

TULBURĂRI DE COMPORTAMENT

ROMANIAN | ENGLISH

Această Fișă Informativă examinează câteva dintre schimbările obișnuite de comportament care pot interveni la o persoană care suferă de Demență. Sunt discutate cauzele unor asemenea schimbări și unele indicații asupra modului de a le face față.

Schimbările în comportamentul unei persoane suferind de demență sunt foarte comune. Ele pot pune un stres enorm pe familia și îngrijitorii. Este un fapt deosebit de îngrijorător, când o persoană cunoscută ca amabilă și iubitoare se comportă într-un mod straniu și agresiv.

De ce se schimbă comportamentul ?

Există mai multe cauze care pot contribui la schimbarea comportamentului unei persoane. Demența este rezultatul unor schimbări care au loc în creier și care afectează memoria, dispoziția și comportamentul persoanei. Câteodată, comportamentul poate fi legat de aceste schimbări, ce au loc în creier. În alte circumstanțe, poate fi vorba de schimbări în ambianța persoanei, în sănătatea sau medicația persoanei. E posibil ca o activitate cum ar fi aceea de a te îmbăia devine prea dificilă. Ori persoana nu se simte bine din punct de vedere fizic. Demența afectează oamenii în diferite feluri și reduce capacitatea unei persoane de a-și comunica nevoile și de a face față factorilor ambianței care cauzează stres. Înțelegerea cauzei pentru care o persoană se comportă într-un anumit fel, vă poate furniza unele idei privind găsirea unui tratament.

De unde să pornești

Discutați întotdeauna preocupările dvs relative la schimbări de comportament cu doctorul dvs, care va fi în măsură să verifice dacă acestea implică o boală sau jenă fizică și să vă dea unele sfaturi. Doctorul va putea să vă indice dacă există la bază o afecțiune psihiatrică și să verifice medicația persoanei.

Gestionare

Gestionarea unor comportamente schimbate poate fi foarte dificilă, și este adesea o chestiune de încercare și eroare. Să vă amintiți întotdeauna că acel comportament nu este deliberat. Mânia și agresiunea sunt adesea îndreptate împotriva membrilor de familie și îngrijitorilor, deoarece aceștia sunt persoanele cele mai apropiate. Comportamentul este în afara controlului persoanei suferinde, și aceștia pot fi destul de speriați de acest comportament. Ei au nevoie de a fi convinși din nou, deși acest fapt s-ar putea să nu fie evident.

Ce e de încercat

- Asigurând o ambianță calmă, lipsită de stres, în care persoana suferindă de demență urmează o rutină familiară,

poate fi de ajutor pentru evitarea unor comportamente dificile.

- Păstrați o ambianță familiară. Persoanele suferind de demență se pot enerva dacă ajung într-o situație stranie, sau într-un grup de oameni necunoscuți, unde se vor simți confuzionați și nu vor putea face față. Frustrarea cauzată de neputința de a satisface așteptările altor oameni poate fi un element suficient pentru a declanșa o schimbare în comportament.
- Dacă un comportament devine dificil, este bine să vă abțineți de la orice formă de contact fizic, cum ar fi restrângerea în mișcări, plasarea persoanei deoparte sau să vă apropiați de persoană din spate. Poate fi mai bine să lăsați persoana în pace până când își revine sau să chemi un prieten sau un vecin pentru sprijin.
- Evitați pedepsele. S-ar putea ca persoana să nu-și amintească întâmplarea și să nu poată, în consecință, să învețe din ea.
- Vorbiți rar, cu o voce calmă, liniștită și încurajatoare.
- Stați liniștiți sau neutri dacă persoana vă spune ceva ce pare greșit sau confuz.

Agresiunea

Aceasta poate fi fizică, precum lovirea, sau verbală, cum ar fi utilizarea unui limbaj abuziv. Un comportament agresiv este de obicei o expresie a mâniei, fricii sau frustrării.

