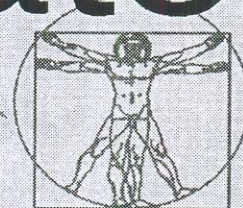


**Bruknė gydo
karštligę ir
mašina
troškulį**

... 9 psl.

Sveikatos



K

Užstrigusieji sielvarte

Alzheimerio liga vargina ne tik artimuosius, slaugančius ligonį, bet ir aplinkinius

Knygos apie Alzheimerį "Artimųjų išgyvenimai" autoriai ragino konferencijos klausytojus - būsimuosius slaugos specialistus, padaryti viską, kad šiuos ligonius pasiektų profesionali pagalba.

Rimtauto
NORVAIŠOS
nuotr.



Zita KATKIENĖ
tel. 52-38-40
zitatatkienė@yahoo.com

Sergančiaisiais Alzheimerio liga susirūpinama tik kartą metuose - kai pažymima Pasaulinė Alzheimerio ligos diena, - sako Šiaulių miesto Alzheimerio klubo pirmininkė Danutė Urbonienė, 2002-aisiais metais įkūrusi klubą, pati slaugiusi ligonį, jį pa-

laidojusi ir po kelerių metų pertraukos vėl sugrįžusi prie klubo vairo. Šiais metais konferenciją ligonių artimiesiems surengė Dainų pirminės sveikatos priežiūros centras, o Šiaulių kolegijos sveikatos fakultete pristatyta nauja knyga "Artimųjų išgyvenimai", kuri turėtų tapti vadovu, kaip bendrauti su ligos palaužtu žmogumi bei kuo ilgiau išsaugoti jo atmintį ir gebėjimus.

Sunkiausia - susitaikyti

Į Šiaulių kolegijos Sveikatos fakulteto konferencijų salę susirinko studentai ir dėstytojai. Artėjant pasau-

linei Alzheimerio ligos dienos įvykiams buvo pristatyta knyga "Artimųjų išgyvenimai, prižiūrint Alzheimerio ligą sergantį asmenį. Socialinio darbo kontekstas." Kauno medicinos universiteto neurologė Vilma Židžiūnaitė, daugelį metų Marijampolėje organizavusi pagalbą sergančiųjų artimiesiems Rima Steponavičienė ir Šiaulių kolegijos medicinos fakulteto katedros vedėjas Remigijus Bubnys parengė vadovėlį šeimos nariams, kuriems parama reikalinga ne ką mažesnė, kaip patiems sergantiesiems.

(Nukelta į 8 psl.)

**Vaisi
m**

Papras

Vyšnia mums - tai mums visų metų auga po medžiais, soduose ir kaimo įvairiose vietose. Vyšnia - mūsų krašto šiaurės Amerikos. Tačiau kultivuojama daugiau nei dešimt naujų vyšnių veislių, kurias išvestų J. Mičiūrinio. Mūsų žemės, mūsų sodininkų dėka, ši auga daugiau kaip 80 metų senos vaistinės kultūros.

Vyšnios yra vertingas produktas, jose daug cinko, vitamino C, rauginių, pektinų, žaliųjų medžiagų, organinių B grupės vitaminų, vitamino K, folio rūgšties, karotino, kalio, geležies, magnio. Pektininių medžiagų gausumas padeda išvengti kraujagyslių užsikimšimo, sumažina cholesterolio kiekį, padeda išvengti širdies ligų.

Vyšnių kauliukuose yra daug glikozido amigdalino, kuris padeda išvengti širdies ligų, padeda išvengti širdies ligų, padeda išvengti širdies ligų.

Vyšnių uogose gausu vitamino C, kuris padeda išvengti širdies ligų, padeda išvengti širdies ligų, padeda išvengti širdies ligų.

Lietuvoje žmonės valgo vyšnių uogas ir sultis. Tai malonaus rūgščio skonio uogos, kurios padeda išvengti širdies ligų, padeda išvengti širdies ligų, padeda išvengti širdies ligų.

Naudingos ne tik vyresniems žmonėms, bet ir jų antplėšimui, sumažinti cholesterolio kiekį, padeda išvengti širdies ligų.



Miesto Alzheimerio klubo pirmininkė Danutė Urbonienė įsitikinusi, jog reikia kovoti už tai, kad ligonių artimieji sulauktų kuo daugiau profesionalios pagalbos.

Rimtauro NORVAIŠOS nuotr.

(Atkelta iš 7 psl.)

Pasak V. Židžiūnaitės, Alzheimerio liga (AL), tai sveikatos sutrikimas, nusinešantis žmogaus išmintį. Pasak medikų, AL yra viena iš labiausiai paplitusių silpnaprotystės formų ir ji dažnėja, nes daugėja vyresnių žmonių. Tačiau ja gali sirgti ir jaunesni žmonės, net ir penkiasde-

šimtmečiai. Taigi tai nėra tik labai senų žmonių problema.

