

Izgradnja demenciji prijateljskih narodnih knjižnica:
teorijske i praktične pretpostavke

Nefarmakološke metode liječenja

Doc. dr. sc. Štefica Mikšić, mag. med. techn

Željko Mudri, mag. med. techn



FILOZOFSKI FAKULTET
SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU



SVEUČILIŠTE JOSIPA JURJA STROSSMAYERA U OSIJEKU
**FAKULTET ZA DENTALNU
MEDICINU I ZDRAVSTVO**



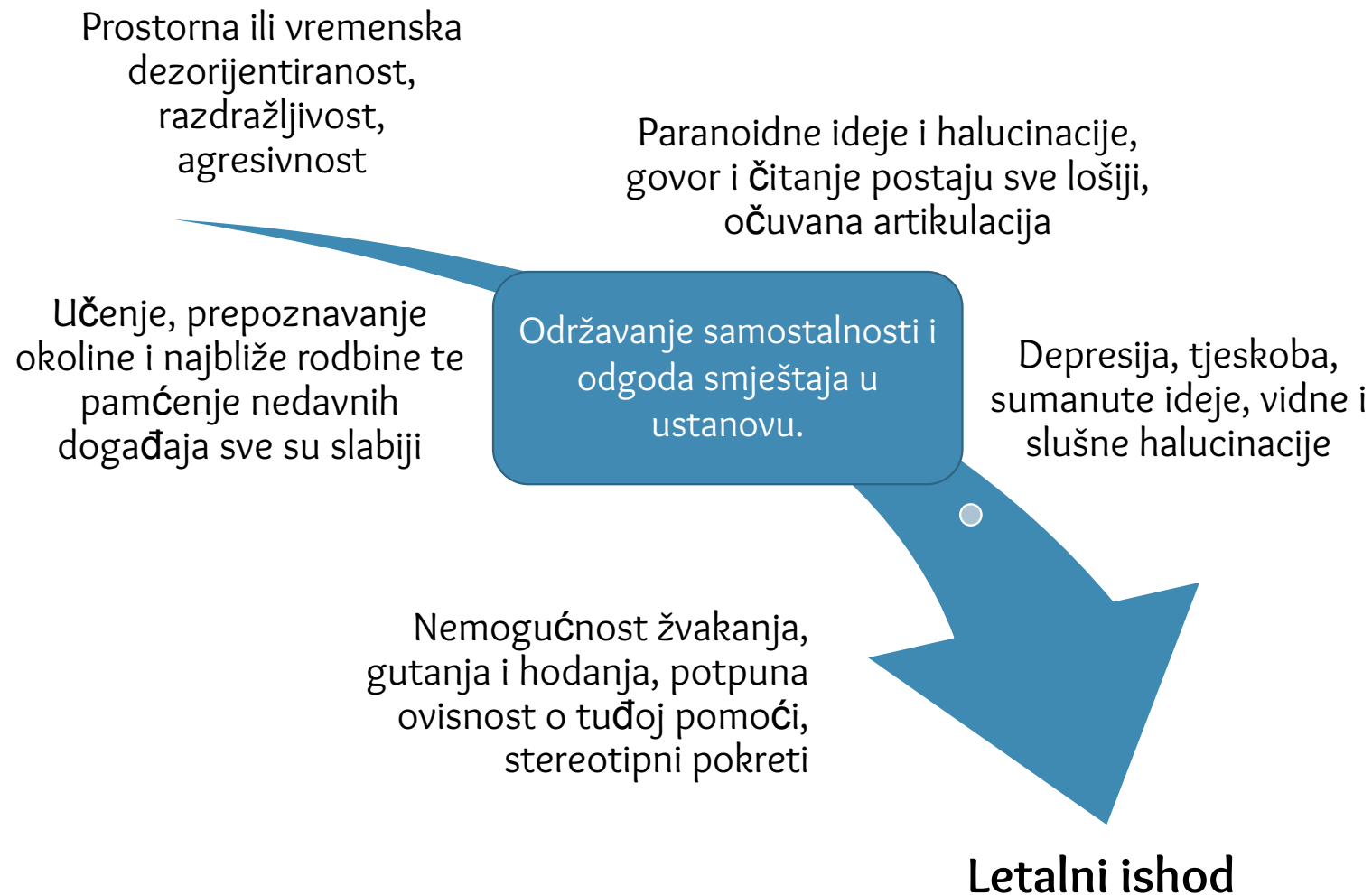
Starenje stanovništva





Usljed neuropatoloških zbivanja i progresije bolesti osobe oboljele od Alzheimerove demencije (AD) imaju sklonost razvoju smetnji ponašanja i psihijatrijskih simptoma (Kalinić, 2021.)

