

Skjólstæðingar með óráð eða heilabilun

Hvað er heilabilun?

- Heilkenni, safn einkenna sem koma fram vegna hrörnunar/rýrnunar á heilavef.
- Flokkast sem sjúkdómur
- Dementia notað um heilabilun, en þýðir andleg hrörnun eða vitglöp.

Óráð

- Er ekki það sama og heilabilun
- Heilabilun þróast yfir langan tíma en óráð kemur skyndilega
- Er skammvinnt, geðrænt heilkenni
- Greiningarviðmið:
 - Truflun á meðvitund
 - Truflun á vitrænni getu
 - Byrjar skyndilega
 - Saga, skoðun og rannsóknir
- Orsakir eru m.a. lyfjaáhrif, súrefnisskortur, heilablóðfall, sýkingar og fl.(þvagfærasýkingar).



Áhættuþættir

ÚTSETJANDI:

Þættir sem gera einstaklinginn móttækilegri fyrir óráði

T.d. Hár aldur, áfengisnotkun, vitræn skerðing, sjónskerðing, mjaðmabrot

ÚTLEYSANDI:

Eru skaðvaldar vegna meðferðar, umhverfis eða heilsufarsástands og sem geta hrint vandamáli af stað.

T.d. Rúmlega, blóðgjöf, verkir, þurrkur, sýkingar, hægðatregða, fjötrar

Sjúklingar
sem fá
óráð eru
líklegri til
að:

- Liggja lengur á sjúkrahúsi eða á gjörgæsludeild
- Þróa með sér heilabilun
- Fá fylgikvilla tengda sjúkrahúslegu s.s. byltur og þrýstingssár
- Þurfa lengri endurhæfingu og/eða dvöl á hjúkrunarheimili
- Hafa skertari lífslíkur.

Einkenni sem geta bent til óráðs

- 1. Dottar í miðjum samræðum eða athöfnum
- 2. Truflast auðveldlega af áreiti í umhverfinu
- 3. Heldur ekki athygli í samræðum eða athöfnum
- 4. Lýkur ekki við spurningar eða svör
- 5. Svör ekki alltaf í samræmi við það sem spurt er um
- 6. Bregst hægt við fyrirmælum
- 7. Viðkomandi telur sig vera annars staðar en hann er
- 8. Gerir sér ekki grein fyrir tíma dags
- 9. Man ekki nýliðna atburði
- 10. Er friðlaus eða órólegur
- 11. Togar í slöngur og leiðslur, eins og vökvasett, næringarsondu og þvaglegg
- 12. Viðkvæmur, stutt í ótta, reiði eða perring
- 13. Heyrir og/eða sér eitthvað sem er ekki til staðar

Einkennum óráðs skipt í 2 flokka

Ofvirknieinkenni:

Aukin hreyfivirkni
Tala hærra eða hraðar
en venjulega
Óróleiki
Ótti
Aukin árvekni
Ofskynjanir
Pirringur
Truflast auðveldlega

Vanvirknieinkenni:

Minni hreyfivirkni
Tala lægra eða minna
en venjulega
Sofandalegur
Sinnuleysi
Minni árverkni

Meðferð við óráði

Greina og meðhöndla undirliggjandi orsakir.

Góð samskipti við sjúkling og að hjálpa honum að ná áttum (t.d. útskýra f. honum hvar hann er staddur, hver þú ert o.s.frv.) og hughreysta hann.

Stuðla að þægilegu umhverfi þannig að sjúklingur upplifi sig öruggan.

Meta þörf fyrir stuðning frá ættingjum og vinum.

Ef sjúklingur er mjög órólegur eða í hættu á að skaða sjálfan sig eða aðra skal fyrst reyna að róa hann með eða án orða.

