

AUZOAN

NOLA JOKATU DEMENTZIA DUEN PERTSONA BATEKIN AUZOAN



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



Auzo-ingurunea funtsezko elementua da dementziek kaltetutako familien gizarte-bazterketa saihesteko. Horregatik, garrantzitsua da auzo-inguruneak enpatia izatea, hau da, dementziak jotako pertsonarekin konektatzea eta bere gaixotasuna baino haratago ikustea, pertsona den aldetik.

Dementziak, gaixotasunaren hasieran, ez dira oztopo lehen egiten ziren gauzak egiten jarraitzeko; are gehiago, komeni da egiten jarraitzea. Beraz, ez dugu guk familia auzo-ingurunetik eta, oro har, gizartetik kanpo utzi behar.

Zer jakin beharko genuke?

- Informa zaitez dementziei buruz, eragindako pertsona eta haren senide zaintzailea hobeto ulertzeko.
- Jakin ezazu nolako dementzia duen eta nola eragiten dion familiari, eta ez atera zeure ondorioak.
- Talde batean hizketan ari bazara, hitz egin iezaiozu zuzenean dementzia duen pertsonari, harekin komunikatu behar duzunean, normalean egingo zenukeen bezala, eta ez baztertu.
- Jarraitu ohiko ohiturekin (paseoak, taberna batean zerbait hartzea, bidaiatzea, aisialdiko ekitaldietara joatea...) diagnostikatutako pertsonarekin eta/edo zaintzailearekin.
- Eman familiari bizilagunen bileren berri.
- Jarraitu pertsonarekin egoten gizarte-zentroan (joaten bazara), eta ez baztertu.
- Eman auzoko jardueren berri.
- Ardura zaitez pertsonaren eta haren senide zaintzailearen beharrez.

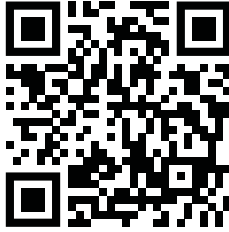


Nola joka dezakegu?

Auzo-inguruneak Alzheimer gaixotasuna duten pertsonekin “baztertzailleak ez diren gizarteak” sustatzen lagun dezake.

- Ez diskriminatu eta ez izan aurreiritzirik, gaixotasunak jotako pertsonak estigmatizatzeko modu bat baita.
- Saiatu alzheimerra duen pertsona ez zuzentzen akatsen bat egiten badu edo zerbait ahazten bazaio.
- Garrantzitsua da pertsona seguru eta babestuta sentiaraztea.
- Gaixotasunaren ezaugarri bat galdera errepikakorra da. Egoera horrek gainkarga eragiten du; horregatik, garrantzitsua da pazientzia ez galtzea eta erantzutea edo elkarrizketa beste gai batera eramatea.
- Agian, ezagutu zenuen pertsonaren izaera aldatu egin da, eta, horregatik, ez dira serio hartu behar gaizki emandako erantzunak, haserreak edo keinu txarrak.
- Hitz egin iezaiozu ezti eta lasai, egokitu diskurtsoa pertsonarengan. Ulertzen ez dizula ikusten baduzu, erabili esaldi laburragoak eta sinpleagoak.
- Ez eztabaidatu demenzia duen pertsonarekin, baliteke ez ulertzea, eta eztabaida batek antsietate handiagoa eragin diezaioke. Ez hasi liskarrean; eztabaidatzeak ez du laguntzen, aitzitik, urduriago jar daiteke horregatik. Hobe da gaia aldatzea edo eztabaida eragin duen arrazoari garrantzia kentzea.
- Pertsona desorientatuta egon daitekeela uste baduzu, hurbildu poliki eta lasai, eta esan nor zaren. Non bizi den baldin badakizu, lagun ezazu, eta, bestela, abisatu familiari. Familiaren zain zaudeten bitartean, saiatu zer edo zer behar duen jakiten (egarria, gosea, nekea...). Saiatu urduri jartzen ahal zaizkion galdera asko ez egiten, eta hitz egin gai askotariko eta hutsalei buruz familia iritsi bitartean.
- Batzuetan, desorientazioak eta urduritasunak berak agresibitate pixka bat eragin dezakete; halakoetan, saiatu lasai egoten, utzi barrena hustu dezala eta saiatu entretenitzen, gaia aldatuz adibidez: non jaio zen galdetu, gauza alairen bat esan...
- Desorientatuta dagoela uste baduzu eta familia ezagutzen baduzu, abisatu, eta, erantzuten ez badute, deitu 112ra.





Informazio gehiago:
www.ceafa.es/entornos-amigables

INGURUNE LAGUNKOI
ETA SOLIDARIOAK
DEMENTZIEKIN



**CONFEDERACIÓN
ESPAÑOLA DE
ALZHEIMER**