Skrb za osobe s demencijom



Biomedicinski holistički pristup

- Niz komorbiditeta kod osoba starije životne dobi, učestalo prisutna polipragmazija i korištenje antidepresiva i antipsihotika
- Osobe starije životne dobi - smanjuje se relativan udio vode u tijelu i mišićna masa, povećava se udio masnog tkiva, promijenjen način djelovanja i izlučivanja lijekova

Poluvrijeme izlučivanja diazepama od prosječno 20 sati kod osobe stare 20 godina, povećava se na 90 sati kod osobe stare 80 godina (Kolarić, Ćorić, 2021.)

Biomedicinski holistički pristup

Medicinsko osoblje s kojima se oboljela osoba susreće kod dolaska u bolnicu treba poznavati cijelu prirodu bolesti, kako bi moglo odgovarajuće pristupiti bolesniku.

U radu s osobama oboljelima od demencije važan je holistički pristup u svim aspektima skrbi (Fremec, Kipčić, 2019.)

Bihevioralni i psihički simptomi

- U liječenju bihevioralnih i psihičkih simptoma fokus je usmjeren na prepoznavanje i zbrinjavanje nezadovoljenih potreba oboljelog (Vuk, 2022).
- Simptomi verbalne agresije i uznemirenosti najčešće su rezultat nezadovoljenih potreba
- Potreba za socijalnim kontaktom (usamljenost, dosada), potreba za smislenom aktivnošću i neugoda/bol; poštivanje bolesnikovih ranijih rutina, osobnih uvjerenja i interesa

Nefarmakološke metode liječenja

- Vježbe poboljšanja mentalne kondicije, terapija smijehom, reminiscencija, **poticanje pisanja i čitanja**
- Multisenzorne terapije, muzikoterapija, aromaterapija, kreativne radionice (likovna, muzička, literarna), društvene igre, tjelovježba, radno-okupaciona terapija, memo-tehnike, terapijski dodir, terapija lutkama

Navedene terapije povećavaju kvalitetu života, ublažavaju bihevioralne i psihološke simptome i **nemaju nuspojava** (Beerens, Sutcliffe, Renom-Guiteras, 2014)

Glazboterapija

- Glazba kao auditivni jezik aktivira moždana područja uključena u auditornu percepciju, kogniciju i motoričku kontrolu u mozgu, a pravilni ritmički uzorci olakšavaju memorijsko kodiranje neglazbene informacije (Mudri, Ivanešić, Mikšić, 2021.)
- Važan resurs u ostvarivanju psiholoških, kognitivnih i socijalnih ciljeva neurorehabilitacije uslijed neuroplastičnosti mozga; poticanje mentalne i prostorno-vremenske samosvijesti; ublažava simptome anksioznosti i depresije (Steen i sur. 2017.)
- Glazba potiče socijalnu interakciju, umanjuje stres i dosadu, potiče fizičke kretnje stimulira održavanje identiteta (Brankaert i sur., 2021.)

Glazboterapija i terapija plesom

- Alzheimerova bolest: receptivna metoda - Metoda Musica Medica i aktivna metoda – Orffova metoda
- Metoda Musica Medica **vibroakustikom** pozitivno utječe na senzomotoričke poteškoće i teškoće govora te ublažava tjeskobu i stres
- Orffova metoda pospješuje opuštanje i koncentraciju, razvoj osjetilne percepcije (taktilna, akustička, optička, prostorna), koordinaciju te lakšu komunikaciju s okolinom.
 - Poboljšana neverbalna socijalna interakcija (Schafer i sur., 2022.); moguće ju je kombinirati s biblioterapijom



Reminiscencija _prisjećanje

- Efektivna i svrsishodna psihosocijalna intervencija adaptibilnog oblička primjenjiva i u kontekstu obiteljskih njegovatelj (Mudri, Mikšić, 2021.)
- Pozitivno djeluje na raspoloženje, blagotvorno na opće zadovoljstvo i kognitivno funkcioniranje (Groot i sur., 2021.)
- Sistematičan kognitivni proces; aspekti daleke prošlosti utemeljeni na stvarnosti uz osobni značaj za pojedinca; aktiviranje potaknuto događajem koji podsjeća na sličan i prijašnji; unutarnji ili vanjski stimulansi (Dempsey i sur., 2014.)



