuje od demence. Vzrok, kaj povzroča demenco, še ni znan. Je pa dokazano, da na nastanek demence vpliva več dejavnikov. Izpostavil je rizične faktorje, ki lahko pripeljejo do Alzheimerjeve bolezni, kot so možganska kap in poškodba glave, depresivnost, ženski spol, izobrazba, kardiovaskularni faktorji, prekomerna teža, diabetes, stres, nizek nivo kognitivne, fizične in socialne aktivnosti. Faktorji, ki preprečujejo nastanek Alzheimerjeve bolezni pa so višja izobrazba, sodelovanje pri fizičnih, socialnih in umskih aktivnostih, poklic, ki vključuje delo z ljudmi, kognitivna rezerva (možganska sposobnost za kompenzacijo oziroma rekrutiranje dodatnih možganskih centrov pri izvajanju bolj zahtevnih nalog), dvojezičnost, življenjski stil, zdravje oziroma odsotnost bolezni, zdrava prehrana (mediteranska dieta, črno vino), vrtnarjenje, primerno spanje, obvladovanje stresa in drugo.

Na konferenci so sodelovali tudi predstavniki društva Spominčica. Glavno poslanstvo te nevladne organizacije je, da pomaga svojcem obolelih za demenco, ki so pri tej bolezni izpostavljeni hudemu psihičnemu in fizičnemu izčrpavanju ter povezuje stroko z javnostjo. Prostovoljci iz društva Spominčica so opisali svoje delo z dementnimi osebami in pomembno vlogo, ki jo imajo prostovoljci pri socialni vključenosti dementnih oseb. Trudijo se za dobro medgeneracijsko sodelovanje, ki vključuje otroke, dijake, študente in druge mlade pri druženju z dementnimi ljudmi.

Danijela Korać-Mandić (Novosadski humanitarni center) in Jelica Marić (Pokrajinski zavod za socialno zaščito) sta predstavili stanje glede pomoči starejšim in dementnim v Srbiji, kjer se kaže velik problem financiranja pomoči omenjeni ciljni skupini.

Zadnji predavatelj, mag. Jože Škrlj je povedal nekaj več o ravnanju pri oskrbi oseb z demenco. Poudaril je, naj osebe ob bolniku prilagodijo svoj odnos in obnašanje in se mu približajo v njegovem doživljanju in razumevanju stvari na drugačen način. S prepričevanjem, da njihove halucinacije in doživljanja niso resnična, jih vznemirimo, kar ne prinese nobene koristi. Komunikacija bližnjih z bolnikom se spremeni, saj dementni težko razumejo vsebinski pomen, zato je potrebno govor poenostaviti in podati le eno navodilo naenkrat. Pri dementnih pa ostane čustveno dojemanje in bližina, zato jim lahko preko tega pokažemo svojo naklonjenost.

Potrebno je paziti, da ohranjamo dostojanstvo dementnih ter jim dopustimo, da ohranijo samostojnost pri stvareh, ki so jih zmožni opraviti sami. Dementni ljudje se morajo počutiti varno, težko se navajajo na spremembe in si želijo okoli sebe enako okolje in znane ljudi. Socialna vključenost bolnikov ima veliko vlogo v njihovem življenju. Dobro je tudi razmisliti, kaj je dementna oseba rada počela v življenju in ji omogočiti njene hobije. Na koncu je še izpostavil, da tudi svojci potrebujejo čas zase, da ne pride do izgorelosti.

Konferenca je z medicinskega, psihološkega, prostovoljskega in drugih vidikov pomembno prispevala k boljšemu razumevanju demence in prizadetih oseb. Predstavljena so bila najnovejša dognanja znanosti o demenci in poudarjen vidik ravnanja do dementnih oseb.

Razumevanje demence je zelo pomembno za družinske oskrbovalce, za poklicne oskrbovalce na domu in za vse, ki delajo v domovih za starejše. Z boljšim razumevanjem demence, še posebej Alzheimerjeve bolezni, lahko nudimo več pomoči in oskrbe prizadetim osebam. Prav tako nam poznavanje znakov demence nudi razumevanje razlike med normalnim procesom staranja in med demenco, ki pa se dokončno lahko pokaže šele po diagnostiki. Ker je demence, še posebej Alzheimerjeve bolezni, vse več, je za vse nas pomembno prepoznavati zgodnje znake te bolezni in se učiti primerne ravnanja in oskrbe do prizadetih oseb.

Tjaša Mlakar