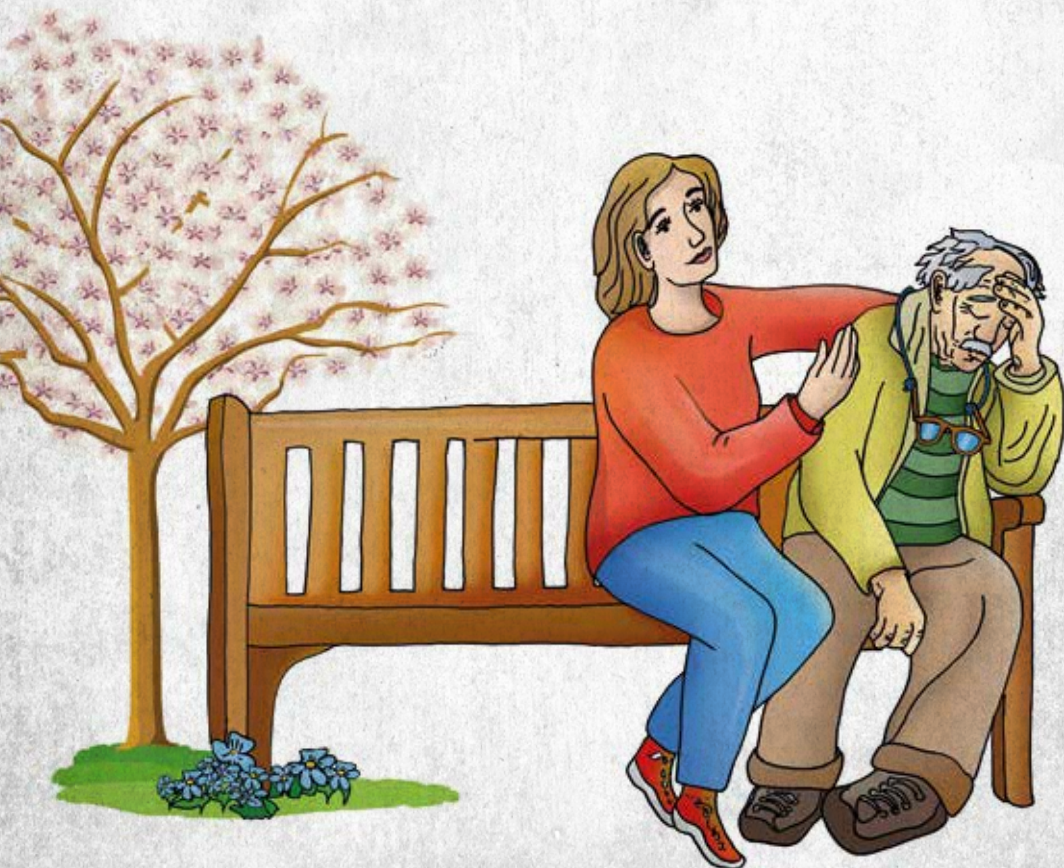


1 Što je to demencija?



Izdavači:

Caritas biskupije Banja Luka
Caritas biskupija Mostar-Duvno
i Trebinje-Mrkan

**Ilustracija:**

Ernesto Markota

Grafičko oblikovanje:

Shift Brand Design, Mostar

Tisak:

?

Naklada:

2000 primjeraka

Banja Luka/Mostar, 2020.



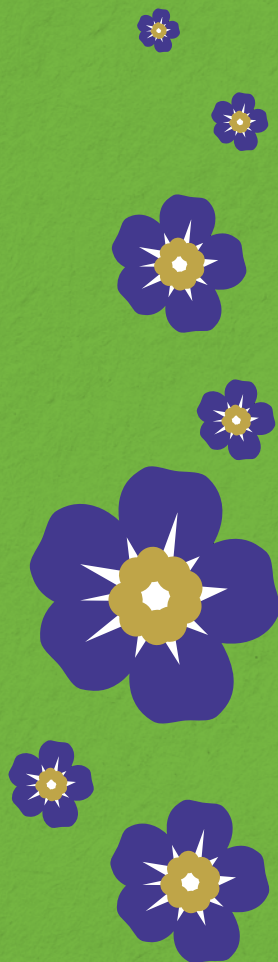
Dragi čitatelji!

