

Ի՞նչպէս կրնաս ցնորամտութեամբ տառապողի մը օգնել:

Ցնորամտութեամբ տառապող անձին համար, տեսնել հարազատ դէմքեր, վստահութիւն կը ներշնչէ: Յաճախակի այցելութիւններ կարարէ և իրենց խնամք տրամադրելու համար միշտ պատրաստ եղիլ:

Քաջալերէ որ ընտանիքի այլ անդամներ եւ մասնակցին:

- Հանդարտ և յստակ ձայնով արտայայտուէ երբ կը խօսի ցնորամտութեամբ տառապող անձի մը հետ: Ներկայացուր ինքզինքդ և ընկերակիցդ՝ անուններով:
- Քաջալերէ և օգնէ, որ ցնորամտութեամբ տառապող հիւանդ մը ստանայ համապատասխան ուրելիք և հեղուկներ:
- Օրուայ ժամը գիտնալով կրնայ նուազեցնել շփոթութիւն: Յիշեցուր իրենց թէ ուր կը գտնուին և ինչ օր է և ժամ: Բաց իրենց սենեակի վարագոյրները:
- Տեսողական կամ լսողական տկարութիւնը կրնայ իրենց շփոթութիւնը վարթարացնել: Ցնորամտութեամբ մէկը եթէ ակնոց կամ լսողական գործիք կը գործածէ, օգնեցէք որ դնեն:
- Եթէ ցնորամտութեամբ մէկը ջղագրգիռ կամ յարձակողական է մի փորձէք զսպել զինք, այլ ընդհակառակը թոյլ տուէք որ քալեն եթէ կը փափաքին, բայց վստահ եղէք, որ իյնալու վտանգ չկայ և միջավայրը ապահով է:
- Տան յուշերը արթնցնող իրեր բեր, ինչպէս լուսանկարներ, սենեկագոստերը, ձայնասփիւռ, կամ խրատալիկ (CD), երիզներ (Tape) իր նախասիրած երգերով:
- Որեւէ անձնական յարուկ տեղեկութիւն, որ կրնայ օգտակար ըլլալ հանդարտեցնելու և ուղղելու ցնորամտութեամբ մէկը, փոխանցէ բժշկական անձնակազմին ինչպէս՝ ընտանիքի և բարեկամներու անուններ, նախասիրութիւններ, նշանակալից դէպքեր, եւ այլն:

Եթէ ունիս որեւէ մտահոգութիւն կամ հարցումներ ցնորամտութեան մասին, խօսիլ ջրջանի բժիշկիդ հետ կամ հիւանդանոցի անձնակազմին դիմէ:

Կապեր

- Carers Resource Centres**
Խնամարարներու Օգնութեան Կեդրոններ
Ph: 1800 242 636
- Aged Care Information Line**
Ծերերու Խնամքի Տեղեկութեան գիծ
Ph: 1800 500 853
- National Dementia Helpline**
Ազգային Մտագարութեան Օգնութեան գիծ
Ph: 1800 100 500
- Carers Australia**
Խնամարարներ Աւստրալիա
www.carersaustralia.com.au
- Alzheimer's Australia**
Ալցայմեր Աւստրալիա
www.alzheimers.org.au



Համարում արթնութեամբ Հիւսիսային ՆԱՌԻ-ի (NSW) Տեղական Առողջապահական Շրջանի եւ Ցնորամտութեան Խնամքի Ուղիներ Ծերութեան եւ Առողջապահութեան Բաժանմունք: Քանադրա: 2010:
Այս թերթիկը պատրաստուած է որպէս խնամարարութեան օժանդակ Շփոթեալ Տարեց Անձերու Հիւանդանոցային Ուսումնասիրութեան (CSU ՀՈՒ), համագործակցութեամբ՝ Մ շրջանորոգ Դարմանական Գործակալութեան, Գերագանց Դարմանական Յանձնաժողովի եւ ՆԱՌԻ-ի ընտանեկան բժիշկ (GP NSW) եւ դրամական յարկացումով Կեդրեաններու Գործակալութեան Բաժանմունքի:

Ցնորամտութիւն Delirium

Ցնորամտութիւնը, ուղեղի գործունէութեան խանգարման պատճառով, բժշկական տարածուած գոյալիճակ մըն է, որ աւելի յաճախ, տարիքոր անձերու և կը պատահի:

Ցնորամտութեան պարագային մարդիկ շուարումի կը մատուլին, խռոված, հանդարտ կամ թմրած կը դառնան:

Ցնորամտութիւնը միշտ յանկարծական տեղի կ'ունենայ, ընդհանրապէս քանի մը օր կը տեւէ, բայց կրնայ նաեւ աւելի երկար տեւել:

Կրնայ շար լուրջ պարագայ մը ըլլալ:

Այս թերթիկը կը տրամադրէ տեղեկութիւն բոլոր անոնց որոնք ունեցած են ցնորամտութիւն և անոնց ինքնակալներու և/ընտանիքներու:

■ Ո՞վ կրնայ ցնորամտություն ունենալ:

