

NEFARMAKOĻĪSKA IEJAUKŠANĀS MULTIKULTURĀLĀ KONTEKSTĀ

Ievads

Šis modulis apraksta nefarmakoloģiskās pieejas demences ārstēšanā un aprūpē, kā arī moduļa izmantošanu multikulturālā vidē. Pēc vispārīgas iepazīšanās ar nefarmakoloģiskām pieejām un to pieaugošo nozīmi aprūpē, modulis aplūko galveno pieeju grupu: kognitīvi orientētas iejaukšanās, sensorās un multisensorās stimulācijas iejaukšanās, darbības terapiju, tehnoloģiju un iejaukšanos vidē un leļļu terapiju. Attiecībā uz katru pieejas veidu, ir sniegti daži padomi, kā to izmantot multikulturālās vides kontekstā.

Nefarmakoloģiskās pieejas: pārskats

Pēdējo gadu laikā ir pastāvīgi palielinājusies nefarmakoloģisko pieeju nozīme cilvēkiem ar demenci. Pat tad, ja farmakoloģiskai terapijai var būt būtiska ietekme, samazinot stresaietekmi. Farmakoloģiskā terapija palēlina demences progresēšanu, bet var izraisīt blakusparādības, kas apdraud cilvēku ar demenci dzīves kvalitāti (piemēram, pieaug kritiena riski, samazinās kognitīvās funkcijas utt.). Līdz ar to nefarmakoloģiskā iejaukšanās var būt būtiska alternatīva agrīnas ārstēšanas stratēģijas veidošanā un var būt noderīga alternatīva farmakoloģiskajai terapijai. Nefarmakoloģiskās pieejas ir pielietojamas demences klientu rehabilitācijā, veicinot klientu pašpalāvēību un sniedzot atbalstu aprūpes sniedzējiem. Tomēr jānorāda, ka pašreizējā posmā joprojām ir maz skaidrības par daudziem šīs terapijas izmantošanas aspektiem, sākot no iejaukšanās veida un līmeņa un iejaukšanās ilguma, to kontrindikācijām un iespējamām blakusparādībām.

Nefarmakoloģiskas iejaukšanās mērķis ir saglabāt vai uzlabot personas kognitīvo funkciju, sniegt personām ar demenci veikt ikdienas darbības un risināt iespējamās problēmas.

Nefarmakoloģiskus pasākumus var klasificēt pēc pieredzes jomām un funkcijām, uz kurām tie galvenokārt vērsti. Tiek izdalīta kognitīvi orientēta iejaukšanās, sensorā un multisensorā stimulācija; aktivitātes terapija, tehnoloģiju izmantošana darbā ar personām ar demenci, iejaukšanās vidē (gan relaksējot, gan stimulējot personu ar demenci).

Dažādi nefarmakoloģiskās iejaukšanās veidi ir pielietojami dažādās slimības stadijās. Pasākumi, kas vērsti uz kognitīvajām funkcijām un darbībām, ir visnoderīgākie agrīnās demences stadijās (t.i., vieglas demences), savukārt vēlākajos slimības posmos ārstēšana galvenokārt ir vēsta uz agresijas mazināšanu, klejošanas novēršanu un citiem uzvedības traucējumiem. Smagas demences stadijā vispiemērotākās iejaukšanās ir tā, ar kuru ir iespējams saglabāt cilvēka labsajūtu.

Parasti aprūpes darbinieki, kas strādā ar personām ar demenci, tiek apmācīti strādāt ar dažādām nefarmaceutiskām terapijām un pieejām, atkarībā no cilvēka, par kuru viņi rūpējas, un mērķa, ko viņi vēlas sasniegt. Pieeja vai īpaša iejaukšanās metode atsevišķos gadījumos var būt veiksmīga, bet, iespējams, ne visos gadījumos. Vispārīgi runājot, kognitīvā stimulācija, kognitīvā apmācība un atgādinājuma terapija uzlabo kognitīvās spējas. No otras puses, kognitīvā rehabilitācija un darba terapija uzlabo sasniegumus ikdienas darbībās. Mūzikas terapija un multisensorā stimulācija ir noderīga, lai nodarbotos ar izaicinošu uzvedību. Atbalsts no aprūpētāja atvieglo depresijas simptomus un emocionālo izdegšanu.

