



# NOLA KOMUNIKATU DEMENTZIA DUEN PERTSONA BATEKIN




POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



**A**lzheimerria duten pertsonen komunikazio-arazoak gaixotasunaren lehen faseetan hasten dira. Hasierako faseetan, hitzak aurkitzeko arazoak ager daitezke. Gaixotasunak aurrera egin ahala, ohikoagoa izango da, eta hori konpentsatzeko, itzulinguruak erabiliko dituzte hitz bat adierazteko, parafasiak, baita existitzen ez diren hitzak ere. Fase aurreratuenean, hizkuntza hitz kopuru txiki batera mugatuko da, eta nulua izango da.

## Komunikazioa hobetzeko gomendioak

- Saihestu zaratak eta arreta-galtzeak. 
- Lasai egon eta pazientzia izan, pentsatzeko eta hitz egiteko denbora utziz.
- Jarri diagnostikatutako pertsonaren aurrean, elkar ikusteko moduan.
- Ez hitz egin diagnostikatutako pertsonari buruz beste pertsona batzuekin hura aurrean ez balego bezala.
- Animatu hitz egitera, baina nahi ez duenean behartu gabe.
- Galderek edo azalpenek zentzurik ez dutenean, aldatu elkarrizketaren gaia.

## Hitzezko komunikazioa hobetzeko gomendioak

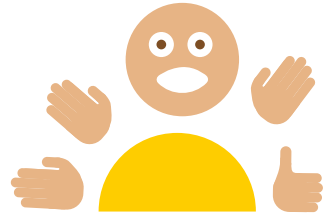
- Argi eta motel hitz egin.
- Azaldu mezuak modu zuzen eta zehatzean, zalantzarik sortu gabe.
- Esaldi laburrak eta hiztegi erraza erabili.
- Hitz gakoak nabarmendu.
- Gozo hitz egin.
- Ondo ulertu ez badu, berriz egin galdera, mintzaira bakun eta argiarekin.
- Ez eztabaidatu, ez oihukatu, ez kritikatu, ez tratatu umea balitz bezala.
- Erabili umorea pertsonarekin konektatzeko tresna gisa, baina ez erabili zentzu bikoitzeko hitzak, nahasmena eragin dezakete eta.

Bla... bla



## Ez-hitzezko komunikazioa hobetzeko gomendioak

- Irribarre egin eta lasai egon.
- Keinu gutxi egin.
- Maitasuna azaldu, diagnostikatutako pertsona seguru eta eroso senti dadin.
- Saiatu kezka, tristura, haserrea edo segurtasunik eza ez adierazten.
- Ahal bada, bisualki erakutsi zer transmititu nahi diogun.



## Komunikazioari eta egungo egoerari aurre egiteko gomendio orokorrak

- Lehenik eta behin, kontuan izan mintzairaren ezaugarriak eta Alzheimer gaixotasunaren bilakaera ezagutzea funtsezkoa dela atribuzio berria sortzeko eta familiaren egoera berria onartzeko.
- Bigarrenik, kontuan izan zure emozioek komunikazio-prozesuan eragina izango dutela. Horregatik, haien gaineko zaintza eta kontrola areagotzen saiatu beharko duzu.
- Espainiako Alzheimerdunen Senideen Elkarte gehienek autolaguntzako taldeak dituzte, eta talde horietan sentimendu horientzako erantzuna aurkitu ahal izango dute, eta sentimendu horiek ezagutzen, ulertzen, onartzen, beste batzuekin partekatzen, konpentsatzen, aurre egiten eta ahal den neurrian kontrolatzen ikasi.
- Errealitatera egokitzea, oraindik ere bere maitearekin oso une eta emozio atseginez gozatuko duela ahaztu gabe, batez ere biek galdu dutenari erreparatu beharrean, oraindik mantentzen dutenari erreparatzen badio.
- Finkatu zure egoera optimizatzeko konpromiso irmoa, pazientea estimulatuz eta zu zeu komunikazio-prozesua errazteko elementu bihurtuz.
- Horri buruz hausnartzen badugu, gure komunikazio-estiloak gure solaskide, inguruabar edo erabiltzen ditugun baliabideen erara egokitze gaitasuna denok dugula ikusiko dugu. Adibidez, hiru urteko haur bati ez diogu nerabe bati bezala hitz egiten; ez ditugu tonu berak erabiltzen, ezta hiztegi bera ere. Zer esanik ez, gure hizkuntzako hitz gutxi batzuk dakizkien atzerritar bati hitz egiten diogunean edo mugikorra edo Internet erabiltzen dugunean gure adierazpenek izaten dituzten aldaketak.



Informazio gehiago:  
[www.ceafa.es/entornos-amigables](http://www.ceafa.es/entornos-amigables)

INGURUNE LAGUNKOI  
ETA SOLIDARIOAK  
DEMENTZIEKIN



**CONFEDERACIÓN  
ESPAÑOLA DE  
ALZHEIMER**