Մարդիկ որ:

- շատ հիւանդ են
- Ունին խելագարություն
- 70 եւ ավելի տարիքով են
- Կը տառապին ընկճուածութենէ
- Ունին տկար տեսողութիւն
- Բազմադասակ դարմանում կը ստանան
- Վիրաբուժական գործողութեան մէջ են, օրինակ սրտի կամ ազդուսկրի:

■ Ի՞նչ են ցնորամտութեան ախտանշանները:

Ցնորամտութեամբ մարդիկ կրնան:

- Շուարած վիճակ մը ունենալ և մոռացկոտ ըլլալ.
- Ուշադիր չեն.
- Իրենց բնականոն վիճակէն տարբեր են:
- Չափազանց խռովեալ կամ հանդարտ վիճակ ունին, քաջուած կամ քնոտ են.
- Վստահ չեն թէ ու՞ր են և թէ օրուայ որ ժամն է.
- Բնանալու ժամերը կը փոխուին, սովորաբար թմրած վիճակ մը ունին ցերեկ ժամանակ, արթուն՝ գիշերները.
- Սարսափ ունին, նեղուած, դիւրագրգիռ. բարկացած կամ նեղուած.
- Կը տեսնեն իրեր որ չիկան, բայց իրենց համար գոյութիւն ունին.
- Միգրելու և հաստադիքը պարպելու պահանջքը տեղի կ'ունենայ անգիտակցաբար.

■ Որքա՞ն տարածուած է ցնորամտությունը:

Հիւանդանոց ընդունուած ծերերու և համարեայ մէկ—հինգերորդը և ծերանոցներու և մէջ խնամքի ենթակայ ծերերու և գրեթէ կէսը կրնան ցնորամտութեան ենթարկուիլ իրենց խնամքի շրջանին:

Ի՞նչն է, որ ցնորամտություն կը պարճառէ:

Ծերերու և մօտ ընդհանուր դրդապարճառներն են:

- Վարակում (ներառեալ մարդոց և կանանց միգրանապարհի վարակում).
- Բազմադասակ մարմնական հիւանդութիւններ.
- Պնդութիւն.
- Ջրացամ քածութիւն, վար սննդառութիւն.
- Զօրաւոր ցաւ.
- Դեղորայք, ներառեալ դեղարանէն գնուած անդեղագիր դեղեր.
- Ոգելից ըմպելիներու չարաչար գործածութիւն.
- Մասնաւորաբար քնաբեր դեղահատերու, դեղերու կամ ոգելից ըմպելիներու գործածութեան դադարումէն վերջ:

■ Ի՞նչպէս կը սկսի ցնորամտությունը:

Ախտանշանները շատ արագ կը պատահին, սովորաբար ժամեր կամ օրեր վերջ: Անձի մը վարուելաձեւը կրնայ նաեւ տարուբերիլ օրուայ ընթացքին:

Ցնորամտությունը, երբեմն կը շփոթուի խելագարութեան հետ կամ ընկճուածութեան: Ուրեմն կարեւոր է ընտանիքի անդամներուն/բարեկամներուն համար, որ տեղեկացնեն բժշկական/հիւանդախնամ անձ նակագմը, անձի մտային յանկարծական փոփոխութեան մասին:

■ Ո՞րքան կը տեւէ ցնորամտությունը:

Ցնորամտությունը ընդհանրապէս կը տեւէ միայն քանի մը օր, երբեմն շաբաթներ, նոյնիսկ ամիսներ: Եթէ ցնորամտությունը շտապ չբուժուի կրնայ լուրջ բարդութիւններ առաջացնել, ինչպէս սայթաքումներ, պարճառ վէրքերու, երկարաճ գուած կեցութիւն հիւանդանոցին մէջ և նոյնիսկ մահ:

■ Ցնորամտությունը կրնա՞յ կրկնուիլ:

Անձեր որ ցնորամտություն ունեցած են, հաւանականութիւնը կայ, որ դարձեալ ունենան:

■ Ցնորամտությունը ի՞նչպէս կը դարմանուի:

Ցնորամտությունը ընդհանրապէս կը գուցակցուի մարմնական հիւանդութեան մը հետ: Հաստատուելու պարագային չէ ամէն անգամ դրդապարճառը մատնանշել: Բժշկական անձ նակագմը պիտի կարարէ ամբողջական քնութիւն գործելու և դարմանելու ցնորամտութեան հիմնապարճառը:

Դարմանումը կ'ընդգրկէ նաեւ ախտանշաններու, բարդութիւններու վտանգը նուազեցնելու միջոցառումներ:

Ընտանիքին և խնամատարներուն դերը:

- Ընտանիքի անդամներ/խնամատարներ կարող են թանկագին տեղեկութիւն հայթայթել բժշկական անձ նակագմին, որ կը խնամեն ցնորամտութեամբ տառապող անձը:
- Կարեւոր է, անձի մը մտային և մարմնական կացութեան յանկարծակի փոփոխութեան մասին տեղեկացնել բժշկական անձ նակագմին