Pred Vama je jedan od ukupno tri Mala savjetnika o demenciji. Namijenili smo ih, prije svega, članovima obitelji osoba s demencijom, ali i drugima koji se žele informirati o osnovnim obilježjima demencije i životu s demencijom. Nastojali smo jednostavnim jezikom prenijeti neka znanja o demenciji koja smo stekli od kvalificiranih predavača iz Austrije, Slovenije, Hrvatske, Srbije i Bosne i Hercegovine, iz stručne literature o ovoj temi i posebice iz osobnog iskustva u radu s osobama s demencijom u našim ustanovama i savjetovalištim.

Mali savjetnik broj 1 govori općenito o demenciji i promjenama koje ona donosi u životu pogođenih osoba. Mali savjetnik broj 2 nudi konkretne savjete za organizaciju svakodnevnog života u obitelji s osobom s demencijom. Mali savjetnik broj 3 bavi se uspješnom komunikacijom s osobama s demencijom te prevencijom eventualnog nasilja i sagorijevanja njegovatelja.

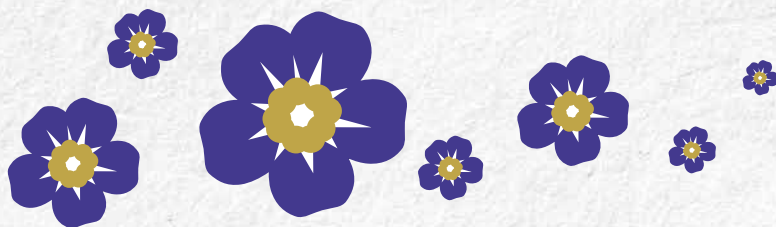
Nadamo se da će Vam ovi Mali savjetnici biti pomoć i poticaj. U svakodnevnom radu i životu s osobama s demencijom Caritas Vam želi biti partner i oslonac, kako bismo zajedno, s Božjom pomoći i s boljim razumijevanjem demencije što adekvatnije odgovorili njihovim potrebama.

Uredništvo



- Ako je nekome od članova Vaše obitelji dijagnosticirana demencija ili pokazuje sve češće simptome koji ukazuju na moguću demenciju,
- ako ste već iskusili da ta osoba predstavlja izazov za vlastitu sigurnost,
- ako ste svjesni da ćete morati preuzeti sve veću odgovornost za člana svoje obitelji,
- ako ste zabrinuti zbog toga kako mu/joj pomoći u svladavanju svakodnevnog života,

ovim Malim savjetnikom o demenciji želimo Vas potaknuti da imate otvoren stav o demenciji bez predrasuda i ponuditi Vam osnovne praktične informacije, koje mogu pomoći da se bez straha suočite sa životom s demencijom i da znate da niste sami. Znajte, prema izračunima Svjetske zdravstvene organizacije predviđa se da će do 2050. godine u svijetu biti 152 milijuna ljudi pogođenih demencijom.



Otvorenost

Demencija je definirana kao kronični gubitak pamćenja, koji značajno utječe na kvalitetu života. Naš stav prema demenciji može biti presudan za uspjeh u ophođenju s osobama s demencijom. Otvorenost i informiranost nam pomažu da ih bolje razumijemo. Shvatiti unutarnji doživljaj osobe pogođene demencijom možemo samo ako gledamo svijet njegovim/njezinim očima. Samo tako možemo razviti toleranciju na njihovo ponašanje. Kako?

Zamislimo kako bismo se mi osjećali da se ne možemo osloniti na svoje pamćenje, jer naš mozak više ne podržava tu mentalnu sposobnost. Kako bi nama bilo kada ne bismo razumjeli što se oko nas događa, jer bismo ono što čujemo zaboravili u trenu. Zamislimo da se ne sjećamo činjenica, ali i dalje osjećamo. Neki mirisi i glasovi podsjećaju nas na ugodne trenutke, a neke druge situacije neobjašnjivo bude u nama osjećaje straha i panike.

Zbog stalnih 'napada' na naše emocije iz samozaštite se povlačimo u sebe. Naš mozak nema

dovoljno informacija za prerađivanje osjećaja koji nas preplavljaju, a aktivnosti svakodnevnog života, koje smo ranije s lakoćom obavljali, postaju za nas nepoznanica. Na jednostavna pitanja ne znamo odgovor, zbunjeni smo. Što bolest više napreduje, to nam je teže snaći se u realnosti. Zbog toga bismo mogli postati agresivni ili se potpuno povući u sebe, a jedino što nam može pomoći jesu ljudi koji su nam podrška. Kada kao članovi obitelji osobe s demencijom shvatimo u kakvom je stresu osoba koja ne upravlja svojom memorijom, onda smo na dobrom putu.

