08/2025

Встреча с человеком, страдающим заболеванием памяти

Заболевания памяти и их прогрессирование могут повлиять на общение, поведение и выражение эмоций. Поскольку такие заболевания становятся всё более распространёнными, каждому из нас важно уметь уважительно и с достоинством взаимодействовать с людьми, живущими с таким заболеванием — будь то близкий человек, сосед, волонтёр или специалист.

Понимание симптомов заболевания памяти

Чувства и потребности человека не исчезают с развитием заболевания памяти. Даже если болезнь зашла далеко, перед вами всё тот же человек со своими чертами личности. Важно понимать симптомы заболевания — это помогает наладить контакт. Сочувствие и принятие создают основу для дружественного общения.

Советы по взаимодействию с человеком, страдающим заболеванием памяти

- **Будьте доброжелательны и проявляйте уважение -** видьте человека за болезнью.
- **Дайте время и сохраняйте спокойствие -** избегайте шума, объясняйте, что происходит и почему.
- **Слушайте и смотрите в глаза -** будьте собой, будьте душой рядом.
- **Общайтесь чётко -** говорите уважительно, как взрослый со взрослым.
- **Уважайте самостоятельность -** не делайте за человека того, что он может сам.
- **Создавайте ситуации успеха -** каждый хочет чувствовать себя нужным и способным.

Поддерживайте контакт

По мере прогрессирования заболевания памяти речь может замедляться или затрудняться, но потребность быть понятым остаётся. Важно сохранять взаимодействие, даже когда слов становится всё меньше.

Контакт можно поддерживать разными способами:
Речь: использование родного языка, знакомых слов и простых предложений облегчает понимание.
Изображения: помогают прояснить смысл, сделать выбор или выразить мнение, когда говорить трудно.
Прикосновение: передаёт тепло и поддержку, помогает справляться в повседневных действиях.
Невербальное общение: мимика, жесты, интонация усиливают смысл сказанного.

Избегайте вопросов вроде «Ты разве не помнишь?» или «Ты опять забыл?». Они не помогают. Если человек помнит что-то по-своему, не стоит его исправлять — лучше просто принять его версию.

Поведение и его изменения

Человек, страдающий заболеванием памяти, может временами раздражаться или проявлять беспокойство. Он может открыто выражать эмоции или потребности. Это не капризы, а следствие изменений в мозге.

Чёткий распорядок дня, привычные действия и забота об основных потребностях создают ощущение безопасности. Это способствует благополучию и может уменьшить тревожность, агрессию или галлюцинации.

Что может помочь смягчить дискомфорт

- Приятные занятия и воспоминания приносят радость и создают тёплые моменты.
- Ежедневное движение и активность в быту поддерживают функциональные способности.
- Регулярное питание и питьевой режим помогают сохранять силы.

Даже если человек не может ясно выразить свои чувства, он всё равно их переживает. Примите также перемену хороших и плохих моментов и дней. То, что сегодня не удалось, может получиться завтра. Когда заболевание прогрессирует, даже краткие удачные моменты имеют большое значение и приносят радость.

Дополнительная информация и поддержка

Больше информации о взаимодействии с людьми, страдающими заболеванием памяти на сайте Muistiliitto: www.muistiliitto.fi
Местные ассоциации помощи людям с заболеваниями памяти и их Muistiluotsi-центры предлагают **поддержку и мероприятия**
Справочная служба Muistineuvo доступна по телефону **09 8766 550** на финском языке