Lai gan visas iepriekšnosauktās pieejas var izmantot ar cilvēkiem, kuriem ir etniskās kultūras priekšvēsture, var būt daži specifiski aspekti, kas jāņem vērā, lietojot cilvēkiem ar atšķirīgu etnisko piederību un/vai atšķirīgu valodu.

Lai gan literatūrā par šo tematu ir maz pierādījumu, katram pieejas veidam var hipotētiski noteikt dažādas iespējamās problēmas, ja tās izmanto atšķirīgā multikulturālā kontekstā.

Kognitīvi orientētas darbības

Personu ar demenci iesaistīšana aktivitātēs un diskusijās, kognitīvās rehabilitācijas vingrinājumos, atgādinājuma sesijās un visās aktivitātēs, kurās ir nepieciešama cilvēka kognitīvā aktivizācija, tiek veicināta personu ar demenci kognitīvo funkciju uzlabošana un sociālā funkcionēšana.

Visizplatītākais kognitīvās stimulācijas veids ietver grupas sesijas, ko vada apmācīts terapeits ar diskusijām par pagātņi, dienas notikumiem, ceļojumiem, ēdieniem un viktorinām. Arvien vairāk pētījumu norāda, kā kognitīvās stimulācijas programmas veicina kognitīvo funkciju uzlabošanu cilvēkiem ar vieglu un vidēji smagu demenci. Kad cilvēks ar atšķirīgu etnisko piederību ir iesaistīts šajās darbībās, ir jāpievērš uzmanība valodai, kas tiek izmantota, lai būtu droši, ka tas nav šķērslis dalībai terapijā. Gadījumā, ja persona, kurai ir demence, neatpazīst valodu, ko lieto valstī, kurā persona ar demenci dzīvo, aprūpētājam ir ieteicams pārzināt valodu, kurā runā vecāka gadagājuma cilvēki. Grupas aktivitātēs var gadīties, ka ne visiem dalībniekiem ir vienāda valoda. Šajā gadījumā komunikāciju var veikt mediators vai tulkotājs.

Vēl viens ievērojams veids, ko var izmantot darbā ar personām ar demenci ar atšķirīgu etnisko piederību, ir atgādinājuma terapija. Parasti tas notiek katru nedēļu divu vai vairāku personu ar demenci grupās. Nodarbībās izmanto fotogrāfijas, mūzikas klausīšanos, filmu skatīšanos un ikdienas aktivitātes, kas var būt saistītas ar pagātnes notikumiem, un veido saikni starp personas ar demenci pagātnes notikumiem un šodien. Dažiem stimuliem var nebūt vienāds aktivizējošs efekts visiem grupas dalībniekiem. Ņemam vērā, ka kultūras aspektiem var būt dziļa ietekme uz personas ar demenci dzīvesgājumu un to interpretāciju, ko sniedz bijušie notikumi un attiecībām personas dzīvē. Aprūpes sniedzējiem ir jāapzinās, kā un kādi kultūras aspekti var ietekmēt cilvēka biogrāfiju. No otras puses, cilvēkiem demences sākuma stadijā nezināmu objektu rādīšana/pielietošana varētu stimulēt ziņkārību, tas varētu veicināt personas ar demenci aktivizēšanu.



1. att.: Nigērijas iedzīvotāju tradicionālais apģērbs

Darba terapija

Darba terapija attiecas uz plašu darbību klāstu, tostarp arī uz ikdienas dzīves aktivitātēm, izglītības, darba un mājsaimniecības, rotaļu un brīvā laika, kā arī sociālās līdzdalības darbībām un kompleksiem pasākumiem. Cilvēki ar demenci tiek mudināti palikt aktīvi un neatkarīgi ģimenes pārvaldībā un rūpēs attiecībā uz ēdiena gatavošanu, iepirkšanos, kopienas mobilitātē, finanšu vadībā un komunikācijā ar citiem cilvēkiem.

Arī šajā gadījumā ļoti svarīgas ir padziļinātas zināšanas par cilvēku, par viņa iepriekšējo dzīves vidi, par viņa paradumiem, par kultūru aspektiem. Terapeitiem nevajadzētu mēģināt veidot jaunu dzīvesveidu vai arī veidot jaunus ikdienas paradumus, bet ir jāpalīdz personām ar demenci atrast tos balstus, kas ļautu veidot pēctecību jau esošajam dzīvesveidam.