Ce e de încercat

- Agresiunea poate fi datorată frustrării. De exemplu, zăvorărea ușii poate preveni umblatul încoace și încolo, dar poate rezulta într-o frustrare sporită.
- Activitatea și exercițiile fizice pot ajuta la prevenirea unor explozii de mânie.
- Poate fi util să te apropii de persoană încet și la vedere completă. Explicați ceea ce urmează să se întâmple în fraze scurte și clare, cum ar fi: „Urmează să te ajut să-ți scoți haina”. Aceasta poate ajuta la evitarea sentimentului de a fi atacat și de a deveni agresiv ca o reacție de auto-apărare.
- Verificați dacă acel comportament agresiv este legat de obținerea a ceea ce persoana își dorește. Dacă este așa, poate fi util să încercați să anticipați nevoile lor.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Reacție excesivă

Unii oameni suferind de demență suprareacționează la o nereușită neînsemnată sau la o critică minoră. Aceasta se poate manifesta prin țipăte, strigăte, acuzații nerezonabile, stare de agitație sau încăpățănare, hohote necontrolate sau nepotrivite de plâns sau de râs. Alternativ, persoana poate deveni retrasă. Această tendință de a suprareacționa este o parte a bolii și este denumită reacție catastrofică.

Uneori, o reacție catastrofică este și prima indicație a demenței. Poate fi o fază trecătoare, ce dispare pe măsură ce condiția progresează, sau poate continua pentru o bucată de vreme.

Comportamentul catastrofic poate fi rezultatul

- Stresului cauzat de solicitările excesive ale situației
- Frustrării cauzate de mesaje greșit interpretate
- Alte boli subsidiare

Acest comportament poate apărea foarte repede și poate speria familia și îngrijitorii. Totuși, încercând să descoperi ce declanșează comportamentul catastrofic poate să însemne uneori că el poate fi evitat. Ținerea unui jurnal poate ajuta la identificarea circumstanțelor în care acesta are loc. Dacă acest lucru nu este posibil, puteți găsi mijloace de a trata comportamentul rapid și eficient, prin utilizarea unora dintre recomandările anterioare.

Stocare

Suferinții de demență par adesea înclinați să caute un lucru care ei cred că s-a pierdut, și să stocheze lucruri pentru păstrare în siguranță.

Comportamentul strângător poate fi cauzat de:

- Izolare. Când o persoană demență este lăsată singură, sau se simte neglijată, aceasta se concentrează complet asupra ei însăși. Nevoia de a stoca lucruri este un răspuns obișnuit.
- Amintiri din trecut. Evenimente din prezent pot declanșa memorii din trecut, precum cele unde locuiau cu frați și surori care le luau lucrurile, sau despre traiul în timpul unei depresii economice sau unui război, când avea de hrănit copii.
- Pierderi. Oamenii suferind de demență pierd continuu părți ale vieților lor. Pierderile unor prieteni, familiei, unui rol important în viață, a venitului și unei memorii pe care te poți baza, pot crește nevoia unei persoane de a stoca lucruri.
- Frica. Frica de a fi jefuit este o altă experiență comună. Persoana poate ascunde un lucru de preț, poate uita unde l-a ascuns și apoi, blamează pe cineva de a-l fi furat.

Ce e de încercat

- Aflați ascunzișurile persoanei și căutați acolo mai întâi pentru lucrurile lipsă.

- Aranjați un sertar plin cu mărunțișuri pentru ca persoana să le sorteze și ca să le țină ocupate.
- Asigurați-vă ca persoana să cunoască locul din preajmă, întrucât neputința de a recunoaște locul ambiant se adăuga la problema stocării.

Comportamentul repetitiv

Oamenii demenți pot spune sau cere aceleași lucruri în mod repetat. Ei pot să se agațe de Dvs, să vă urmărească peste tot, chiar și la toaletă. Asemenea comportament poate deranja și irita. Comportamentul repetitiv poate fi cauzat în principal de neputința persoanei de a-și aminti ce a spus și a făcut.