Óráð-meðhöndla orsakir

- Aðalatriði í meðferð við óráði er að greina og meðhöndla orsakir þess
- - fyrirbyggja vökvaskort
- - fylgjast með einkennum sýkinga
- - bregðast við takmarkaðri hreyfingu og verkjum
- -endurskoða lyfjanotkun, tryggja svefn og fl. (nánar bls. 122-123)

Heilabilun

Heilabilun (dementia) verður vegna breytinga í heila sem valda skerðingu á hugsun og vitrænni getu, ásamt persónuleikabreytingum

5,7-6,2% 65 ára og eldri Íslendinga með heilabilun. Tíðni sjúkdómsins tvöfaldast e. 65 ára að 85 ára.

Gangur sjúkdómsins er einstaklingsbundinn

Ólæknandi

Einkenna meðferð og reyna að hægja á sjúkdómnum

Orsakir heilabilunar

- Orsakir geta verið ýmsar:
 - Alzheimersjúkdómurinn
 - 50-70% tilvika heilabilunar
 - Endurteknar truflanir á blóðrás í heila
 - Alzh. og blóðrásartr. í heila = 80-90% orsakir heilabilunar
 - Aðrir sjúkdómar- þar sem heilabilun er fyrsta einkenni

Algengustu orsakirnar

- Alzheimersjúkdómurinn:
 - Hvítar “elliskellur” myndast á taugaendum í heila og hindra boðsendingar, heilafrumur deyja og heilinn rýrnar og léttist
- Lewy body sjúkdómurinn – orsök óþekkt
- Framheilabilun – rýrnun í ennisblöðum
- Vitæðaglöp – Vascular dementia (um 50%):
 - Segarek – embolia frá hjarta v/gáttaflökts eða sem afleiðing kransæðastíflu valda stærstu drepunum í heilavefnum, einnig emboliur frá hálsæðum.
 - Thrombosis út frá æðakölkunarskellum í heilaæðum
 - Lágur blóðþrýstingur og hjartastopp er vel þekkt orsök

Afleiðingar

- Afleiðingar eru andleg og vitsmunaleg hnignum;
 - á máli,
 - á rökhugsun,
 - á getu til að skipuleggja og vinna dagleg verk (ADL),
 - einnig verða oftast persónuleikabreytingar

Þættir sem
hafa áhrif á
þróun
heilabilunar

- Persónuleiki einstaklingsins, andleg bjargráð
- Lífssaga
- Líkamleg heilsa
- Breytingar í heila
- Viðmót annarra

Fleiri einkenni fylgja Alzheimersjd.

- **Málstol** – réttu orðin vantar, eru oft skýrari í hugsun en málið segir
- **Verkstol** – erfiðara að skipuleggja og gera dagleg verk.
- **Ratvísi minnkar** – erfitt að rata jafnvel í þekktu umhverfi
- **Skert dómgreind**, - skert innsæi á eigin getu
- **Félagshæfni** – einstaklingurinn virkar ekki eðlilega í hóp og dregur sig í hlé
- Geðræn einkenni og atferlistruflanir

Greining Alzheimersjúkdómsins

- Viðtöl við sjúkling og aðstandendur
 - Um þróun einkenna og atferlisbreytinga
 - Upplýsinga aflað um fortíðina,
 - Menntun, aldur, störf, höfuðslys, einkenni og atferli
- Almenn læknisskoðun og blóðrannsókn
- Rannsóknir og próf
 - Almenn blóðrannsókn, taugasálfræðilegt mat á getu og hæfni, tölvusneiðmynd af heila (TS-scann), segulómun og ísótóparannsókn

Greining æðavitglapa

- Tölvusneiðmyndir af heila sýna drep í heilavef.
- Tölvusneiðmyndir og segulómun af heila sýna hvítuskemmdir

Niðurstöður rannsókna

- Viðtölin gefa mynd af einstaklingnum eins og hann var, skólagöngu hans og æviferli
- Blóðprufurnar geta gefið vísbendingar um aðra sjúkdóma og ástand líkamans
- Taugasálfræðimatið gefur upplýsingar um hæfni til að leysa einföld verkefni
- Sneiðmyndin og skannið sýna hvernig heilinn lítur út og hvernig hann starfar

