

# كيف تساعد المريض العقلي

٥. أمور للقيام بمهمة الرعاية الصحية المنزلية



**التنفيذ برعاية منطقة إميليا رومانيا - الإدارة العامة للصحة والسياسات الاجتماعية - مرفق التخطيط وتطوير الخدمات الاجتماعية والصحية الاجتماعية - تخصص المسنين والمعاقين في نطاق مبادرة المشروع التكاملي لدعم وتأهيل عمل المساعد الأسري لصالح الأشخاص المسنين والمعوقين.**

**تمت صياغة نصوص المطبوعات بالتعاون مع:**

فيدريكا اليوتي : اختصاصية نفسية Federica Aleotti Azienda USL di Reggio Emilia  
ماريا جراتسيا باتيستيني Maria Grazia Battistini Assistente Sociale - Comune di Cesena (FC)  
سيلفيا بيلليني Silvia Bellettini Responsabile Attività Assistenziali - SAA di Modena  
سوزانا بيلترامي Susanna Beltrami Responsabile Attività Assistenziali - SAA di Modena  
أندريا فابيو : اختصاصي في طب الشيخوخة Andrea Fabbo Medico Geriatra - Azienda USL di Modena  
Distretto di (Mirandola (MO)

أنيزه فابري Agnese Fabbri Infermiera - U.O.Geriatría - reparto lungodegenza Post Acuzie e Riabilitazione  
Estensiva Azienda ospedaliera S.Orsola-Malpighi di Bologna

ديانا جافيولي Diana Gavioli Assistente Sanitaria - Azienda USL di Modena Distretto di Mirandola (MO)  
سعدية الفهمي Saadia Lafhimi Mediatrice linguistico-culturale - Commissione Pari Opportunità "Mosaico"  
Zona Bazzanese (BO)

لييتيسيا لامبرتيني Letizia Lambertini Coordinatrice della Commissione Pari Opportunità "Mosaico", Zona  
Bazzanese (BO)

**Y commissione pari opportunità  
mosaico zona bazzanese**



إليانا لومباردي Eliana Lombardi Terapista della riabilitazione - U.O.Geriatría - reparto lungodegenza Post Acuzie e Riabilitazione Estensiva - Azienda ospedaliera S.Orsola-Malpighi di Bologna

محمد لوهوي Mohammed Louhui Presidente AMIL - Associazione di mediatori linguistico-culturali di Bologna  
مارينللا ريكيلدي Marinella Richeldi Coordinatrice responsabile del Servizio Sociale di Modena  
إيروس رليفو Eros Rilievo Responsabile area sociale - Modena-Formazione (MO)  
سارة سالتاريللي Sara Saltarelli Assistente Sociale - Cooperativa Sociale "Dolce" di Bologna  
كيارا سكارليني Chiara Scarlini Assistente Sociale - Comune di Mirandola (MO)  
روبرتا سورديللي Roberta Sordelli Capo Sala U.O. di Chirurgia - Ospedale di Bazzano (BO)

تم التنسيق برعاية:

سيمونيتا بوليولي Simonetta Puglioli تخصص المسنين والمعاقين في منطقة إميليا رومانيا

Simonetta Puglioli Coordinatrice della Commissione Pari Opportunità "Mosaico", Zona Bazzanese (BO)

الترجمات والرسوم الإيضاحية والطباعة برعاية:

ترانته s.r.l.

Trace s.r.l.

الكتيبات المترجمة بالروسية - البولونية - الإنجليزية - العربية - الرومانية - والإيطالية يمكن تنزيلها  
بالإنترنت من موقع

<http://www.emiliaromagnasociale.it/> - sezione anziani

# كيف تساعد المريض العقلي

إن مرض الزهايمر من أكثر أشكال الخلل العقلي انتشارا في الدول الصناعية. بسبب هذا المرض (**malattia**) تدهورا بطيئا وإن كان مضطرد التقدم في قدرات الوعي وفي القدرات الوظيفية مثل فقد الذاكرة (**memoria**) والقدرة على التدقيق ومشاكل النطق في الكلام وفي حاسة التوجه والقدرة على تنفيذ أعمال معتادة من أعمال الحياة اليومية مثل إدارة شؤون البيت وتنظيم المشتريات والملابس وما إلى ذلك.

