

الهديان Delirium

الهديان مشكلة طبية شائعة تتميز بتغيرات في الوظيفة
الذهنية وتحصل بين المسنين بنسبة أعلى.

عند حصول الهديان يصبح الشخص مشوشاً وقد يصبح
شديد الاحتياج أو هادئاً ونعساناً.

يظهر الهديان دائماً بطريقة مفاجئة، ويستمر عادة
بضعة أيام فقط لكنه قد يستمر لفترات أطول.

يمكن أن يكون الهديان مشكلة خطيرة.

يعرض هذا المنشور معلومات للأشخاص الذين عانوا من
الهديان ولعائلاتهم/مقدمي الرعاية لهم.

إذا كانت لديك أية مخاوف أو أسئلة بشأن الهديان تحدث إلى
طبيبك المحلي أو استفسر من موظفي المستشفى.

جهات الاتصال

Carers Resource Centres

مراكز موارد مقدمي الرعاية

هاتف: 1800 242 636

Aged Care Information Line

خط معلومات رعاية المسنين

Ph: 1800 500 853

National Dementia Helpline

خط الحبل (النسيان الشديد) الوطني

هاتف: 1800 100 500

Carers Australia

مؤسسة مقدمي الرعاية في أستراليا

www.carersaustralia.com.au

Alzheimer's Australia

مؤسسة مرض آلزهايمر في أستراليا

www.alzheimers.org.au



اقتباس بالإذن من مكتب مقاطعة الصحة المحلية لشمال نيو ساوث ويلز و
"مسارات رعاية المصابين بالهديان" في دائرة الصحة والشيخوخة، كبرا، ٢٠١٠.

تم إنتاج هذا المنشور كجزء من دراسة عن رعاية الأشخاص المسنين المشوشو التفكير في المستشفيات
(CHOPS)، وهي دراسة تعاونية بين وكالة الابتكار الإكلينيكي ومفوضية التفوق الإكلينيكي ومؤسسة
الأطباء العاميين في نيو ساوث ويلز ومؤلة دائرة المحاربين القدامى.

كيف تستطيع رعاية شخص مصاب بالهديان؟

يطمنن المصاب بالهديان لرؤية أشخاص يعرفهم جيداً. قم بزيارة المصاب
بالهديان كلما أمكنك ذلك، وكن على استعداد للمساعدة في رعايته.
شجع أفراد العائلة الآخرين أو الأصدقاء على المساعدة أيضاً.

تحدث ببطء وبصوت واضح عندما تتحدث مع شخص مصاب
بالهديان. عرّف عن نفسك بالاسم وخاطبه باسمه.

شجع المصاب بالهديان وساعده على تناول الطعام والشراب
بكميات كافية.

إن معرفة الوقت يمكن أن تخفف من التشوش. ذكره بمكان
وجوده وبالوقت. افتح الستائر في الغرفة.

يمكن أن تؤدي إعاقة البصر أو السمع إلى زيادة التشوش لدى
المصاب بالهديان. فإذا كان يستخدم عادة نظارات أو أجهزة
مساعدة السمع، ساعده على لبسها.

إذا كان المصاب بالهديان مهتماً أو عدوانياً لا تحاول لجمه.
وإذا أراد المشي حول المكان فدعه يفعل ذلك، لكن تأكد من
سلامته من إمكانية السقطات ومن أن المكان خالٍ من مكامن
الخطر.

أحضر الأشياء التذكارية الشخصية العائدة للمصاب بالهديان
لتذكيره بمنزله، كالصور مثلاً أو معطف (روب) أو جهاز راديو
أو جهاز أقراص «سي دي»/أشرطة كاسيت عليها موسيقاه
المفضلة.

أخبر الموظفين عن أية معلومات شخصية خاصة يمكن أن
تساعد في تهدئة المصاب بالهديان وإعادته إلى توازنه، كأسماء
أفراد العائلة والأصدقاء مثلاً والهوايات والمناسبات ذات المغزى
الخاص له إلخ.

