

Tartalomjegyzék

Szerkesztői előszó a magyar kiadáshoz	xv
Bevezetés	xvii
Előszó	xix
1. FEJEZET A demencia	1
Mi a demencia?	5
A demenciával élő személy	7
Hogyan tovább?	10
2. FEJEZET A demenciával élő személy orvosi ellátása	13
Állapotfelmérés demencia gyanújának esetén	14
Ki végezze a felmérést?	18
Az orvosi kezelés és a demencia ellátása	19
Orvos	19
Ápoló	19
Szociális munkás	20
Idősgondozási menedzser	21
Gyógyszerész	21
3. FEJEZET Jellemző magatartási jelenségek demenciával élőknel	23
Az agy, a magatartás és a személyiség: miért viselkednek a demenciával élő betegek úgy, ahogy viselkednek?	23
Gondozás: néhány általános javaslat	27
Memóriazavarok	30
Túlreagálás vagy katasztrófareakció	31
Erőszakosság	36
A beszéd és a kommunikáció zavarai	37
Problémák, amelyekkel az önmagát megértetni akaró demenciával élő személy szembesül	37
Értelmezési problémák a demenciával élőknel	40
A tájékozódási képesség elvesztése	43
Az időérzék elvesztése	46
Tünetek, amelyek néha jobbak, néha rosszabbak	47
4. FEJEZET Az önálló élet problémái	49
Enyhe kognitív zavar	49
A demencia korai szakaszainak kezelése	50
Amikor fel kell hagyni a munkával	51

Amikor az érintett már nem tud többé bánni a pénzzel	53
Amikor az érintett többé már nem tud biztonságosan autót vezetni	54
Amikor az érintett már nem képes az önálló életre	58
Ha arra gyanakszik, hogy az egyedülálló embernél demencia alakul ki	58
Mit tehet ön?	61
Új otthonba költözni	61

5. FEJEZET A napi ápolással kapcsolatban felmerülő problémák **65**

Veszélyek, amelyekre érdemes odafigyelni	65
Házon belül	67
Házon kívül	69
Autóvezetés	70
Autópályák és parkolók	71
Dohányzás	71
Vadászat	71
Táplálkozás és az étkezés ideje	72
Ételkészítés	72
Étkezések ideje	73
Az evési szokások zavarai	75
Alultápláltság	77
Súlyvesztés	78
Fulladás	79
Mikor kell szondával táplálni?	80
Testmozgás	81
Pihenés, szabadidő	83
Értelemadó tevékenységek	85
Személyes higiénia	86
Fürdés	88
Az ápolási eszközök beszerzése	90
Öltözködés	91
Haj- és körömápolás	92
Szájhigiénia	92
Inkontinencia (vizelet- és székletvisszatartási zavarok)	93
Vizeletvisszatartási problémák	94
Székletinkontinencia	97
Tisztítás	97
Esések, járás- és egyensúlyproblémák	99
Székhez- vagy ágyhoz kötöttség	101
A kerekesszék	102
Az otthon átalakítása	103
Zsúfolt vagy üres tér?	105

6. FEJEZET Egészségügyi problémák **107**

Fájdalom	109
Esések és sérülések	109
Felfekvések	110

Dehidratáció	111
Tüdőgyulladás	111
Székrekedés	111
Gyógyszeres kezelés	113
Fogászati problémák	116
Látásproblémák	117
Hallásproblémák	118
Szédülés	119
Az orvosnál	119
Ha a beteg embert kórházba utalják	120
Rohamok, görcsök	122
Görcsös mozgás (myoclonus)	123
A demencia által érintett ember halála	124
A halál oka	124
Otthon meghalni	124
Hospice és palliatív ellátás	125
Halál a kórházban vagy az idősek otthonában	126
Mikor hagyjuk abba a kezelést?	126
Milyen ápolásra van szükség az élet végén?	128