وتختل الذاكرة في الشخص المريض بالزهايمر اختلالا عميقا، فهو لا يتذكر الأشياء، وتحول أبسط الحركات إلى حركات متعبة. وقد تتكرر نفس الأسئلة باستمرار، والوجوه الخاصة بالأشخاص العزيزة عليه والأشخاص التي يعرفها يمكن أن يصبح من غير الممكن التعرف عليها.

ويتعرض المريض إلى تغييرات واضحة في سلوكه (**comportamento**). فيمكن أن يظهر بالنسبة لأفراد العائلة والأشخاص المقربين غريبا على فترات منتظمة. نتيجة ما يظهره من سلوك ليس ملائما للموقف أو للطرف (لأنه يخلط بين الأشخاص والأماكن ويكون لديه مواقف سلوكية تسبب الإحراج) كما أنه يمكن أن يفصح عن عصبية وتوتر وعدوانية دون سبب ظاهر.

إن من الصعب أن نتعرف على العلامات الأولى للمرض في أحد أفراد العائلة وأن نقبل أنها تتعلق بهذا المرض. بسبب انتشار الرأي القائل إن الشيخوخة بصاحبها حتما فقد في العديد من الوظائف الجسدية والذهنية. وفي الحقيقة فإن التدهور في القدرات الذهنية والذي ما يزال جزء من الثقافة يعتبر طبيعيا، إنما هو في الواقع، وأكثر مما هو مستقر في الاعتقاد ناشئ من مجموعة من الأمراض التحليلية من بينها الزهايمر أيضا. أما ما يمكن أن ينتظر أفراد العائلة فهو مشوار طويل وعسير، من حيث أن التغييرات في الشخصية (عدم المبالاة، عدم الاهتمام، الوحدة، الشراسة، فقدان الثقة، العزلة الاجتماعية، الإكتئاب) هي الأعراض (**sintomi**) التي يكون من الصعب على أفراد العائلة قبولها؛ فمن المؤلم أن نرضى بالأبتعرف علينا شخص نكنّ له مشاعر الحب.