UVIJEK IZNOVA VALJA NAGLASITI: UZ SVE DEFICITE KOJI DOLAZE S DEMENCIJOM, UNATOČ OBOLJENJIMA I PROMJENAMA KOJE SA SOBOM NOSE, NAŠ ČLAN OBITELJI S DEMENCIJOM JE OSOBA S PROŽIVLJENIM ŽIVOTOM I VLASTITOM OSOBNOŠĆU. TAKOĐER JE VAŽNO ZNATI: SVIJEŠT O VLASTITOJ SITUACIJI KOD OSOBA S DEMENCIJOM ČESTO OSTAJE PRISUTNA DO KRAJA ŽIVOTA.

Znanje i prihvaćanje

Praktične i korisne informacije mogu nam pomoći da se s demencijom suočimo opuštenije i s manje straha. Starenje je sastavni dio života. Moglo bi se reći nuspojava. Ne stari samo naše tijelo, nego i naš um. Što se događa u našoj glavi kad starimo?

Naš mozak se sastoji od preko 20 milijardi živčanih stanica koje su međusobno povezane sinapsama. Znanstvenici koji istražuju ljudski mozak otkrili su puno toga, ali i nadalje je nepoznato, zašto kod nekih od nas moždane strukture propadaju brže, zašto neki obolijevaju od Parkinsonove bolesti, Alzheimerove bolesti ili nekog drugog oblika demencije. Bez sumnje su odgovorni geni, životni stil, neki lijekovi, alkohol,

pretilost, manjak kretanja ili od svega pomalo. Međutim, još uvijek ne postoji lijek koji može zaustaviti ili izliječiti demenciju. Prva faza bolesti je teška, jer članovi obitelji često ne shvaćaju o čemu je riječ. Često sami oboljeli prikrivaju simptome i 'rupe' u sjećanju. I oboljeli i članovi obitelji u početku su rastrzani između negiranja i prihvaćanja. Zato je, između ostaloga, važno što ranije uspostaviti dijagnozu.

**NAŠ MOZAK
SE SASTOJI
OD PREKO
20 MILIJARDI
ŽIVČANIH
STANICA KOJE
SU MEĐUSOBNO
POVEZANE
SINAPSAMA.**



Znakovi demencije

KADA JE ZABORAVLJIVOST SASTAVNI DIO NORMALNOG PROCESA STARENJA, A KADA IMAMO RAZLOGA ZA SUMNJU NA DEMENCIJU?

Neki od znakova upozorenja da je vrijeme za temeljit liječnički pregled su kada:

OSOBA NE MOŽE PROCESIRATI INFORMACIJE:

Često ponavlja iste riječi i radnje, s mukom se sjeća nedavnih razgovora i događaja, teško pronalazi odnosno učestalo gubi stvari.

IMA PROBLEMA U GOVORU I KOMUNIKACIJI:

Teško pronalazi prave riječi, zaboravlja značenje pojmova, teško prati razgovor, ne zna odgovoriti na jednostavna pitanja ili ponavlja jedno te isto.

GUBI PROSTORNU I VREMENSKU ORIJENTACIJU:

Ne snalazi se u poznatom prostoru, ne zna koliko je sati, koji je dan, godišnje doba ili godina, zaboravlja dogovorene termine.

IMA PROBLEMA U RJEŠAVANJU KOMPLEKSNIH RADNJI:

Nije u stanju obaviti poslove koji iziskuju više koraka, na primjer, skuhati ručak, obaviti neki posao u banci, otići u nabavku.

MIJENJA RAZMIŠLJANJE, RASUĐIVANJE, NAVIKE:

Nerazumno postupa u novonastalim situ-

acijama, ne iznalazi praktična rješenja, gubi zanimanje za socijalne aktivnosti, lošije spava, noću luta.

IMA PROBLEMATIČNO PONAŠANJE:

Dolazi do promjena u ponašanju kao što su usporenost, razdražljivost, bezrazložna sumnjičavost, agresivnost, pasivnost, fizička zapuštenost.