Bene pirmieji Alzheimerio ligą pastebė artimieji ir jie turi pasirūpinti, kad žmogus kreiptųsi į medikus. Medikai teigia, jog šios ligos požymiai ne visomet pasireiškia vienu metu: jie dažnai priklauso nuo asmenybės, fizinės būklės ir žmogaus gyvenimo būdo. Specialistas (neurop-

Užstrigusieji sielvarte

sichologas, psichiatras, neurologas, geriatras, psichogeriatras) gali diagnozuoti ligą bendraudamas su ligoniu ir remdamasis keliais specifiniais testais.

Pirmieji pavojaus varpai turėtų suskambėti, kai žmogus nebeprisimena nesenų įvykių ir žmonių vardų. Kai nebeprisimena datų ir sunkiai randa kelią į namus arba klaidžioja aplink nežinomus pastatus. Kai sunkiai apsisprendžia. Kai pradeda mažiau domėtis savo darbu ir pomėgiais. Pastebėjus, jog žmona, tėvas, brolis ar draugas turi bent vieną iš šių požymių, reikia ieškoti specialisto pagalbos.

Pasak Vilmos Židžiūnaitės, artimiems labai sunku susitaikyti su tuo, kad buvęs normalus žmogus pamažu išsina Alzheimerio keliu.

Antrojoje ligos stadijoje ligonio atmintis labai pablogėja, jis nebeprisimena net šeimos narių vardų. Labai sumažėja savarankiškumas, žmogus reikia padėti praustis, rengtis. Ligonis greitai pasiklysta, sutrinka jo kalba, vargina haliucinacijos.

Trečiojoje ligos stadijoje atsiranda visiškai priklausomybė nuo artimųjų. Dėl ryškios fizinės nagalios sutrinka žmogaus mąstymas. Ligo-

niui sunku valgyti net ir padedant kitoms. Jis nebeatpažįsta draugų ir šeimos narių. Sutrinka eisena, nelanko šlapimo bei išmatų. Ryškiai sutrinka elgesys.

Iššūkis socialinei politikai

Knygoje "Artimųjų išgyvenimai", pasak V. Židžiūnaitės, pateikti tyrimo rezultatai. Tyrimai buvo atlikti tam, kad būtų surasta kuo daugiau galimybių, kaip padėti žmonėms, slaugantiems sergančiuosius. "Reikia daug proto, kad šiuos žmones pasiektų reali pagalba", - pažymėjo knygos autorė.

Knygos autorė Rima Steponavičienė, daugelį metų organizavusi pagalbą žmonėms, slaugantiems sergančiuosius Alzheimerio liga, viliasi, jog ši knyga pasieks ne tik sergančiųjų globėjus, bet ir politikus, ir jaunus žmones, kuriems tenka spręsti šias problemas. Deja, tyrimo rezultatai, pasak R. Steponavičienės, tai iššūkis mūsų šalies socialinei politikai: iki šiol nėra slaugos specialistų, kurie būtų pasirengę dirbti su šiais ligoniais. "Dirba bet kas, bet kaip ir ligonį greičiau stumia į pražūtį, nei padeda, - pažymi knygos autorė.

Šioje knygoje spausdinami patarimai, kaip išvengti klaidų, kaip kuo ilgiau išsaugoti ligonio mastymą ir savarankiškumą.

Užstringa sielvarte

Daugelį žmonių, atsidūrusių tokioje situacijoje, kai jis pats arba artimas žmogus pamažu praranda atmintį ar savarankiškumą, išgyvena panašią būseną: apima pyktis, nusivylimas. Pasak knygos autoriaus, Sveikatos fakulteto katedros vedėjo Remigijaus Bubnio, knygoje skirta labai daug dėmesio psichologiniams dalykams, kuriuos turi įveikti ligonių slaugantys artimieji. Atsakymai į klausimą, ką reikšia slaugyti ir kasdien būti su žmogumi, kuris tarsi virsta kildikiu. "Nežinojimas, beviltiškumas, baimė ir skausmas pirmiausia apima žmones.

Pati liga, pasak R. Bubnio, artimiems sukelia labai didelę neviltį, nes tenka atsisakyti ne tik darbo, bet ir asmeninio gyvenimo.

Ilgai ieškojau apibūdinimo šiam jausmui, ir nusprendžiau, jog tai - užstrigimas sielvarte, - teigia autorius, neabejojantis, kad žinia, jog artimajam diagnozuotas AL, prilygsta žiniai apie artimojo netektį.

