

BROSZURKA DLA NASTOLATKÓW :)

Pomoże Ci zrozumieć czym jest choroba Alzheimera

Kiedy ktoś w Twoich Znajomych ma chorobę Alzheimera.

KILKA FAKTÓW

Obecnie nikt nie zna przyczyny ani lekarstwa na chorobę Alzheimera. Istnieją leki łagodzące objawy choroby, dzięki którym chorzy odczuwają mniejszy niepokój oraz mogą dłużej czuć się niezależni. Ostatecznie jednak chorzy tracą wiele umiejętności i będą potrzebowali wsparcia ze strony innych osób.

Choroba Alzheimera powoduje zniszczenie komórek nerwowych w drodze ich skurczenia bądź obumarcia. Osoby chore zapominają jak się wykonuje zwykłe czynności, nie rozpoznają ludzi, których kochają, mają problemy ze zrozumieniem rozmowy bądź mogą zachowywać się w sposób nietypowy np. chodząc godzinami po pokoju. Zmiany pojawiają się na przestrzeni kilku lat, pogłębiają się z czasem. To nie jest wina chorych osób. Choroba Alzheimera jest przyczyną, dla której zaczynają się tak zachowywać.



WYOBRAŹ SOBIE:

Prawdopodobnie trudno jest sobie wyobrazić, jak to jest tracić część siebie. Pewne zdarzenia, zachowania są ściśle związane z wiekiem nastoletnim. Inne z kolei są ściśle związane z byciem osobą z chorobą Alzheimera. Poznaj je i spróbuj wyobrazić sobie, jak choroba Alzheimera może oddziaływać na Człowieka.

Rzeczywistość Nastolatka

- robi prawo jazdy,
- przeprowadza się do własnego mieszkania,
- spotyka narzeczoną,
- rozpoczyna pracę bądź studia,
- śledzi trendy w modzie,
- robi sobie pranie i przygotowuje posiłki,
- spędza czas z przyjaciółmi, którzy wiedzą, przez co przechodzi.

Rzeczywistość Osoby z chorobą Alzheimera

- nie rozpoznaje współmałżonka, z którym przeżyła 50 lat,
- nie rozumie, co właśnie przeczytała w gazecie,
- odebrano jej właśnie prawo jazdy z powodu pomylenia hamulca z pedałem gazu,
- zapomina gdzie mieszka i nie rozpoznaje najbliższego sąsiedztwa,
- nie pamięta jak obsługuje się pralkę i kuchenkę gazową,
- nie pamięta jak zawiązać buty,
- odczuwa samotność wśród ludzi, którzy wydają się Jej obcy i nie wie co zrobić.

Co z Twoimi emocjami?

Jak sądzisz – jakie emocje towarzyszyłyby Tobie gdybyś miał chorobę Alzheimera? Odnies się następnie do listy emocji z dołu kartki.

Emocje: strach, samotność, złość, znużenie, zażenowanie, frustracja, bezużyteczność, dezorientacja, obawy, smutek

WIĘCEJ FAKTÓW

Czy choroba Alzheimera wpływa na Twoje życie?

Jeżeli Twoja Mama albo Tata opiekują się Rodzicem z chorobą Alzheimera, prawdopodobnie zauważysz jakieś zmiany. Mogą być bardzo zajęci pracą zawodową, sprawami domowymi oraz opieką nad Dziadkiem / Babcią. Twoi Rodzice mogą być zmęczeni, niecierplivi i mogą nie mieć dla Ciebie tyle czasu, ile mieli kiedyś i ile potrzebujesz. Mogą również poprosić Ciebie o pomoc.

Możesz mieć mieszane odczucia związane z tą prośbą, możesz poczuć oburzenie, możesz obawiać się reakcji swoich znajomych, możesz czuć bezradność w związku z poczuciem, że nie wiesz co robić. Pierwsze co dobrze jest zrobić, jeżeli pojawiają się mieszane odczucia, to porozmawiać z Rodzicami, Nauczycielem albo innym dorosłym któremu ufasz, o tym jak się czujesz w obliczu nowych oczekiwań. Drugie co możesz zrobić, to skontaktować się ze Organizacjami związanymi z chorobą Alzheimera w celu uzyskania pomocy oraz zdobycia wiedzy na temat choroby. Jednym z możliwych sposobów poradzenia sobie z własnymi emocjami jest prowadzenie dziennika. Nawet jeśli Twój Dziadek / Babcia nie będzie w stanie robić wielu rzeczy, wiele z Jego / Jej umiejętności oraz zainteresowań pozostanie. Możesz być zaskoczony, jak wiele możesz zrobić aby Im pomóc.

Oto kilka przykładów, tego co możesz zrobić. Powiedzmy, że Twój Dziadek ma chorobę Alzheimera. Jeżeli lubił słuchać muzyki, możesz słuchać jej razem z Nim. Jeżeli lubił pracować w ogrodzie, możesz pomóc mu wyrwać chwasty. Jeśli Twój Dziadek lubił sport, prawdopodobnie będzie bardzo zadowolony z Twojego towarzystwa w czasie regularnych spacerów. A może wspólnie umyćcie samochód?

Opiekowanie się osobą z chorobą Alzheimera nie jest łatwe. Niektóre dni są frustrujące, inne są lepsze. Rób co możesz najlepiej i pamiętaj o tym, że gdy spędzasz czas z chorym w sposób adekwatny do Jego możliwości i nastroju, będzie on zawsze czuł Twoją miłość.

**Zacznij prowadzić dziennik.
Zostań dziennikarzem!**

Twój Dziadek / Babcia będą pamiętać wydarzenia ze swojej odległej przeszłości. Dlaczego nie przeprowadzić z nimi wywiadu na temat ich młodości? Nagraj wywiad, spisz osobistą biografię i podziel się tym z innymi członkami Rodziny. Możesz pytać o to, kto był najlepszym przyjacielem, co robił po szkole, co robił w pracy, jakie miał obowiązki w domu itp.?



Czerwiec 2014