Prisjećanje - trenutak lucidnosti



Željko Mudri, mag. med. techn, doc. dr. sc. Štefica Mikšić, mag. med. techn
Fakultet za dentalnu medicinu i zdravstvo Osijek
zmudri@fdmz.hr

Prisjećanje (reminiscencija) je efektivna i svrsishodna psihosocijalna sestrinska intervencija adaptibilnog oblića primjenjiva i u obiteljskih negovatelja. Primarno razmatranje uključuje voljne ili nevoljne procese sjećanja vlastitog „ja“ u prošlosti. U ovome radu prikazana je reminiscencija na primjeru iz prakse.

Cilj je **pozitivna sjetnost, ponovna osobna identitetska oživljenost i brojne emocije** koje odmiču osobu oboljelu od demencije od depresivnosti, socijalne izoliranosti te pojačavaju osobnu dobrobit i čine povratak u trenutačnu **lucidnost** i spontanost.

Definirani atributi, karakteristike koncepta prisjećanja su:

- Sistematičan kognitivni proces
- Aspekti daleke prošlosti utemeljeni na stvarnosti uz osobni značaj za pojedinca
- Aktiviranje potaknuto događajem koji podsjeća na sličan i prijašnji.
- Unutarnji ili vanjski stimulansi - introspektivni proces i/ili intersubjektivna interakcija

Postojani zanos oživotvorenih uspomena, a osobito u uvjetima pandemije i izolacije, i dalje je očuvan u domu u kojemu se uspomene izmjenjuju poput plime i oseke Dunava, one dolaze i prolaze.

U tome domu uz **cjeloživotno poznato okruženje**, živi glavni autor ove priče čije uspomene ne blijede jer uz pomoć svoje kćeri i najboljeg prijatelja, one ostaju dio svakodnevnice čak i kada ih demencija nastoji izbrisati.



Verbalizirana **stvarnost nije nužno aktualna**, no okolina štiti **konheretnost** tog trenutka. Verbalizacija bolnosti nogu zbog kojih danas ne može otići na posao, pomisao na umirovljenje i saznanje da je u mirovini 30 godina, izazivaju pozitivnu sjetnost uz izjavu: "Kako mi je to promaknulo?". Simultano javlja se razmatranje osobne svrhovitosti za onemoćalog dunavkog kalafata (majstor brodograditelj). No, metla u ruci dok sjedi u kolicima ili pak drva koja prevozi u njima dio su aktivnosti koje doprinose svrhovitosti jer su i one dio nezaboravljene prošlosti.

Prijatelj iz djetinjstva koji se doselio k njima „stimulans“ je brojnih priča u kojima se najbolji prijatelji prisjećaju tradicionalnih lokalizama, prezimena koja su izumrla na njihovom lokalitetu, dok zgrade i ljudi iz mladosti postaju dijelom **lucidnog trenutka prisjećanja**.

Prisjećanje i lucidnost potiču **slagalice, ručna izrada Božićnih ukrasa** od teraccota glinamola te **priče** u kojima iščekuje veliku budnost publike. Štovište, čak i kada su te priče zapravo **konfabulacije** poput vožnje motornim zmajem koja postaje let u kartonskoj kutiji ili dekubitusi koji su nastali nakon što ga je udarila njegova kćer s ašovom, sjekirom, vratima od automobila, ... njegova publika i dalje vjerno sluša i sudjeluje u tome prisjećanju.

Nerviram se što tata već drugi dan ne želi ništa jesti. Veli on: "Kako ne razumiješ? Meni hrana više nije najvažnija. Najvažnije je da me zagrliš, da si blizu i da mi daš ruku. I da znaš: bolja si od štapa."

Dunavski kalafat



Literatura:

Dempsey L, i sur. Reminiscence in dementia: A concept analysis. Dementia.2014; 13(2): 176-192.

