Hvad kan du selv gøre som pårørende?

Overordnet handler det om at mindske udefrakommende stimuli og opnå en bedret koncentration og en oplevelse af at krop og hjerne er en helhed:

- Få pårørende ad gangen på stuen.
- Undgå for meget uro.
- Tid og ro til hvile.
- Stille musik er bedre end et støjende tv.
- Afskærmning – undgå for meget udenomsaktivitet.
- Fast berøring.

For at du som pårørende kan have overskud til at være noget for beboeren, kan det være givende at bede venner og familie om at træde til med praktiske gøremål. Særligt når et hospiceophold strækker sig over mange uger. For eksempel kan det være krævende for dig som pårørende, at koordinere hverdagen og besøg, og at tale i telefon med venner og familie. Det kan være af stor betydning at kunne afgive kompetence og ansvar til andre.

Du har måske nogle erfaringer med dig, som ikke er nævnt i denne pjece og som kan hjælpe beboeren. Vi vil meget gerne høre om disse erfaringer, så vi kan hjælpe beboeren
bedst muligt.

Gode links til mere information:

www.hjernesagen.dk www.hjerneskadeforeningen.dk

www.cancer.dk www.bornungesorg.dk

Du har talt med: _____

Hospice Søndergård 2011.

Du er meget velkommen til at bidrage til vores arbejde med eventuelle kommentarer til pjecen.

Vejledning til pårørende på Hospice Søndergård:

Forstyrrelser i hjernen
(Kognitive forstyrrelser)

Hospice Søndergård
En del af OK-Fonden

Denne pjece er skrevet som en hjælp til dig som pårørende. Vi håber, at denne information kan hjælpe dig med at håndtere eventuel usikkerhed eller afmagt over for et familiemedlem eller en ven, der har forstyrrelser i hjernen.

At være pårørende til et menneske, der er forandret

Som pårørende til et menneske med forstyrrelser i hjernen, kan du måske opleve, at du allerede har mistet den, du holder af, selvom han stadig er fysisk til stede. Vi ved, at du som pårørende kan opleve at stå i en tung situation, både som følge af det tab, som kommer og det, som allerede har fundet sted, da han begyndte at ændre sig.
Vi har et ønske om, at kunne se mennesket bag sygdommen, og her vil du som pårørende være af stor betydning med al din viden om hans person og vaner. Vi vil gerne have et tæt samarbejde med dig som pårørende, både i forhold til at bruge dine ressourcer, men også for at støtte dig i den svære situation.

Hvad vil det sige at hjernen er forstyrret af noget, der ikke skal være der?

De processer som hjernen omfatter, er blandt andet vores tænkning og bevidsthed. Det vil sige, at forstyrrelser i hjernen kan påvirke vores sansning, koncentration, indlæring og hukommelse, begrebsdannelse, problemløsning og bearbejdning.
Skadens placering er afgørende for hvilke konsekvenser det har for beboeren. Derfor vil plejen/behandlingen af beboeren være meget individuel og tilpasses efter den enkelte beboer.

Hvad sker der, når hjernen er forstyrret af noget, der ikke skal være der?

Hjernetumorer og andre skader i hjernen kan medføre, at hjernen ikkefungerer som før sygdommens debut. Skader i hjernen kan for eksempel medføre sproglige problemer, forstyrrelser i opfattelsen af rum og retning, manglende evne til at kunne beherske muskelbevægelser; hjernen synes at have tabt evnen til at planlægge bevægelsen. Desuden kan skader i hjernen ændre personligheden, så det kan være svært for dig at genkende det menneske, som du er pårørende til. Det kan være svært for beboeren at forstå, hvad der sker omkring ham og han kan have vanskeligt ved at tage vare på sig selv og dig som pårørende. Samtidig er det ofte heller ikke muligt for ham at erkende og udtrykke egne behov og ønsker.

Hvad sker der med sanserne?

Når man sanser ser, hører, føler, smager og lugter man. Sanserne hjælper mennesker med at mærke omverdenen. Sansningen foregår så naturligt, at vi først tænker over det, når en situation opstår, hvor de mulige grænser for sansning mærkes.
Når der er en skade i hjernen, vil sanserne ofte være forstyrrede. Det kan betyde, at beboerens oplevelse af hans omverden bliver anderledes. Det kan for eksempel være vanskeligt for ham at mærke sin egen afgrænsning i forhold til omverdenen, det vil sige at han kan have en følelse af ikke at kunne mærke sin egen krop tilstrækkeligt, eller at hanoplever sin krop som svævende i flere retninger. Når sanserne er forstyrrede, kan de stimuli, der kommer udefra, skabe utryghed og kaos.

At skabe balance i sanserne

Beboeren kan hjælpes med at skabe forståelse i og med sin omverden.
Herunder vil du som pårørende kunne skabe mere tryghed og forståelse hos beboeren ved at benytte nogle af de metoder, som også vi som sygeplejersker arbejder ud fra, hos mennesker med skader i hjernen.
Det er målet at få det sanseforstyrrede menneske til at opleve en positivsansning via en tilpas berøring gennem hud og led. Der fokuseres på forskellige måder at vejlede eller guide på afhængig af beboeren, tid og sted samt beboerens funktionsniveau. Der kan skabes tryghed ved for eksempel at mindske uro på stuen og en fastliggende hånd på beboeren, fremfor en aende hånd.

Hvad kan du være opmærksom på?

Du kan som pårørende være opmærksom på nogle signaler, som kan være udtryk, for at beboeren ikke befinder sig godt, og hvor du meget gerne må kontakte en sygeplejerske:

- Fysisk urolig.
- ”Pillende”.
- Svedende.
- Angst, vrede, tristhed.
- Fjendtlighed og utryghed.
- Manglende sammenhæng mellem tale og handling.