NE PREPOZNAJE:

Ne prepoznaje bliske osobe, ne zna im ime, ne prepoznaje sebe u ogledalu, uplaši ga/ ju „strani“ lik iz ogledala.

Obična senilnost ili demencija

MNOGI STARI LJUDI SE BOJE DEMENCIJE. BOJE SE GUBITKA SAMOSTALNOSTI. ČESTO IH UHVATI PANIKA KADA U ZABORAVLJIVOSTI NASLUTE POČETAK DEMENCIJE.

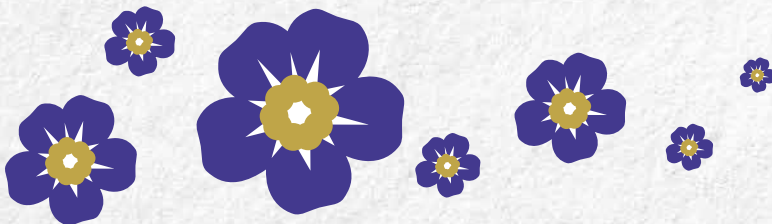
Jasno je da ljudski mozak u starosti ne funkcionira jednako dobro kao u mladim danima. Ipak, statistički gledano, samo 7% osoba starijih od 65 godina nosi rizik obolijevanja od demencije. Važno je znati da nije **svaka zaboravljivost demencija**.

Simptomi benigne staračke zaboravljivosti

- Prvi znakovi javljaju se u dobi iznad 60 godina i to kod zahtjevnijih a ne kod svakodnevnih rutinskih aktivnosti.
- Zaboravljivost je prolazna, gubljenje stvari i zaboravljanje imena javljaju se samo povremeno.
- Kada u miru razmisli, osoba se ipak prisjeti onog što je bila zaboravila.
- Osobi nije problem pratiti usmene ili pismene upute.
- Uobičajena pomagala kao što su budilica, kalendar ili notes osobi pomažu u snalaženju.

Simptomi demencije

- Rupe u sjećanju javljaju se i prije 60. godine života, uobičajene radnje predstavljaju problem, zaboravljivost utječe na profesionalne sposobnosti.
- Faze zaboravljanja sve su češće i vremenom dulje traju.
- Osoba je ometena u važnim životnim područjima, kao što je upravljanje novcem ili orijentacija u poznatom prostoru.
- Osobe su duhom odsutne, zaboravljaju važne dijelove svoje prošlosti i unatoč nastojanjima ne mogu ih se prisjetiti.
- Ne mogu slijediti upute. Sposobnost rasuđivanja je smanjena, gube tjelesnu spretnost.
- Napomene uopće nisu od koristi.



Što je ustvari demencija

**POJAM DEMENCIJA NE
OPISUJE JEDNO JEDINSTVENO
OBOLJENJE, VEĆ ČITAV NIZ
OBOLJENJA KOJE PRATI
PROPADANJE MENTALNIH
SPOSOBNOSTI I PROMJENA
OSOBNOSTI.**

Način na koji se demencija manifestira ovisi o oštećenom mjestu na mozgu, o kulturološkim i psihosocijalnim utjecajima, osobnosti, životopisu i naučenim očuvanim strategijama suočavanja. Postoji najmanje **50 različitih oblika demencije** s različitim posljedicama na intelektualne sposobnosti i ponašanje oboljele osobe.



Osnovni oblici demencije

Medicina razlikuje **primarne i sekundarne oblike** demencije.

Ako je sam mozak oštećen, govori se o **PRIMARNOJ (DEGENERATIVNOJ) DEMENCIJI**

Ovdje spada najčešći oblik demencije - **Alzheimerova bolest** (oko 60% svih slučajeva). Tipičan za ovaj oblik demencije jest teško primjetan početak bolesti, a onda nezaustavljiv gubitak mentalnih sposobnosti bez fizičkog ili psihičkog uzroka. Do danas ne postoji test niti laboratorijska pretraga koja će sa sigurnošću reći: ova osoba boluje od Alzheimerove bolesti. Pretrage se vrše metodom eliminacije i tek kada se isključe sva druga moguća oboljenja, liječnik specijalist može potvrditi da se radi o Alzheimerovoj bolesti. Potpuno sigurna potvrda bolesti može nažalost uslijediti tek nakon smrti oboljelog mikroskopskim pregledom mozga.