Ce e de încercat

- Dacă o explicație nu poate fi de folos, o distracție poate fi uneori utilă. O plimbare, niște mâncare ori o activitate favorită pot fi de ajutor.
- Poate fi util să arăți considerare față de un sentiment exprimat. De exemplu, întrebarea « Ce o să fac eu azi? » poate să însemne că persoana se simte pierdută și în incertitudine. Un răspuns la această întrebare poate fi de ajutor.
- Răspunde la întrebări repetate ca și când ar fi puse pentru prima oară.
- Mișcările repetitive pot fi reduse dacă dai persoanei ceva de făcut cu mâinile ei, cum ar fi o minge moale de strâns, ori haine de împăturit.

Text bazat pe „Înțelegând și tratând un comportament cu probleme”, Alzheimer Scotland - Action on Dementia

Discutați cu doctorul Dvs preocupările Dvs privind schimbări de comportament și efectul lor asupra Dvs.

Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS) e un serviciu național de consiliere prin telefon pentru familii, îngrijitori și lucrători în domeniul îngrijirii, care sunt interesați de problema comportamentului persoanelor suferind de demență. Serviciul furnizează sfaturi confidențiale, evaluare, intervenție, educație și sprijin specializat timp de 24 de ore pe zi, 7 zile pe săptămână și poate fi contactat la numărul **1800 699 799**.

INFORMAȚII SUPLIMENTARE

Alzheimer's Australia oferă suport, informații, educație și consiliere. Contactați Linia Națională Telefonică De Ajutor Pentru Demență **1800 100 500**, sau vizitați website-ul nostru la **fightdementia.org.au**



Interpreter

Pentru asistență lingvistică telefonică la Serviciul de Traduceri și Interpretariat la **131 450**

CHANGED BEHAVIOURS

This Help Sheet looks at some of the common behaviour changes that may occur when a person has dementia. Reasons for the changes and some general guidelines for coping with them are discussed.

Changes in the behaviour of a person with dementia are very common. This may place enormous stress on families and carers. It can be particularly upsetting when someone previously gentle and loving behaves in a strange or aggressive way.

Why does behaviour change?

There are many reasons why a person's behaviour may be changing. Dementia is a result of changes that take place in the brain and affects the person's memory, mood and behaviour. Sometimes the behaviour may be related to these changes taking place in the brain. In other instances, there may be changes occurring in the person's environment, their health or medication that trigger the behaviour. Perhaps an activity, such as taking a bath, is too difficult. Or the person may not be feeling physically well. Dementia affects people in different ways and reduces a person's capacity to communicate their needs and manage environmental stressors. Understanding why someone is behaving in a particular way may help you with some ideas about how to cope.

Where to begin

Always discuss concerns about behaviour changes with the doctor, who will be able to check whether there is a physical illness or discomfort present and provide some advice. The doctor will be able to advise if there is an underlying psychiatric illness and check the person's medications.

Managing

Managing changed behaviours can be very difficult, and is often a matter of trial and error. Always remember that the behaviour is not deliberate. Anger and aggression are often directed against family members and carers because they are closest. The behaviour is out of the person's control and they may be quite frightened by it. They need reassurance, even though it may not appear that way.

What to try

- Providing a calm, unstressed environment in which the person with dementia follows a familiar routine can help to avoid some difficult behaviours

- Keep the environment familiar. People with dementia can become upset if they find themselves in a strange situation or among a group of unfamiliar people where they feel confused and unable to cope. The frustration caused by being unable to meet other people's expectations may be enough to trigger a change in behaviour
- If a behaviour becomes difficult, it is best to refrain from any form of physical contact such as restraining, leading them away or approaching from behind. It may be better to leave them alone until they have recovered, or call a friend or neighbour for support
- Avoid punishment. The person may not remember the event and is therefore not able to learn from it
- Speak slowly, in a calm, quiet and reassuring voice
- Remain quiet or neutral if the person tells you something that seems wrong or mixed up

Aggression

This can be physical, such as hitting out, or verbal such as using abusive language. Aggressive behaviour is usually an expression of anger, fear or frustration.