Multisenzorni obiteljski albumi

- Exploring How a Multisensory Media Album Can Support Dementia Care Staff (Groot, Kenning, Hoven i Eggen, 2021.)



Tjelesna aktivnost

- Adjuvantna terapija u liječenju neurodegenerativnih bolesti (Đurić i sur. 2018.)
- Primjenom tjelesne aktivnosti doći će do poboljšanja kognitivnih funkcija, što stvara optimizam u liječenju demencije i drugih psihičkih poremećaja (Grošić i Filipčić, 2019.)
- Tjelovježba je sveprisutna tijekom liječenja jer pomaže u poboljšanju niza simptoma i psiholoških zapreka

Art (psiho) terapija

- Oslobađanje kreativnih snaga koje su latentne u pacijentu i koje tada postaju katalizator promjene (Ivanović, Barun, Jovanović, 2014.).
- Integrirane su ekspresivne karakteristike umjetnosti i eksplorativne karakteristike psihoterapije; stvaralački likovni proces kao sredstvo izražavanja i komunikacije
- Značajno ublažavanje depresivnosti i povećana pažnja; kupiranje bihevioralnih poremećaja; prikladno sredstvo komunikacije jer se pacijenti nerado verbalno izražavaju (Hu i sur. 2021.)
- Različiti oblici umjetnosti (slikanje, izrada od gline) održavaju se na kvalitetu života (Junaković, Telarović, 2021). Pjevanje i slikanje kod pacijenata u srednjoj fazi Alzheimerove bolesti, utjecalo je na smanjenje anksioznosti i ublažavanje boli (Pongan i sur. 2017.)

Crteži koje je oboljeli od AB načinio tijekom rehabilitacije. Aktivnost je bila učinkovita u smirivanju poremećaja ponašanja, a povećala je i kvalitetu života oboljelog, njegove obitelji, uključujući i njegovatelja (Mimica, 2011.)

Klinika za psihijatriju Vrapče



Art (psiho)
terapija





Art (psiho) terapija



Trening aktivnosti svakodnevnog života

Specijalna bolnica za
psihijatriju i palijativnu skrb
Sveti Rafael Strmac

- Radno okupaciona terapija - terapijska procjena funkcionalne sposobnosti; održavanje i unaprjeđenje postojećeg psihofizičkog stanja.
- Trening uključuje:
 - **aktivnosti samozbrinjavanja** (održavanje osobne higijene, hranjenje, oblačenje, pozicioniranje u krevetu, premještanje)
 - **aktivnosti produktivnosti** (održavanje prostora, namještanje kreveta, slaganje odjeće i održavanje ormara, priprema napitaka)
 - **aktivnosti slobodnog vremena** (čitanje knjiga i dnevnog tiska, igranje društvenih igara, druženje i socijalizacija).
 - Vježbe pamćenja, dosjećanja i memo tehnike

Trening aktivnosti svakodnevnog života

Specijalna bolnica za
psihijatriju i palijativnu skrb
Sveti Rafael Strmac



ISPREPLETIMO RUKE!

ISPREPLETIMO RUKE!

- Dobrobiti rukavića su višestruke: pružaju vizualnu, taktilnu i senzoričku stimulaciju, griju ruke i istovremeno pružaju utjehu i djeluju umirujuće.

Štrikeraj café



ISPREPLETIMO
RUKE!



Biblioterapija

- Poticanje na prepričavanje pročitane sadržaja
 - Pamćenje detalja ispričanog sadržaja
 - Poistovjećivanje sa likovima iz pročitane sadržaja
 - Proživljavanje emocija
-
- Olakšanje, utjeha i emocionalna katarza plodovi su poetske biblioterapije. Svrha je oplemeniti i uljepšati stvarnost osoba kojima je namijenjena i pomoći onima koje pate.
-
- Književnost koja liječi nije medicina, već je mali štap pomoći društvu u objektivno teškim okolnostima (Bašić, 2021.)

Biblioterapija

- Planska upotreba književnog teksta (proza, poezija, bajka, mit, legenda) i književnih izražajnih sredstava (metafore, poredbe, alegorije, rime) s ciljem procjenjivanja i otklanjanja različitih emocionalnih, kognitivnih i interpersonalnih problema
- Temeljenije intervencije na reminiscenciji i poeziji poboljšava kvalitetu života i doprinosi povratku bolesnikove osobnosti što se pozitivno reperkusira na odnose s njegovateljima, a povećava se i kvaliteta skrbi (Gregory, 2011.)