Drugi oblici primarne degenerativne demencije su:

- ✓ **vaskularna demencija** (oko 15% slučajeva), koja nastaje uslijed oštećenja krvnih žila u mozgu ili kao posljedica moždanog udara;
- ✓ daleko rjeđa je **demencija s Lewyjevim tijelima**;
- ✓ **frontotemporalna demencija** pogađa i mlađe ljude, a postoje i razni kombinirani oblici demencija.

SEKUNDARNE (SIMPTOMAT-SKE) DEMENCIJE nastaju oštećenjima, infekcijama, trovanjima ili oboljenjima izvan mozga, ali s negativnim učinkom na rad mozga. Demencija je u tom slučaju posljedica ili komplikacija drugih oboljenja. Budući da se neka od tih oboljenja mogu liječiti, vrlo je važna što ranija i ispravna dijagnoza.

**DO DANAS NE POSTOJI TEST NITI
LABORATORIJSKA PRETRAGA KOJA ĆE SA
SIGURNOŠĆU REĆI: OVA OSOBA BOLUJE OD
ALZHEIMEROVE BOLESTI.**

Uzroci koji se mogu otkloniti

Ako, na primjer, tumor zauzme mjesto na mozgu i pritišće živčano tkivo, može doći do smetnji u mišljenju. Nakon što se tumor ukloni, mozak se često može u potpunosti oporaviti. Također, svaka povreda mozga uslijed pada ili udarca može imati po-

sljedice slične demenciji. Često se u tim slučajevima mozak sam oporavi nakon nekog vremena. Velike šanse za oporavak imaju i ljudi čijem je mozgu naštetilo uzimanje nekih lijekova. Na rad mozga pored psihofarmaka utječu i lijekovi za srce i tlak.

Zato je važno isključiti sve moguće bolesti, koje možda za posljedicu imaju demenciju, a mogu se liječiti. Ovdje navodimo **najčešće uzroke sekundarne demencije**:

- Depresija,
- Deficitarna ishrana, prije svega manjak vitamina B i hidratizacije,
- Nuspojava uporabe lijekova,
- Smetnje u drenaži likvora,
- Pad s potresom mozga (trauma glave),
- Krvarenja unutar lubanje,
- Tumori mozga,
- Manjak hormona (na primjer štitnjače),
- Niska razina šećera u krvi (hipoglikemija),
- Poremećaji u metabolizmu minerala,
- Oboljenja bubrega i jetra,
- Trovanja teškim metalima, organskim otrovima ili rastvorima,
- Infekcije mozga bakterijama, virusima, gljivicama ili parazitima.

**PREMDA SE TEK SVAKI DESETI SLUČAJ
DEMENCIJE MOŽE LIJEČITI, VRIJEDI ISKORISTITI
I SVAKU NAJMANJU ŠANSU**

**OBOLJENJA KAO ŠTO SU PARKINSONOVA BOLEST,
HUNTINGTONOVA BOLEST, CREUTZFELD-JAKOBOVA
BOLEST ILI INFEKCIJA HIV-OM MOGU TAKOĐER IMATI ZA
POSLEDICU DEMENCIJU. ZNANOSTI JE DO SADA POZNATO
VIŠE OD STOTINU MOGUĆIH UZROKA DEMENCIJE I ZATO
JE PRVA STEPENICA KOJU VALJA SVLADATI ISPRAVNO
POSTAVLJANJE DIJAGNOZE.**

Razvojne faze demencije

JEDNA OD NAJPRISUTNIJIH TEMA U TRENUTKU KADA SE POZNATOJ OSOBI DIJAGNOSTICIRA DEMENCIJA JEST STADIJ, ODNOSNO STUPANJ DEMENCIJE KOJI OZNAČAVA KOLIKO SE DEMENCIJA RAZVILA.

Iako ne postoji lijek za primarnu demenciju, poznavanje njezinih stadija pomaže Vam kao socijalni model da znate što možete očekivati ako netko od Vaših bližnjih pati od demencije.