Þróun heilabilunar

- 1. stig= væg heilabilun
 - Skammtímaminnið skert
 - Tímaskyn er lélegt
 - Minni hæfileiki til að muna nöfn á hlutum
 - Verkstol skerðist hægt
 - Kvíði, óöryggi og pirringur gerir vart við sig

Þróun heilabilunar

- 2. stig= miðlungs heilabilun/alslæm hb
 - Einkenni ágerast
 - Endurtekningar á spurningum
 - Gleymir nöfnum
 - Þekkir síður/ekki sína nánustu
 - Erfiðara að framkvæma ADL
 - Persónuleikatrúflanir aukast og etv. rangtúlkanir og ofskynjanir
 - Meira ráp og breytingar á svefnmunstri

Þróun heilabilunar

- 3. stig = alvarleg heilabilun
 - Mikil skerðing
 - Algjört tap á tjáningu
 - Hreyfigeta töpuð/rúmfastur eða mjög skert
 - Lystarleysi
 - Ósjálfbjarga með ADL
 - Aukin hætta á ofskynjunum, ranghugmyndum og bráðarugli

Meðferð Alzheimersjúklinga

- Upplýsingar og stuðningur
 - Upplýsingar/fræðsla um sjkd. og þjónustu sem er í boði
 - Stuðningshópar
 - Þjálfun
 - Stuðningur, fræðsla og ráðgjöf til aðstandenda
- Lyfjameðferð
 - Lyf við Alzheimersjúkdómi
 - Einkenameðferð
- Umönnun
 - Félagsleg, andleg og líkamleg umönnun

Umönnun heilabílaðra

- Meginmarkmið í umönnuninni eru að **styrkja mannlega reisn** þessara sjúklinga og **bæta lífsgæði þeirra** með því að:
 - Þekkja sögu sjúklings hefðir hans og venjur
 - Umhverfið spegli virðingu, traust, ró og reglu
 - Sjálfsákvörðunarréttur og áttun sé vernduð
 - Líkamleg aðstoð veitt í samræmi við vaxandi þarfir
 - Þverfaglegt teymi, hver fagaðili leggur sitt að mörkum að sameiginlegum markmiðum og í samvinnu við fjölskylduna

Hjúkrun – yfirlit greininga

- Langvinnt ruglástand
- Skert geta til ADL, - sjálfsþrif, matast, WC
- Skert líkamleg hreyfigeta, dettni, skert þrek,
- Veikluð húð,
- Starfrænn þvagleki
- Svefntruflanir, kvíði, verkir
- Næring minni en líkamspörf, hægðatregða
- Álag á ummönnunaraðila

Okkar verk sem sjúkraliðar

- Næga þolinmæði, getur tekið tíma að ávinna traust
- Notaðu tímann vel, getur tekið tíma
- Að vera til staðar í núinu
- Sveiganleiki
- Ímyndunarafli
- Þekkja sögu skjólstæðings

Obs.einkenni

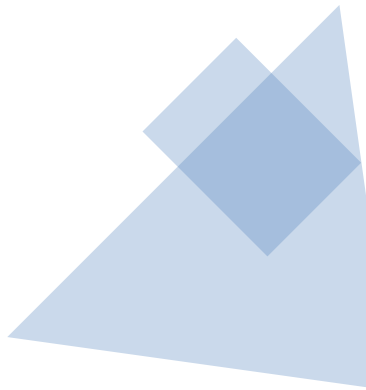
- Klór og rispur
- sár og/eða marbletti
- útbrot og/eða erting
- bólga, hiti í húð og rakastig húðar
- tannbrot
- inngrónar neglur,
- þvag – og hægðavandamál

Þarfir fólks með heilabilun-Kitwood

- Tengsl
- Hughreysting
- Að tilheyra
- Sjálfsvitund
- Að hafa eitthvað fyrir stafni



Samskipti við heilabilaða

- Samstarf- við skjólst. Hjálpar að hjálpa sér sjálfur.
 - Samkennd- ekki bregðast við „ruglaða“ talinu
 - Líkamleg fjarlægð- virða það
 - Að vanda orð okkar-nota nafn skjólstæðinga
- 

Samskipti

- Líkamleg fjarlægð, skiptir miklu máli. Einst. getur upplifað það sem árás þegar við snertum hann
- Að vanda orð sín: tala skýrt, nota nafn skjólstæðings
- Óyrt samskipti



Hvað og hvernig á að tala við heilabílaða?