■ من هم المعرّضون لظهور الهديان لديهم؟

الأشخاص:

- المرضى جداً
- المصابون بالخبل (النسيان الشديد)
- الذين يبلغون من العمر ٧٠ عاماً أو أكثر
- الذين يعانون من الاكتئاب
- ضعيفو البصر
- الذين يتعاطون أدوية متعددة
- الذين تُجرى لهم عملية جراحية، مثل عمليات القلب أو الورك

■ ما هي أعراض الهديان؟

الأشخاص المصابون بالهديان قد:

- يظهر عليهم التشوّش والنسيان
- لا يستطيعون التركيز
- يصبحون مختلفين عن طبيعة شخصيتهم المعتادة
- يكونون إما شديدي الاحتياج أو هادئين ومنزوين أو نعسانين
- يصبحون غير متأكّدين من الزمان ومن مكان وجودهم
- تتغيّر عادات نومهم، كأن يقفون يقظين ليلاً بينما يسيطر عليهم النعاس في النهار
- يشعرون بالخوف أو الانزعاج أو الاحتياج أو الحزن
- يرون أشياء ليست موجودة فعلاً لكنها تبدو حقيقية جداً لهم
- يفقدون التحكّم بالتبول والتغوّط.

■ ما هو مدى شيوع الهديان؟

يعاني حوالي خمس المسنين الذين يتم إدخالهم إلى المستشفيات وما يقرب من نصف المقيمين في مرافق رعاية المسنين من الهديان في إحدى مراحل العناية بهم.

■ ما الذي يسبب الهديان؟

تشمل الأسباب الشائعة للهديان بين المسنين ما يلي:

- الالتهابات (بما فيها التهاب المسالك البولية لدى الرجال أو النساء)
- تعدّد الأمراض الجسدية
- الإمساك
- فقد سوائل الجسم/سوء التغذية
- الألم الشديد
- الأدوية، بما فيها الأدوية التي يمكن الحصول عليها بدون وصفات طبية
- الإفراط في شرب الكحول
- الانسحاب من شرب الكحول أو أخذ الأدوية، خاصة الأقراص المنوّمة

■ كيف يبدأ الهديان؟

تحدث الأعراض بسرعة كبيرة، ويكون ذلك عادة خلال ساعات أو أيام. ويمكن أن تحدث تقلبات في تصرفات الشخص أيضاً في غضون يوم واحد.

يحدث خطأً أحياناً بحيث يُظن أن المشكلة هي الخبل (النسيان الشديد) أو الاكتئاب وليس الهديان، لذلك فمن المهم للعائلة أو الأصدقاء أن يبلغوا الأطباء أو الممرضين بأي تغيّر مفاجئ في حالة الشخص الذهنية.

■ كم يدوم الهديان؟

لا يدوم الهديان عادة إلا بضعة أيام، لكنه يستمر أحياناً مدة أسابيع بل وحتى أشهر. إذا لم يتلاشى الهديان بسرعة يمكن أن يؤدي إلى مضاعفات خطيرة كالسقطات وقروح الضغط والاضطرار للبقاء فترات أطول في المستشفى بل والموت أيضاً.

■ هل سيعود الهديان للظهور؟

الأشخاص الذين أصيبوا بالهديان ترتفع إمكانية إصابتهم به مرة أخرى.

■ كيف تتم معالجة الهديان؟

يكون الهديان عموماً مرتبطاً بمرض جسدي يسببه. لكنه ليس بالإمكان دائماً تحديد السبب.

سيجري الموظفون تقييماً طبياً واسعاً للبحث عن سبب الهديان ومعالجته. تشمل المعالجة أيضاً تقليص إمكانية حدوث مضاعفات وتخفيف الأعراض.

دور أفراد العائلة ومقدمي الرعاية

■ يستطيع أفراد العائلة/مقدمو الرعاية تقديم معلومات قيّمة إلى الموظفين الذين يقدمون الرعاية للمصاب بالهديان.

■ من المهم أن تخبر الموظفين عن أي تغيّر مفاجئ يطرأ على حالة الشخص الذهنية أو الجسدية.