Sljedeću ljestvicu sa **7 razvojnih faza bolesti** izradio je američki psihiatar Reisberg sa suradnicima*:

Stadij	Simptomi	Trajanje
Jedva primjetljiv stadij	Simptomi i znakovi demencije su toliko neprimjetni da ih ni netko tko pati od demencije ne može primijetiti. Osoba je i dalje u stanju normalno funkcionirati i biti neovisna.	-
Jako blagi stadij	Znakovi su jedva primjetni i javljaju se kao zaboravljivost povezana sa starenjem kao što je gubljenje ključeva, ali i njihov uspješan pronalazak nakon dužeg traženja.	10-15 godina
Blagi stadij	Osoba je sposobna obavljati svakodnevne aktivnosti, kao što su ustajanje, odlazak u kupaonicu, odijevanje i slično. Simptomi demencije u ovom stadiju mogu biti: - lagana zaboravljivost i gubitak pamćenja - ponavljanje istih radnji - gubljenje stvari i nesposobnost njihova pronalaženja - zbunjenost tijekom vožnje - problemi kod uzimanja lijekova - manjak koncentracije.	ca. 7 godina

Srednji stadij	Javljaju se problemi s obavljanjem svakodnevnih aktivnosti kao što su kuhanje, pranje rublja ili korištenje telefona. Ostali simptomi koji se javljaju u ovom stadiju su: - inkontinencija - povećan gubitak pamćenja i zaboravljivosti - nesposobnost izricanja pravilnih riječi ili fraza - poteškoće u rješavanju testova kognitivnih sposobnosti - povećanje socijalne izolacije.	2-4 godine
Ozbiljniji srednji stadij	Osoba treba nečiju pomoć tijekom obavljanja svakodnevnih aktivnosti. Simptomi demencije u ovom stadiju mogu biti: - značajniji gubitak pamćenja koji uključuje zaboravljanje vlastite adrese, broja telefona i ostalih osobnih podataka - zbunjenost tijekom pokušaja snalaženja - problemi u rješavanju manje zahtjevnih testova kognitivne sposobnosti - potrebna je pomoć pri odabiru odjeće prikladne za klimatske uvjete ili prigodu.	ca. 1,5 godina
Ozbiljan stadij	Osobi je iz dana u dan potrebna pomoć i ona veliki dio svakodnevnih aktivnosti nije u stanju obavljati sama. Simptomi demencije u ovom stadiju mogu biti: - potrebna je pomoć tijekom odijevanja - potrebna je pomoć tijekom korištenja kupaonice i zahoda - nesposobnost izgovaranja imena bliskih osoba, ali uspješno prepoznavanje njihovih lica - problemi sa spavanjem - promjene osobnosti ili ponašanja.	ca. 2,5 godine
Jako ozbiljan stadij	Ovo je zadnji stadij bolesti, a simptomi mogu biti sljedeći: - gubitak jezičnih vještina - smanjen osjećaj doživljavanja okoline - potrebna je pomoć tijekom hranjenja - inkontinencija - gubitak mišićne mase na skupinama mišića koji su zaduženi za smijanje, gutanje, pa čak i hodanje ili sjedenje.	6-7 godina

* Reisberg, B., Ferris, S. H., de Leon, M. J., Crook, T. (1982): Global Deterioration Scale (GDS) for assessment of primary degenerative dementia

Kako oboljeli reagiraju na vlastitu demenciju

Na sve češću pojavu problema s pamćenjem pogođeni ljudi reagiraju osjećajima nesigurnosti, straha i nepovjerenja. Tada nerijetko uzroke pronalaze u drugima i okrivljuju svoje bližnje za skrivanje informacija ili krađu, jer im nedostaju vrijedne stvari. Puno energije pritom troše na prikrivanje vlastitih pogrešaka. Tako će, na primjer, izmisliti da je pukla cijev u sobi kako bi objasnili zašto im je mokar krevet. Samo tako odrasla osoba s demencijom može podnijeti osjećaj srama zbog inkontinencije. Često će prekinuti sve socijalne kontakte kako bi izbjegle obeshrabrujuće situacije.