Ir tie žmonės, pasak R. Steponavičienės, patys eina į atskirtį, todėl labai reikalingos žinios, kaip kuo ilgiau išlikti visuomenėje. Labai didelių artimųjų, socialinių darbuotojų pastangų dėka, yra buvę, kad AL ser-

gantys žmogus išgyveno 16 metų, nors vidutiniškai išgyvena apie 10 metų. Tačiau visus ligonius skirtingai turi gyventi garbingai, oriai. Ir tai, pasak knygos autorius, yra ir dėl to, kad iki šiol niekas nežino, kiek tas žmogus suvokia, kiek supranta ir vertina aplinką. Suglumti artimuosius verčia ligoniams būdingi proto prašviesėjimai, kurių metu jis ima ir pasako labai protingai ir aiškiai. O gal jis taip pat ir jaučia net ir tuomet, kai pasakyti to negali?

Pasiryžusios kovoti

Šiaulietė Danutė Urbonienė, pagraginta gydytoju, 2002-aisiais metais įkūrė mieste Alzheimerio klubą. Tuomet jai teko slaugyti sunkiai sergantį uošvį, nes mirė jo žmona ir žmogus liko vienas. Trejus metus teko rūpintis sunkiai sergančiu žmogumi, tačiau D. Urbonienė sako, jog jos likimas nebuvo labai blogas, nes ligonis nebuvo agresyvus, bet atvirščiai - labai geras, ramus, nekėlė didelių problemų.

Mirė uošvis dėl kitų sveikatos sutrikimų ir po ligonio mirties D. Urbonienė nusprendė pasitraukti iš klubo veiklos. Tačiau iki šiol niekas neperima pirmininkės pareigų ir vėl prašo vadovauti klubui. Moteris sutiko, nes puikiai žino žmonių problemas.

Anksčiau, klubo įsikūrimo pradžioje, veikla buvo orientuota į pagalbą šeimoms. Pasak D. Urbonienės, klubas gaudavo labdaros, net lovų, patalynės, sauskelnių, kurių ypač stinga ligoniams. Ligonių artimieji kiekvieno mėnesio paskutinį ketvirtadienį 15 val. kviečiami į Dainų pirminės sveikatos priežiūros centrą, kur vyksta susirinkimai. Drauge susibūrę ligonių artimieji aptaria išskylančius problemas, pasidalija savo patirtimi. Apie ligonių priežiūrą, bendravimą su ligonių pasakoją ir specialistai.

Pamena, daugeliui labai patiko vieno ligonio slaugytojos patirtis. Ji ligoniui, kuris nuolat karmo drabužius, baldus, pasiuvusi ant rankų užmaunamus apvalkalus. Su jais būdamas ligonis nurimo ir problemos neliko.

Mums būtina reikia slaugos namų ir ligonių artimieji pasiryžę kovoti, kad ligoniai būtų slaugomi ne tik artimųjų, bet ir slaugos specialistų, - sako pirmininkė.

Ypač svarbu, kad kuo daugiau žmonių jungtųsi į klubus ir tuomet, pasak D. Urbonienės, bus galima kreiptis pagalbos į Seimą, į ministrus. Žmonės pasiryžę išmėginti visas puolimo ir gynybos strategijas ne tik prieš ligą, bet ir prieš esamą socialinę situaciją, kai artimieji su ligoniais palikti likimo valiai.

Dienraščio "Šiaulių naujienos" prenumeratos kainos 2008 m.

	1 mėn.	3 mėn.
Visa kaina	17	48
Pensininkams, I ir II grupės invalidams	14	39
Tik šeštadienio numerio prenumerata	3	9
Prenumeratoriams, kurie laikraštį atsilima patys redakcijoje arba prenumeratos punktuose	11	33
Šiaulių apskrities gyventojams	18	51
Pensininkams, I ir II gr. invalidams, gyvenantiems Šiaulių apskrityje	16	45
Tik šeštadienio numerio prenumerata Šiaulių apskrities gyventojams	6	18
Su žurnalu "Žmonės" (tik Šiaulių miesto gyventojams)	23	69

Dienraštį "Šiaulių naujienos" galite užsiprenumeruoti: redakcijoje (Aušros al. 48); prenumeratos punktuose: Lyros g. 13 (prekybos centro gėrimų skyriuje), Pramonės g. 21 (prekybos centre "Senukai"), Aldo g. 12 (sporto klube EXTRA-GYM), AB "Šiaulių bankas" ir jo skyriuose. Visuose pašto skyriuose. Telrautis telef.: 52-38-44, 50-29-51, 52-38-52. Paskambinkite - ir mes pas Jus atvyksime. NAUJOJAI! Nuo šiol dienraštį "Šiaulių naujienos" prenumeruokite ir Internetu: www.prenumerata.lt

SUMOKĖKITE MOKESČIUS PIGIAU!

Prįmame mokesčius už AB VST, OMNITEL, TEO LT, UAB "Šiaulių vandenys", AB "Lietuvos dujos" (0,85 Lt už paslauga). Už AB "Šiaulių energija" - nemokamai.

Adresai:

p. c. "Lyra" gėrimų skyriuje, Lyros g. 13, Šiauliai; parduotuvėje "Bistro" prie p. c. "Senukai" (Pramonės g. 21, Šiauliai);