7. FEJEZET A demencia magatartásbeli és neuropszichiátriai tüneteinek kezelése

131

A viselkedési zavarok kezelésének hat szabálya	132
A viselkedési zavarok kezelésének hat szabálya	132
Az emlékezetvesztés felismerése	133
Bolyongás, elkóborlás	135
Miért bolyonganak az emberek?	135
A bolyongás kezelése	136
Alvászavarok és éjszakai bolyongás	143
Esti állapotromlás („naplemente” tünetegyüttes)	146
Dolgok elvesztése, gyűjtögetése vagy rejtegetése	148
Fiókban és szekrényekben turkálás	149
Helytelen szexuális magatartás	149
Sokszor ismételt kérdések	151
Ismétlődő cselekvések	152
Szórakozottság	152
Másokon való csüngés vagy mások követése (az árny-jelenség)	153
Panaszkodás és sértegetés	154
Dolgok eltulajdonítása	157
Elfelejtett telefonhívások	158
Elvárások	158
Makacsság és együttműködésre való képtelenség	160
Amikor a demenciával élő ember megsérti a gondozóját	161
Viselkedészavarok gyógyszeres kezelése	162

8. FEJEZET A hangulatváltozáshoz és gyanakváshoz társuló tünetek 163

Depresszió	163
Egészségügyi panaszok	164
Öngyilkosság	165
Alkohol- és drogproblémák	165
Apátia és nyugtalanság	166
Érzések felidézése	166
Düh és ingerlékenység	167
Aggódás, idegesség, nyugtalanság	168
Tévképzetek, gyanakvás, paranoia, hallucinálás	170
Félreértések	171
Emberek és tárgyak felismerésére való képtelenség (agnózia)	172
„Te nem vagy a férjem”	172
„Anyukám értem jön”	173
Gyanakvás	173
Dolgok elrejtése	176
Téveszme és hallucináció	176
Tétlenség és kiüresedés	178

9. FEJEZET Előkészületek arra az esetre, ha ön betegszik meg 181

Ha ön meghal	183
--------------	-----

10. FEJEZET Külső segítség kérése 185

Barátok és a szomszédok segítsége	185
Hogyan keressünk tájékoztatást és szolgáltatásokat	186
A szolgáltatások fajtái	188
A segítség házhoz jön	190
Nappali felnőtt gondozás	191
Rövid időtartamú intézményes ellátás	193
Az otthonápolás, a nappali foglalkoztatás és a rövid távú gondozás tervezése	193
Ha a demenciával élő személy elutasítja az ápolást	194
A pihenési szükségleteihez kötődő érzései	197
Erőforrások feltárása	198
Fizetett ápolás	201
Nyújtható-e összevont ellátás olyanoknak, akiknek eltérő problémái vannak?	203
A szolgáltatás minőségének meghatározása	204
Kutató- és bemutató programok	206

11. FEJEZET Ön és a demenciával élő személy 207

A szerepek megváltozása	209
A családi konfliktusok megértése	213
A felelősség megosztása	214
Az ön házassága	216

Családi konfliktusok és a változó szerepekkel való megbirkózás	216
Családi tanácskozás	218
Ha távol él a család	220
Hogyan segíthet, ha nem ön az első számú gondviselő?	221
Gondoskodás és munkavállalás	223
Az ön gyerekei	224
A kamaszok	226
12. FEJEZET Hogy érinti önt a demenciával élő ember gondozása?	229
Érzelmi reakciók	229
Düh	230
Szégyenkezés	233
Tehetetlenség	234
Bűntudat	235
Nevetés, szeretet, öröm	237
Gyász	238
Lehangoltság	240
Elszigeteltség, magányosság	240
Aggodalom	241
Remény és realitás	241
A demenciával élő személy bántalmazása	242
Fizikai következmények	243
Fáradtság	243
Betegség	244
Szexualitás	245
Ha az ön házastársa él demenciával	245
Ha ön beteg szülővel lakik együtt	247
A jövő	247
Ön mint egyedülálló házastárs	248
Amikor a gondozott személy meghal	250
13. FEJEZET Amikor önmagáról kell gondoskodnia	251
Távol a betegségtől	252
Ajándékozza meg magát!	253
Barátok	253
Kerülje az elszigetelődést	254
Szükség esetén keressen további segítséget	255
Ismerje fel a figyelmeztető jeleket	255
Tanácsadás	257
Összefogni más családokkal: az Alzheimer Egyesület	259
Támogatói csoportok	260
Kifogások	261
Támogatás	262
14. FEJEZET Gyerekeknek és kamaszoknak	265