- **Tala:** Rólega – Hægt -Stuttar setningar-Einföld kunnugleg orð
- Gefa einstaklingnum **tíma** til að svara
- Leiðréttá sem minnst – hlusta.
- Endurtaka spurningar og setningar e.þ.
- Nota handaleiðbeiningar –gefa vísbendingar
- Ræða um:
 - Um fjölskylduna
 - Frekar bernskuna en fullorðinsárin
 - Ræða um hluti í lífi sjúklings sem hann er stoltur af.

Virgni og vellíðan

- Finna út **hvað vekur ánægju**. Það geta verið gömul áhugamál -garðyrkja, gönguferðir eða tónlist. Eitthvað sem vakti ánægju áður - getur verið orðið of erfitt og skapað vanmáttarkennd
 - Útvega **verkefni við hæfi** til dæmis handavinnu, að brjóta saman þvott
 - Finna **verkefni sem gott er að gera saman** og báðir aðilar hafa ánægju af.
 - Fletta blöðum, púsla, leggja kapal eða spila á spil ásamt því að lesa getur verið góð dægradvöl
 - **Hreyfing** er góð og getur dregið úr stefnulausu ráfi. Gönguferð út í búð sameinar það að hafa tilgang og vera holl hreyfing
 - **Hrósa** fyrir unnin verk og **forðast að gagnrýna mistök**
 - Þegar akstursfærni hrakar þarf að gera ráðstafanir og undirbúa að leggja bílnum endanlega
-

Samkennd

- Þá bregðumst við ekki við ruglaða talinu heldur að tilfinningunum sem eru að baki
- Að þráast ekki við skjólstæðinginn, honum líður bara verr eftir slíkt, þrátt fyrir „ruglið“



Öryggisþarfir

- Skert minni einkennir skerta heilastarfsemi
- Kvíði fylgir mjög oft.
 - Kvíði er hræðsla við hættu sem einstaklingurinn veit ekki hver er.
 - Ótti er hræðsla við þekkt fyrirbæri.
- Neikvæð viðhorf og spenna auka kvíða og óöryggi
- Skýrar merkingar stuðla að öryggi

Öryggisþarfir - umhverfi

- Umhverfið þarf að geisla frá sér ró og reglufestu.
- Umhverfið þarf að vera opið og veita góða yfirsýn – en ekki of stórt
- Framkoma starfsmanna þarf að vera yfirveguð og kyrrlát.
- Þolinmæði, nærgætni og mannleg virðing þarf að endurspeglast úr fasi starfsmanna

Öryggisparfir - reglufesta

- Föst dagskrá – samvera – matartímar – svefn
- Föst sæti, ákveðin verkaröð
- Sömu 4 –10 einstaklingar í meðferðarhóp
- Sama starfsfólk
- Regla á vöku og svefnmynstri
- Sjálfsákvörðunarréttur virtur og studdur

Kærleiksparfir- snerting

- Snertiskynið þroskast snemma og endist lengi
- Heilabilaðir sjúklingar fá minnsta snertingu-samkv. rannsóknum
- Besta snerting: Klappað á handlegg, haldið í hönd, klappað á efri hluta baks
- Róleg verkstýring, hendi færð að höfði til að greiða hár, o.s.frv.

Aðstandendur

-
- Mikilvægt að eiga gott samstarf
 - Spurja um þarfir aðstandenda og virða þær
 - Bjóða þeim með í aðhlynningu – fræða
 - Sýna þeim umhyggju- spyrja um líðan þeirra
 - Við leysum verkefnið ekki eins og hann/hún gerði það- getur valdið deilum
 - Við tökum ábyrgð á stöðunni- notum samskiptahæfileika okkar