What to try

- The aggression may be due to frustration. For example, locking the door may prevent wandering but may result in increased frustration
- Activity and exercise may help prevent some outbursts
- Approaching the person slowly and in full view may help. Explain what is going to happen in short, clear statements such as "I'm going to help you take your coat off". This may avoid the feeling of being attacked and becoming aggressive as a self-defence response
- Check whether the aggressive behaviour is about getting what the person wants. If so, trying to anticipate their needs may help

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU **NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500**

Over-reaction

Some people with dementia over-react to a trivial setback or a minor criticism. This might involve them screaming, shouting, making unreasonable accusations, becoming very agitated or stubborn, or crying or laughing uncontrollably or inappropriately. Alternatively, the person might become withdrawn. This tendency to over-react is part of the disease and is called a catastrophic reaction.

Sometimes a catastrophic reaction is the first indication of the dementia. It may be a passing phase, disappearing as the condition progresses, or it may go on for some time.

Catastrophic behaviour may be a result of:

- Stress caused by excessive demands of a situation
- Frustration caused by misinterpreted messages
- Another underlying illness

This behaviour can appear very quickly and can make family and carers feel frightened. However, trying to figure out what triggers catastrophic behaviour can sometimes mean that it can be avoided. Keeping a diary may help to identify the circumstances under which they occur. If this isn't possible, you can find ways of dealing with the behaviour quickly and effectively using some of the guidelines listed earlier.

Hoarding

People with dementia may often appear driven to search for something that they believe is missing, and to hoard things for safekeeping.

Hoarding behaviours may be caused by:

- Isolation. When a person with dementia is left alone or feels neglected, they may focus completely on themselves. The need to hoard is a common response
- Memories of the past. Events in the present can trigger memories of the past, such as living with brothers and sisters who took their things, or living through the depression or a war with a young family to feed
- Loss. People with dementia continually lose parts of their lives. Losing friends, family, a meaningful role in life, an income and a reliable memory can increase a person's need to hoard
- Fear. A fear of being robbed is another common experience. The person may hide something precious, forget where it has been hidden, and then blame someone for stealing it

What to try

- Learn the person's usual hiding places and check there first for missing items
- Provide a drawer full of odds and ends for the person to sort out as this can satisfy the need to be busy
- Make sure the person can find their way about, as an inability to recognise the environment may be adding to the problem of hoarding

Repetitive behaviour

People with dementia may say or ask things over and over. They may also become very clinging and shadow you, even following you to the toilet. These behaviours can be very upsetting and irritating. Repetitive behaviours may be mainly caused by the person's inability to remember what they have said and done.

What to try

- If an explanation doesn't help, distraction sometimes works. A walk, food or favourite activity might help
- It may help to acknowledge the feeling expressed. For example "What am I doing today?" may mean that the person is feeling lost and uncertain. A response to this feeling might help
- Answer repeated questions as if they were being asked for the first time
- Repetitive movements may be reduced by giving the person something else to do with their hands, such as a soft ball to squeeze or clothes to fold

Based on 'Understanding and dealing with challenging behaviour', Alzheimer Scotland – Action on Dementia

Discuss with the doctor your concerns about behaviour changes, and their impact on you.

The Dementia Behaviour Management Advisory Service (DBMAS) is a national telephone advisory service for families, carers and care workers who are concerned about the behaviours of people with dementia. The service provides confidential advice, assessment, intervention, education and specialised support 24 hours a day, 7 days a week and can be contacted on **1800 699 799**.

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**