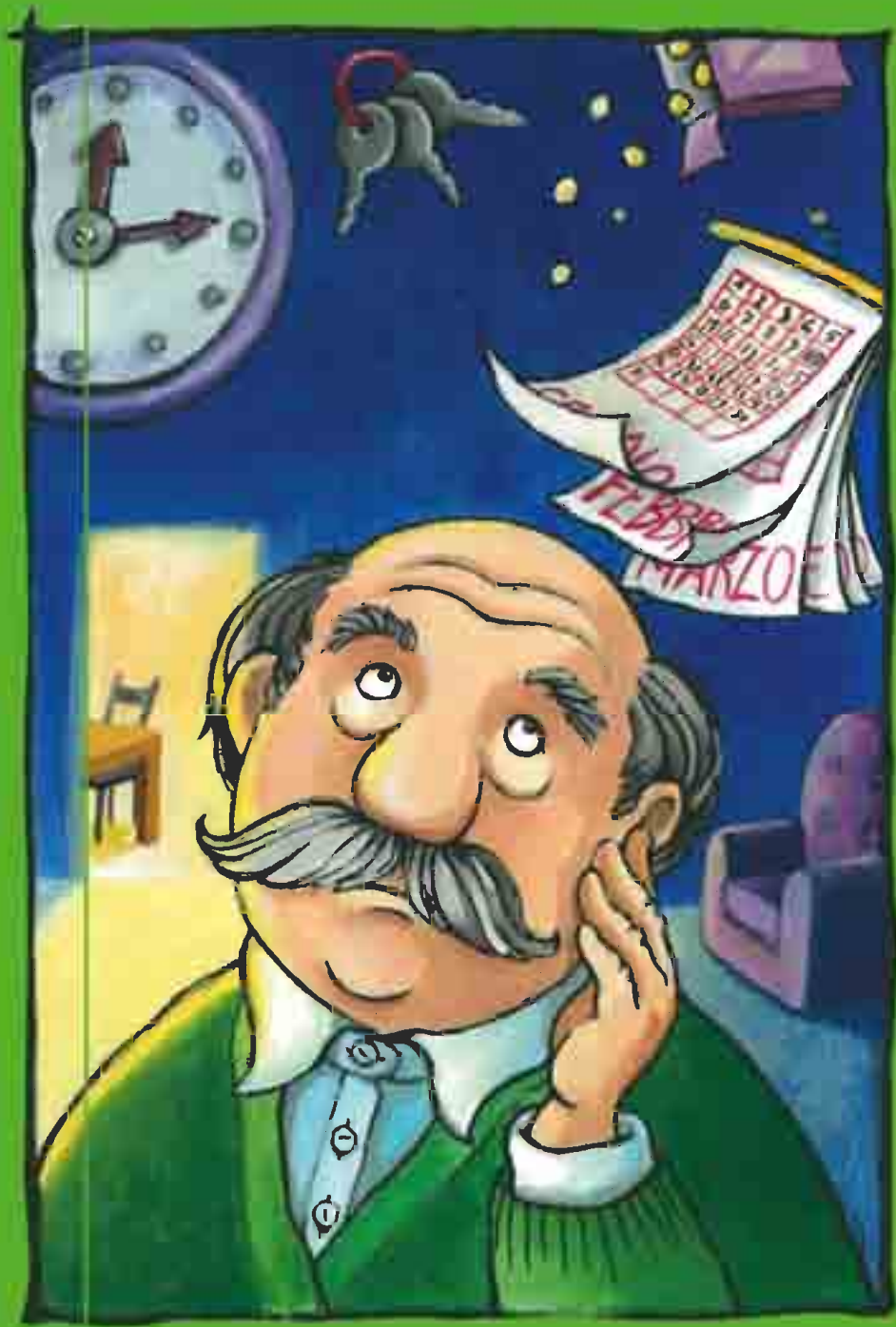
ويحتاج مريض الزهايمر مع الوقت إلى مساعدة مستمرة في معاونته في الاستحمام وارتداء الملابس وتناول الطعام والخروج والتحرك داخل منزله. ومعرفة المرض والإطلاع على المعلومات الخاصة به وتتطوره أمران هامان جدا لفهم سلوك الشخص المريض. مما يسمح بتحديد المشكلة الحقيقية وفهم كيفية التدخل **لمساعدة (aiuto)** المسن. والتواصل العاطفي والتوحد (الحب والرفقة والقبول والابتسامه ولطف المعاملة) أمران جوهريان للحفاظ على العلاقة مع المريض. وللأسف ليس هناك علاج دوائي يؤدي إلى الشفاء الكامل للزهايمر. ولكن توجد أدوية يمكنها أن تبطئ تطور المرض وتقلل من بعض أعراضه. مثل **العدوانية (aggressività)** والجزع والهذيان و**الهوسه (allucinazioni)** والإكتئاب واضطرابات النوم.

## كيف تساعد أحد الأشخاص المسنين الذي يعاني من فقدان الذاكرة

يميل المسنون إلى تذكر الأشياء التي حدثت منذ أعوام كثيرة. بينما ينسون الأشياء التي حدثت منذ أيام أو منذ ساعات قليلة. فالمسن على سبيل المثال قد ينسى ما إذا كان قد تناول طعامه. ويمكن أن يحتاج لأنه لا يتذكر اسم من يعاونه، وربما يقلق لأنه لم يعد يتذكر أين يضع مفاتيح البيت، ولا يتذكر اليوم والشهر والسنة.

في هذه الحالات فإن المكلف بمساعدة المسن عليه أن:

- يحترم المسن دائما ويتذكر أنه مريض
- أن يكون هادئا ومطمئنا ولا يفقد **صبره (pazienza)**
- إذا لم ينجح في التعامل مع المريض وحده يقترح على العائلة التوجه إلى مركز متخصص في الأمراض العقلية.
- يجب أن تكون المساعدة عملية، بمعنى أن المكلف بالمساعدة يجب أن يتدخل لمساعدة المسن في الأنشطة اليومية دون أن يحل محله بالكامل إذا كان لا يزال **بإمكانه أن يفعل (in grado di fare)** شيئا وحده.