Oboljeli od demencije u početnim su stadijima bolesti često nemirni i stalno u pokretu. Stalno nešto traže, pa usput zaborave što su tražili, pa opet traže i uzmu

prvo što vide. Ono što drugima sa strane izgleda kao besciljno hodanje, osobi s demencijom je logična radnja. Osjećaji srama, neadekvatnosti i slabost rezultiraju smetnjama u komunikaciji i na koncu ih vode u socijalnu izolaciju, a to onda pogoduje raznim psihotičnim simptomima, deluziji, halucinacijama i slično. Zbog praznina u sjećanju osoba s demencijom nije u stanju preraditi mnoštvo opažaja i mora izgraditi vlastiti unutarnji svijet u kojem će se osjećati sigurno i zaštićeno. Osoba se štiti tako što se povlači u svoju poznatu realnost. Ako uz to zbog pogoršanja vida i sluha više ne prepoznaje svoje okruženje, pa ni samu sebe, javljaju se strahovi i osjećaj potpune izgubljenosti. Nesposobnost razumijevanja svijeta oko sebe može dovesti do agresivnosti i agitacije te brojnih konfliktnih situacija.

POGOĐENE OSOBE SU ISPOČETKA SVJESNE DA SE NJIHOVA SPOSODBNOST PAMĆENJA I ORIJENTACIJA POGORŠAVAJU. ONE ĆE SVAKIM DANOM IMATI SVE VIŠE TEŠKOĆA OKO ORGANIZACIJE SVAKODNEVNOG ŽIVOTA, ALI NEĆE TO HTJETI PRIZNATI. POGREŠNA PROCJENA PREOSTALIH VJEŠTINA I SPOSODBNOSTI MOŽE IH DOVESTI U OPASNE SITUACIJE, NA PRIMJER U PROMETU. ZBOG NEDOSTATNOG UVIDA U BOLEST MOGUĆE JE ODBIJANJE LIJEČNIČKE POMOĆI.

Važan je nalaz liječnika

Demencija znači progresivno opadanje moždane funkcije i bolest je koja zahtijeva terapiju. Ako kod neke osobe nastupe promjene u ponašanju i pamćenju, vrlo je važno otići k liječniku i zatražiti specijalističko mišljenje. Što prije bude uspostavljena dijagnoza, brže će se moći pristupiti ciljanim metodama terapije.

Pravodobnom dijagnostikom i oboljeli i članovi obitelji imat će sigurnost u svezi s uzrocima promjena. Što se ranije započne s primjenom terapije, u mnogim će se slučajevima dulje očuvati pojedinine sposobnosti i samostalnost. Nalazi pretraga mogu ukazati i na druge bolesti. Pogođene osobe imaju mogućnost dobiti informacije o tijeku bolesti i pripremiti se za nadolazeće promjene.

Dijagnostika demencije jest jedan etapni proces. Da bi se utvrdila točna dijagnoza, provode se razne pretrage i testovi. Za početak je važan osobni razgovor s liječnikom, pri čemu se utvrđuje sposobnost komunikacije, kapacitet mozga u smislu pamćenja i orijentacije te socijalna anamneza. Liječniku su važne i informacije koje će dobiti od bližnjih o ponašanju i promjenama te koliko se njihova

procjena o stanju oboljele osobe podudara sa samo-procjenom dotične osobe.

Pomoću testiranja liječnici i/ili klinički psiholozi dobivaju uvid u mentalne sposobnosti osobe. Najpoznatiji test je **Kratko ispitivanje mentalnog statusa (MMSE)*** koji se sastoji od 30 pitanja o orijentaciji, pamćenju, imenovanju stvari, čitanju, reagiranju, pisanju, pozornosti, računanju, ponavljanju i konstruktivnim sposobnostima. Jedan primjer testa je i test sa satom, pri kojem se crtaju brojevi i kazaljke kako bi se pokazalo određeno vrijeme. Postoje također drugi testovi koji služe diferenciranju različitih oblika demencije te razlikovanju demencije i depresije. Neka od testiranja moguće je obaviti i u Caritasovim dnevnim centrima za osobe s demencijom.

Na laboratorijskim pretragama utvrđuju se, između ostaloga, kompletna krvna slika, nalaz štitnjače, status vitamina B12 i folne kiseline itd. Na koncu se provode razna snimanja kao što je EEG, CT i MR mozga ili scintigrafija, kako bi se dijagnosticirala ili isključila demencija.