Īpaši darbā ar klientiem “aprūpe mājās”, darba terapijas speciālists cenšas nostiprināt personas ar demenci vajadzības, intereses, uzskatus, paradumus un lomas, kā arī iespējas un personas nespējas, vienlaikus izvērtējot fizisko, sociālo un kultūras vidi. Šādā veidā terapeits cenšas izprast personas ar demenci ikdienas realitāti, lai varētu izstrādāt terapeitisku plānu ar mērķi saglabāt un uzlabot personīgo autonomiju, veicināt iesaistīšanos jēgpilnās aktivitātēs, veidot sociālo līdzdalību, kas atvieglotu aprūpes slogu aprūpētājiem, palielinātu pašas personas kompetences izjūtu un spēju pārvaldīt uzvedību un pārvarēt grūtības, ar kurām persona ar demenci saskaras.

Vides terapija (iekējā vide)

Jušanas un vides stimuli bieži tiek uzskatīti par īpaši derīgiem cilvēkiem ar demenci. Šī iemesla dēļ specializētas demences aprūpes formas būtu jāorganizē tā, lai uzlabotu klientu/personu ar demenci pārvietošanās brīvību un drošību. Vides terapija būtu jāorientē uz ikdienas dzīves rutīnām (rīta kafijas gatavošana, galda klāšana, ēdiena gatavošana, drēbju mazgāšana, mūzikas klausīšanās utt.). Cilvēki ar demenci būtu jāiesaista šajās darbībās, pamatojoties uz viņu attieksmi, prasmēm un iepriekšējo dzīves vēsturi. Ja mēs domājam par vidi, kurā dzīvo cilvēki no dažādām kultūrām, mums būtu jānodrošina, lai katrs cilvēks var atrast kaut ko, kas pieder viņu iepriekšējās dzīves vēsturei. Tāpat ir svarīgi, lai ierosinātās darbības būtu reprezentatīvas un respektētu viņas iepriekšējo ikdienas dzīvi. Tāpēc ir svarīgi, lai brīdī, kad cilvēks pirmo reizi saņem pakalpojumu “aprūpe mājās”, tiktu veikta padziļināta (un cieņpilna) informācijas vākšana par personu ar demenci dzīves vēsturi. Svarīgi zināt, vai cilvēka ikdienas rutīnā ir brīži, kas veltīti lūgšanām un noteiktām vietām un priekšmetiem, kādu mūziku klausās persona ar demenci, utt. Ģimene ir svarīgs informācijas ievākšanas avots un arī atbalsts personām ar demenci nodrošināšanai ar dažiem priekšmetiem vai materiāliem, kurus, iespējams, nav viegli iegūt bez ģimenes palīdzības (mūzikas ieraksti, fotoattēli, tipiski ornamentu utt.). Piemēram, gleznas vai plakāti, telpu var padarīt ērtu un iedvesmojošu, tie var attēlot pagātnes mirkļus un lolotas vietas, vai arī tie var būt pašu cilvēku vai viņu ģimenes locekļu fotogrāfijas. Ir ļoti svarīgi, lai vides iekārtojumā neveidotos situācijas, kas var radīt pretējus stimulus personām ar demenci, jo rezultātā var rasties haotiska vides uztvere.



Att. 2. Rumānijas tipiskā vide. Rumānija ir pirmās Itālijā dzīvojošās ārvalstu grupas izcelsmes valsts.

Iespēja paēst savā, mājas virtuvei līdzīgā vietā, noteikti ir ērtāka un stimulējošāka, nekā ēst restorānā vai mazāk personalizētā vidē. Turklāt mēs nedrīkstam aizmirst, ka tad, ja virtuve var uzlabot maņu stimulāciju un arī veicināt īslaicīgu orientāciju: ēdiena smarža norāda, ka ir laiks ēst, tādējādi palīdzot cilvēkam atgūt laika izjūtu; tā arī stimulē apetīti un sagatavo cilvēku maltītei.

