

Bilaga 8

Råd för att underlätta mötet med en demenssjuk person.

Alla möten med människor återspeglar vår människosyn. Hur ser du på en person med demenssjukdom? Oavsett hur gravt demenssjuk en person är, så är denne en fullvärdig människa, som ska leva ett värdigt liv.

Personer med demenssjukdom ska bemötas så att de kan behålla självkänsla och integritet. Den enskilde personen har sina rättigheter.

De situationer som personer med demenssjukdom hamnar i, ska de också ha möjlighet att klara av. Misslyckanden kan skapa oro och ångest, vilket i sin tur kan leda till aggressivitet.

Personer med demenssjukdom läser av ditt kroppsspråk. Undvik att vara stressad. Är du stressad så kan han/hon få en känsla av att inte vara tillräckligt värdefull för att du ska ha tid för honom/henne. Dessutom, om du är stressad, så kan du missa signaler som personen ger uttryck för.

Var noga med att befinna dig framför personen du kommunicerar med. Denne har betydligt lättare att hålla fokus på dig om du finns rakt framför honom/henne. Räkna med att den sjuke har nedsatt koncentrationsförmåga och nedsatt förmåga till att vara uppmärksam.

När du fått personens uppmärksamhet så börjar du samtalet. Presentera dig med ditt namn. Se till att du har ögonkontakt, använd tilltalsnamnet och upprepa gärna namnet då och då som ett sätt att stärka personens identitet.

Undvik meningar med negativa ord, som: ej eller inte.

Ett exempel på detta kan vara: ”- Gå inte ut i gatan!” – Detta kan uppfattas som ”- Gå ut i gatan!”. Han/hon missar det negativa ordet.

Lyssna aktivt. Känner du patientens levnadshistoria, så är det lättare att förstå vad personen vill ha sagt. Läs av personens ansiktsuttryck, gester och andra signaler. Tänk på att det tar längre tid för en person med demenssjukdom att formulera sig. Ha tålmod, låt det bli tyst och invänta svaret.

Var noga med att aldrig säga saker eller göra handlingar som medför att den sjuke känner sig besvärad eller lurad. Prata aldrig ”över huvudet” på patienten. Känslan av att vara en person som inte längre behövs i ett socialt sammanhang kan förstärkas. Olustkänsla, ångest och aggressivitet kan bli den sjukas reaktion.

Om du ger information eller råd samtidigt som du hjälper den sjuke, så kom ihåg att använda enstegsuppmaningar. Säg en sak i taget och vänta tills det momentet är avslutat innan du ger nästa råd om vad som ska göras.

Tänk på att det är lämpligt att tala om saker som inträffat ”här och nu”, eller saker som har inträffat för länge sedan. Händelser som ligger långt tillbaka i tiden kan vara lättare att komma ihåg och att tala om dessa kan kännas tryggt.

Tidsuppfattningen kan vara mycket svår för en demenssjuk person. Uttryck som ”snart”, ”om två timmar”, ”imorgon” är olämpliga eftersom de kan vara svåra att förstå.