## كيف تتحدث وتتواصل مع مريض مسن

يفقد مرضى الزهايمر باطراد قدراتهم على فهم اللغة حديثا وكتابه. ويجد الأشخاص المرضى مشقة في العثور على **الكلمات (parole)** الصحيحة، أو يخطئون أو يخلطون بين الكلمات، ومثل هذه الصعوبة تجعل التواصل صعبا عليهم. ومن يساهم بالمساعدة عليه أن يحاول أن يفهم ما هي **احتياجات (bisogni)** ورغبات المريض ولمساعدته في المحادثة عليه أن:

- البقاء هادئا ساكنا مبتسما
- الجلوس أمامه ومحاولة فهم ماذا يريد أن يقول
- عدم انتقاده والسخرية منه إذا صدرت منه أخطاء
- النظر في عيون الشخص
- التأكد من أنه ليست به مشكلة جسمية مثل الحاجة إلى الذهاب إلى الحمام لكي يتبول.
- عدم الصراخ أو استخدام نبرة صوت عالية أكثر من اللازم لأن هذا يمكن أن يربعه
- محاولة الفهم من خلال حركة الجسد والإيماءة التي يصدرها المسن
- محاولة فهم المسن من خلال تعبيرات وجهه: هل هو **حزين (triste)** غاضب؟ فلق؟ **يتألم (dolore)**؟

إن المسن المصاب بهذا المرض يمكن أن يبدو من خلال تصرفاته أنه طفل صغير يحتاج إلى الرعاية والاهتمام والمداعبة التي تبعث على الاطمئنان. بعض المرضى قد يفضلون الملامسة الجسدية. ولهذا فإن إمساكه من يده والربت عليه يمكن أن يسهل المساعدة. بعض المرضى. مع ذلك، قد لا يتقبلون مثل هذه الملامسة. ولذا تلزم معرفة تمهيدية متأنية يمكن أن يمد بها أعضاء العائلة الأقرب إليه.



## كيف تواجه مسألة النظافة الشخصية



يحتاج الشخص المصاب بالمرض دوماً مساعدة في عمليات نظافة جسمه، وقد تكون لديه صعوبات في الإمساك بالصابون في يده، أو لا يتذكر فيما يستعمل الصابون. ولا يفلح في أن يفهم أو في أن يفتح صنبور المياه. وقد يفقد الشخص المريض الاهتمام بالرعاية الشخصية ونظافة الجسم. والشخص المسن الذي يجب أن يستحم يمكن أن يخاف من الماء أو أن يقع في حوض الاستحمام. ومن يساعده عليه:

- أن يكون هادئاً ومبتسماً
- تأمين الغرفة التي يستحم فيها المسن
- ألا تكون المياه أسخن من اللازم
- يجعل الاستحمام متعة ولا يجبر المسن عليه لئلا يغضب. ولا يوبخه
- يستخدم **الصابون (sapone)** الناعم والمعطر
- استخدام منشقة طرية والتجفيف براحة وبنعومة دون حك، فجلد المسن رقيق وحساس جداً.
- افحص دائماً نظافة **الأظافر** سواء **أظافر اليدين (unghie)** أو القدمين. وتذكر قص الأظافر.

بالنسبة للمرضى لا يكون ارتداء الملابس عملية سهلة دائماً بسبب فقد الذاكرة. فقد لا يتذكرون كيف يتم ارتداء الملابس، أو كيف تزر الأزرار. ومن يقوم بالمساعدة عليه أن يراجع دائماً أن مظهر المسن معتنى به ومهندم وهو ما يساعده على أن يحس بأنه في حال أفضل.