Biblioterapija

- Istraživanja upućuju na umirujući, opuštajući doprinos čitanja ili pak pojavu fenomena eskapizma
- U grupnom okruženju pojavljuje se društvena kohezija te time i povećanje samopouzdanja i socijalna inkluzija (Brewster, McNicol, 2021.)
- Kognitivni pomaci u kontekstu neuroplastičnosti – sudionici istraživanja u grupnoj biblioterapiji s čitanjem naglasak odlomak, naveli su da su shvatili smisao odlomaka i da su se prisjetili zaboravljenih sjećanja (Genuis, 2015.)

Učinak nefarmakoloških metoda u liječenju demencije

Izvor: Vidučić, 2017.

Reminiscencija	<i>TimeSlips</i> - kreativno pripovijedanje priča	Intervencije pomoću tehnologije	Likovna umjetnost	Muzikoterapija	Terapija plesom i pokretom	Biblioterapija
<ul style="list-style-type: none"> • smanjenje negativnih ponašanja • bolja komunikacija • sudjelovanje i zadovoljstvo • socijalizacija • osnaživanje • dostojanstvo i smisao • smanjenje skrbničkog tereta 	<ul style="list-style-type: none"> • pozitivno ponašanje • verbalizacija • bolje komunikacijske vještine • sudjelovanje i zadovoljstvo • dostojanstvo • ojačavanje identiteta • pozitivni stavovi osoblja • bolja interakcija između korisnika i osoblja 	<ul style="list-style-type: none"> • prisjećanje važnih stvari • poboljšana komunikacija sa skrbnicima • poboljšano raspoloženje i osjećaj zadovoljstva • zadovoljstvo i podrška za skrbnike • svijest o sebi, održavanje identiteta 	<ul style="list-style-type: none"> • smanjenje problema u ponašanju • olakšanje i produbljivanje komunikacije • verbalna tečnost • poticanje životnih uspomena • zadovoljstvo • pojačani osjećaji sposobnosti • olakšanje od boli • povećano samopoštovanje 	<ul style="list-style-type: none"> • smanjenje problema u ponašanju • sredstvo komunikacije • bolje jezične vještine i verbalno kratkoročno pamćenje • povećano zadovoljstvo, opuštanje • socijalizacija i sudjelovanje • povećano samopoštovanje, osnaživanje • osobnost pojedinca 	<ul style="list-style-type: none"> • smanjenje problema u ponašanju • verbalna tečnost • izražavanje osjećaja • poboljšano raspoloženje • osjećaj moći i kontrole • svijest o sebi • razvijanje identiteta 	<ul style="list-style-type: none"> • slabljenje bihevioralnih simptoma • socijalizacija • zadovoljstvo • osjećaj postignuća • obnova osobnosti

Komunikacija u kontekstu nefarmakološkog liječenja

1. NE isključivati, ignorirati osobu, razgovarati s članom obitelji kao da osoba nije prisutna
2. NE razgovarati tepajući, koristeći umanjenice ili jako se licem približavati kao u razgovoru s djetetom
3. NE ustrajati na opsežnim i detaljnim objašnjenjima, koristiti kratka i ciljana.
4. NE prepirati se kada je nesuradljiva ili sumnjičava.
5. NE suočavati osobu s njenim nedostacima
6. NE podsjećati osobu stalno da je nešto zaboravila i postavljati pitanja poput kviza.
7. NE pretpostavljati da je namjerno „teška” i NE shvaćati osobno
8. NE izbjegavati (ili prestati) posjećivati osobu u uvjerenju da se ionako neće sjećati.
9. NE zaboraviti kako bi sami željeli da se prema nama ophode u takvoj situaciji (Vladetić, Butković Soldo, 2022.)

Zamisli kako je
to kada ne
možeš
prepoznati
svog najboljeg
prijatelja.

Trebaš biti jako strpljiv, odgovori lisica. Najprije ćeš sjesti malo dalje od mene, eto tako, na travu. Ja ću te gledati krajičkom oka, a ti nećeš ništa govoriti. Govor je izvor svih nesporazuma. Ali svakoga dana primaknut ćeš se malo bliže...”

Mali Princ, Antoine de Saint-Exupéry