Šajā ziņā zināšanas par iemīļotiem vai ierastiem ēdieniem palīdz cilvēkam justies kā pazīstamā vietā. Garšvielas un smaržvielas, kas izplatās gaisā, var sagādāt cilvēka prātam jēgpilnus brīžus un būt par stimulu. Ja cilvēki no atšķirīgām etniskajām grupām dzīvo aprūpes namā, ir iespējams izveidot nelielas tipiskas telpas, kas veltītas dažādām kultūrām, vai plānot kādu kultūru raksturojošu darbību nedēļas laikā.



Att. 3 Sarmale: tipisks Rūmenes trauks



4. att. Bērīnieši: tipisks pakistāniešu šķīvis

Vides terapija (Ārējā vide)

Ārējā vide cilvēkiem ar demenci sniedz svarīgus kognitīvus un sensorus stimulus. Mūsu pieredze rāda, ka cilvēkiem ir vieglāk uztvert to, ko viņi zina, un tas var būt labs pamats sarunai, pamatojoties uz atmiņām, kas saistītas ar noteiktu vidi. Attiecīgi, dārzos vajadzētu būt augiem un priekšmetiem, kas ir pazīstami cilvēkiem, kuri tos izmanto. Cilvēkiem no dažādām valstīm un kultūrām šķērslis varētu būt atrast un atpazīt nepazīstamus augus, kas varētu būt auguši citos klimatiskos apstākļos. Siltumnīcas varētu būt lielisks risinājums darbam ar cilvēkiem ar demenci.

Lelles terapija

Cits nefarmaceutiskās terapijas veids, ko bieži pielieto personām ar demenci, ir leļļu terapija. Lelles lietošana var būt ļoti efektīva personai, kurai ir Alcheimera slimība vai cita veida demence, lai mazinātu stresu un uzbudinājumu. Aprūpētājs var izmantot leļļu terapiju kā veidu, lai stimulētu atbildības sajūtu un aprūpi cilvēkam ar demenci. Lelles nomierinās vai atslābinās personas ar demenci, kā arī piesaistīs uzmanību un nodrošinās līdzekli sociālai mijiedarbībai.

Terapeitiskā lelle cilvēkam ir jāpasniedz ļoti rūpīgi. Persona ar demenci lelli var uzskatīt par mazbērnu, bērnu vai bērnu kuru ir aprūpējusi. Dažos gadījumos persona, kurai ir demence, var uzskatīt terapijas lelli par pārāk svarīgu pienākumu un tādējādi nepieņemt šo rūpju lomu. Cik mēs šobrīd saprotam, leļļu terapiju var izmantot tiem cilvēkiem, kuri piedzīvo demences stadiju, kad lelle tiek atpazīta kā bērns (animētā mīkstā rotaļlieta var tikt pielietota kā īsts mājdzīvnieks). Savādāk mēs to nevaram definēt kā leļļu terapiju

Pieredze rāda, ka leļļu terapijas ieviešana kontrolētā vidē, ļauj personai ar demenci uzņemties atbildību par sevi un savām darbībām, nevis pielietot lelli tikai kā spēles elementu, bet piešķirt lellei vērtību. Leļļu terapija var palīdzēt cilvēkam, kurš nav verbalizējies, sākt atkal runāt. Runāšana, dūngošana vai dziedāšana ar mazuli/lelli rokās, ir darbības, kas var stimulēt elementārus garīgus procesus. Terapijas lelli var pieskatīt, apģērbt, uzglabāt un pēc tam nākamajā dienā atgriezt atpakaļ. Svarīgs jautājums ir, kādi leļļu veidi ir izmantojami. Ir iespējams iegādāties lelles ar dažādu etnisko grupu īpašībām (fiziskās īpašības, drēbes, aksesuārus utt.), kuras var izvēlēties atbilstoši katrai personas vajadzībai.

Ja lelles vietā tiek izvēlēts dzīvnieks kā mīkstā rotaļlieta, ir svarīgi zināt, ko tā varētu attēlot cilvēkam ar demenci un kāda ir šī cilvēka pieredze un jūtas pret šāda veida dzīvnieku. Šajā gadījumā var būt svarīga kultūras ietekme. Vai šis dzīvnieks tradicionāli ir mājdzīvnieks? Vai tas ir svēts dzīvnieks? Vai viņš var palikt mājās vai arī parasti dzīvo ārā?