## كيف تواجه موضوع التغذية

قد تصبح لحظة تناول الوجبات صعبة، لأن المريض لا يتذكر أن يأكل أو أن يشرب، أو ما إذا كان قد أكل لأنه فقد الذاكرة، ويطلب دائما أن يتمكن من أن يأكل، وليس في مقدوره دائما الإمساك بالشوكة أو الملعقة. وإذا المريض في مرحلة خطيرة يكون لديه صعوبة في **المضغ (masticare)**، ويحتفظ بالطعام في فمه دون أن يبتلعه. والشخص المكلف بالمساعدة عليه أن يتبع الارشادات التالية:

- تحضير الطعام الذي يفضله المسن
- جعل المسن يجلس في وضع صحيح، ويجب أن مرتاحا ويحس بأنه على راحته
- تركه يأكل بيديه أيضا
- وضع منشفة
- لا توبخ المسن لو وسخ نفسه أو سقط الطعام منه على الأرض
- تذكر أن تعطيه ليشرب على الأقل ثمانية أكواب من الماء وقليل من الشاي والبابوچ لأنه المسن ينسى
- تقطيع الطعام إذا لم ينجح في ذلك وحده

## نصائح واقتراحات للمساعد:

- بعض المسنين المصابين بالخلل العقلي يمكن أن يتعرفوا على المكان الذي يوجدون فيه مثل بيوتهم أو الشارع الذي يسكنون فيه، ويمكن أن يسيروا كثيرا وبيتعدون كيلومترات فيضلون الطريق ولا ينجحون في تذكر العنوان، ولذلك فالمكلف بالمساعدة عليه الانتباه لثلا يفلت المسن من بيته لأنه قد لا يتذكر أين يوجد بيته، ولا يعثر على **شارعه (strada)**.

- بعض المسنين المصابين بمرض عقلي لا ينجحون في **النوم (dormire)** أثناء الليل، ويظلون متيقظين ومتوترين فينهضون من الفراش. لمساعدتهم يمكن إعطاءهم شرابا في الفراش، وتركهم يتحركون ومراقبة أنه ليس هناك خطر من أن يسقطوا على الأرض أو يتبولوا ولا تجعلهم ينامون نهارا. قد لا يستطيع التمييز ما بين الليل



أين أنا؟



والنهار. لا تجبر المسن على البقاء في الفراش للنوم. فقد يغضب ويتوتر. وتصبح تهدئته صعبة. إذا لم ينم على الإطلاق أو نام قليلاً يمكن استدعاء الطبيب.

- مع تقدم المرض فإن المريض العقلي يمكن أن يعاني من **عدم التحكم (incontinenza)** في البول (لا يحس المسن أو لم يعد يفهم لماذا عليه أن يتبول أو لا ينجح في أن يقول الكلمة التي تعبر عن رغبته في **التبول (pipi)** أو لا يعثر على الحمام). إذا بال على نفسه فيجب مساعدته على تغيير ملابسه ولا يجب زجره لأنه في موقف صعب ويمكن أن يحس بالخجل والحرج.
- من المهم التحقق من أن المسن يذهب إلى الحمام بانتظام. لأنه قد يحدث أن يعاني من **الإمساك (stitichezza)** وهذه المشكلة يمكن أن تسبب ألماً في البطن وفقدان الشهية. فإذا لم تحل المشكلة ينبغي استدعاء الطبيب.
- عندما يفهم أن المسن ليس على ما يرام بسبب ارتفاع درجة حرارته أو سقوطه على الأرض أو أنه يشكو من ألم أو يهذي يتم استدعاء الطبيب على الفور وإخطار أفراد العائلة.

## ما الذي يمكن عمله مع المسن أثناء النهار

الشخص المكلف بالمساعدة يمكنه مرافقة المسن ومساعدته على القيام بأنشطة صغيرة لا تجعله يحس بالحزن أو الملل. فالمسن قد يكون لا يزال باستطاعته أن:

- القيام **بنزهات (passeggiate)** على الأقدام
  - طي الملابس ونفض تراب الأثاث
  - الاعتناء بالزهور إذا كانت هناك حديقة
  - الاستماع إلى الموسيقى
  - شغل الأيدي بالصوف عند عمل اللفات
  - يمكن عرض الصور عليه
  - إذا كان لدى المسن قطعة فواصل الاحتفاظ بها في المنزل. فالسنون يحبون مداعبة الحيوانات
- يستحق المسنون العناية والاحترام ويعتبر عمل من يساعدهم هاماً جداً يجعلهم يحسون بطيب الحال في بيوتهم.