*M. F. Folstein, S. E. Folstein, T. White i M. A. Messer: Mini-Mental State Examination

**DEMENCIJA JE
PROGRESIVNA BOLEST,
A TO ZNAČI DA SE STANJE
OBOLJELE OSOBE
KONSTANTNO POGORŠAVA,
A ŠTETE SE NE MOGU
POPRAVITI.**

**RANO PREPOZNAVANJE
MOŽE USPORITI BOLEST,
A OŠTEĆENJA ODGODITI.**

Terapijske mogućnosti

Na paranoidne misli, obmane, halucinacije, depresiju, agitaciju ili apatiju može se pozitivno utjecati lijekovima u kombinaciji s nemedikamentoznim vrstama terapije, kao što su validacija po modelu Naomi Feil, bazalna stimulacija ili rad s biografijom.

Zajedničko svim tim metodama jest da se na temelju odnosa poštovanja stvori okruženje koje pruža povjerenje i sigurnost, gdje će osoba s demencijom biti shvaćena i prihvaćena i moći biti onakva kakva jest. Tada ispadi u ponašanju kao izraz straha i nesi-

gurnosti neće biti potrebni.

Na promjene osobnosti i simptome kao što su nemirno kretanje, dozivanje i vikanje, skupljanje predmeta ili ponavljajuće radnje, lijekovima se teško može utjecati. Ovakvim ponašanjem osoba s demencijom pokušava proizvesti zajedničku realnost sa svojim socijalnim okruženjem, u kojem je moguć suživot. I ovdje pomažu ranije spomenute nemedikamentozne metode. Više o njima možete saznati u Caritasovim dnevnim centrima za osobe s demencijom.

**„Sine moj, pomози oca svojega
u starosti i ne žalosti ga za života njegova.
Ako mu i razum klone, budi blag s njime
i ne grdi ga ti koji si u punoj snazi.“**

(Sir 3,12)

Kontakt za podršku

Ukoliko Vam je potrebno više informacija, moralna i ljudska podrška, konkretna pomoć, obratite se u naša savjetovališta i Dnevne centre za demenciju na sljedećim adresama:

Caritas biskupija Mostar-Duvno i Trebinje-Mrkan

Zagrebačka 5a, 88000 Mostar

Telefon: +387 36 328 917

E-mail: caritas-mostar@tel.net.ba

www.caritas-mostar.ba

Dom za stare i iznemogle s hospicijem „Betanija“

Gojka Šuška bb, 88300 Čapljina

Telefon: +387 36 808 200

E-mail: betanija.caritas@tel.net.ba

www.betanija.ba

Caritas biskupije Banja Luka

Kralja Petra I. Karadorđevića 125, 78000 Banja Luka

Telefon: +387 51 312 149

E-mail: caritas@inecco.net

www.biskupija-banjaluka.org/caritas.html

Socijalni centar Caritasa „Ivan Pavao II.“

Njegoševa bb, 78 000 Banja Luka

Telefon: +387 51 357 000

Faks: +387 51 357 026

E-mail: caritassoccentar@gmail.com

www.caritasdomzastare.com

**NADAMO SE DA SMO VAM PRETHODNIM SADRŽAJIMA
MAKAR MALO POMOGLI U RAZUMIJEVANJU PROBLEMA
DEMENCIJE. U NAREDNIM BROJEVIMA POKUŠAT ĆEMO
DATI KORISNE I PRAKTIČNE SAVJETE ZA SVAKODNEVNI
ŽIVOT I KOMUNIKACIJU S OSOBAMA S DEMENCIJOM.**

HVALA VAM ŠTO STE PRIJATELJ OSOBA S DEMENCIJOM!

projekt

NE ZABORAVI

izgradnja struktura
prilagođenih osobama
s demencijom
u Bosni i Hercegovini

2018. - 2021.

NOSITELJI PROJEKTA:

- Caritas biskupije Banja Luka
- Caritas biskupija Mostar-Duvno i Trebinje-Mrkan
- Socijalno-edukativni centar Banja Luka (SEC)

PARTNERI U PROJEKTU:

- JZU Dom zdravlja Jajce
- Udruga penzionera/umirovljenika Općine Jajce
- Dom za stare i nemoćne Ravno
- JZU Opća bolnica Sanski Most
- JZU Starački dom Tomislavgrad



Ova je brošura za korisnike besplatna, a izdaje se u sklopu projekta „Ne zaboravi“ i uz financijsku potporu partnera iz Austrije kojima i ovdje zahvaljujemo, a oni su: Razvojna agencija Austrije, Vlada Gornje Austrije i Caritas Austrije.

Cilj projekta jest poboljšati život osoba s demencijom i njihovih obitelji.