15. FEJEZET Pénzügyi és jogi problémák	269
<hr/>	
Gazdasági felmérés/pénzügyi helyzet	269
Várható kiadások	270
Potenciálisan felhasználható források	271
Hol keresse a felelős ember tartalmait	277
Jogi ügyek	280
16. Fejezet A hosszú távú ellátásról szóló rendelkezések	285
<hr/>	
Az önálló életvitelt biztosító ellátás típusai	287
Demenciával élő emberrel együtt költözni	292
Idősotthonok	293
Tartós ellátás házon kívül	297
Az ellátás költségének fedezése	299
Útmutató hosszú távú ellátást biztosító intézmény kiválasztásához	301
Lakóotthonba költöztetés	308
Az új élethez való alkalmazkodás	310
Látogatás	310
Önnek is alkalmazkodnia kell	313
Problémák az idősotthonban vagy más lakóotthonban	315
Szexuális problémák az idősotthonban és más lakóintézményekben	317
17. Fejezet A szellemi hanyatlás megelőzése és késleltetése	321
<hr/>	
Általános, életkorhoz kötött változások	321
Szavak felidézése és a mentális teljesítmény sebessége	322
Kockázati tényezők: kik a potenciális érintettek és a demencia	
kockázatának lehetséges csökkentése	322
Kardiovaszkuláris tényezők	322
Testmozgás	323
Közösségi és szellemi tevékenységek	323
Étrend	324
Oktatás	325
Diabétesz	325
Depresszió	326
Méreganyagok	326
Fejsérülések	326
Életkor	327
Genetika	327
Gyógyszerezés	327
Összegzés	328
18. Fejezet Az agyi rendellenességek és a demenciát kiváltó okok	329
<hr/>	
Enyhe kognitív zavar	329
Demencia	330
Az alkoholfogyasztáshoz járuló demencia	331

Alzheimer-betegség	332
Amnéziás (Korsakov) szindróma	333
Kortiko-bazális ganglionikus degeneráció	333
Depresszió	333
Frontotemporális demencia	334
HIV fertőzés – AIDS	335
Lewy-testes demencia	336
Parkinson betegséghez társuló demencia	337
Elsődleges progresszív afázia	337
Progresszív szupranukleáris parézis	337
Traumás agyi sérülések	338
Vaszkuláris demencia	339
Fiatalkori vagy korai életszakaszban kialakuló demencia	339
Más agyi rendellenességek	340
Delirium	340
Stroke és más lokalizált agyi sérülés	341
Átmeneti iszkémiás roham	342

19. Fejezet Demenciakutatások

343

Kuruzslás	345
Vaszkuláris demencia - és stroke-kutatás	346
Az Alzheimer-betegségek kutatása	346
Az agy strukturális változásai	346
Agysejtek	347
Neuroplaszticitás	347
Ingerületátvivő anyagok	347
Rendellenes fehérjék	348
Az agysejteken belüli abnormális fehérjék	349
Fertőzések	350
Idegnövekedési faktorok	350
Az agyszövetek transzplantációja	350
Fémek	351
Prionok	351
Immunszavarok	352
Fejsérülések	352
Hatóanyagok kutatása	353
Epidemiológia	354
Down-szindróma	354
Idős kor	354
Öröklődés	355
Nemi meghatározottság	357
Neuropszichológiai vizsgálatok	357
Agyi képzéskutatás	358
Tevékeny élet	359
Az akut betegségek hatása a demenciára	360
Az ellátás minőségének vizsgálata	360

Védő tényezők	361
Egy vagy több betegség?	362

20. Fejezet Az ellátás magyarországi vonatkozásai **363**

A kivizsgálás menete	365
Szociális ellátórendszer	366
Betegjogok	368
Meghatalmazás, életvégi kérdések	369
Hová fordulhatunk hozzátartozóként segítségért?	370
Tárgymutató	373