

4 Če se stanje v nekaj dneh ne izboljša ali umiri, oziroma če vas bolnikovo stanje izčrpa se posvetujte z zdravnikom.

Celotna zbirka zgibank projekta METULJ vsebuje nasvete o:

OBRAVNAVI TELESNIH SIMPTOMOV

- 1.1. BOLEČINA
- 1.2. BALONSKA SAMOKRČLJIVA ČRPALKA
- 1.3. TEŽKO DIHANJE (*dispneja*)
- 1.4. SLABOST IN BRUHANJE
- 1.5. NEMIR IN DELIRIJ
- 1.6. UTRUJENOST
- 1.7. IZGUBA APETITA
- 1.8. ZAPRTJE

NEGI BOLNIKA

- 2.1. SKRB ZA OSEBNO HIGIENO IN UREJENOST
- 2.2. PREPREČEVANJE RAZJED ZARADI PRITISKA (*preležanin*)
- 2.3. NEGA OTEKLIN (*limfedem*)
- 2.4. SUHOST UST

PSIHOLOŠKI IN DUHOVNI PODPORI

- 3.1. OTROK OB HUDO BOLNEM
- 3.2. MLADOSTNIK OB HUDO BOLNEM
- 3.3. PODPORA SVOJCEM V PALIATIVNI OSKRBI
- 3.4. KAKO SE POGOVARJATI S HUDO BOLNIM?
- 3.5. DUHOVNA PODPORA

SOCIALNI PODPORI

- 4.1. POMOČ NA DOMU
- 4.2. KAM, KO OSKRBA DOMA NE BO VEČ MOGOČA?

ZADNJEM OBDOBJU ŽIVLJENJA

- 5.1. ZADNJI DNEVI ŽIVLJENJA



Založnika:

Slovensko združenje paliativne medicine SZD, www.szpm.si
Onkološki inštitut Ljubljana, www.onko-i.si

Avtorica: *Urška Bokal*

Soavtorice: *Mojca Humar, Katja Hribar, Maria Gloria Mehle*
Urednica: *Maja Ebert Moltara*

Lektoriranje: *Amela Duratović Konjević*

Ilustracije: *Brina Ivanetič*

Oblikovanje / fotografija na naslovnici: *Petra Turk*

Tisk: *Collegium Graphicum d.o.o.*

Prva izdaja

Naklada: 5.000 izvodov

Leto: 2014

Kje lahko pridobite več informacij?

Za podrobnejše informacije se lahko obrnete na svojega zdravnika, medicinsko sestro in druge zdravstvene delavce, ki vas oskrbujejo.

Več informacij lahko najdete tudi na:

www.paliativnaoskrba.si

Paliativna oskrba



NEMIR IN DELIRIJ

Nasveti za bolnike in njihove bližnje



Kaj je delirij in kaj nemir?

Delirij označujejo različne spremembe v delovanju živčnega sistema, ki vodijo v spremenjeno bolnikovo obnašanje. Je najpogostejša motnja v delovanju živčnega sistema v zadnjem obdobju bolnikovega življenja. Običajno se razvije v kratkem času (*v nekaj urah*) in čez dan lahko niha (*znaki so ponavadi bolj izraženi proti večeru in ponoči*).

O nemiru govorimo takrat, ko se bolnik ne more sprostiti, skoncentrirati ali počivati.

Kakšni so znaki delirija?

Znaki se razlikujejo od bolnika do bolnika in se s časom lahko spreminjajo.

Možni znaki delirija so:

- močna zaspanost, otopenost,
- nemir (*bolnik ne more spati, slači si obleko, se odkriva in vstaja iz postelje ali hodi okrog brez smiselnega vzroka*),
- težave s pozornostjo (*med pogovorom bolnik menja temo, nesmiselno odgovarja*),
- zmedenost (*motnje v zaznavi časa, prostora in oseb*),
- razdražljivost, agresija.

Pomembno je vedeti, da so znaki delirija posledica nepravilnega delovanja možganov in ne izraz trpljenja.

Kakšni so vzroki za nastanek delirija?

Možnih vzrokov za nastanek delirija je veliko in so lahko med seboj prepleteni:

- bolezenske spremembe v glavi (*npr. zasevki*),
- odpovedovanje drugih organov (*npr. jeter, ledvic, ščitnice, pljuč*),
- okužbe,
- presnovne motnje ali pomanjkanje tekočine (*npr. nizka vsebnost sladkorja v krvi*),
- prekomerno jemanje zdravil ali psihoaktivnih snovi (*alkohol, kofein, tobak, droge*),
- nenadna prekinitev jemanja zdravil ali psihoaktivnih snovi.

Kako lahko delirij preprečujemo?

- Ohranjajte stabilno domače okolje z vsakodnevno rutino in s čim manj spremembami,
- bolniku pomagajte, da vzdržuje zaznavanje časa (*v pomoč je lahko ura, koledar*),
- bolniku se predstavite in mu napovejte vašo dejanja (*npr. »pomagal ti bom vstati iz postelje«*),
- glede na bolnikovo stanje poskrbite za primeren vnos tekočin, gibanje, preprečevanje okužb, redno jemanje predpisanih zdravil.

Ukrepi ob nemiru in deliriju

1 Če je stanje nastalo nepričakovano in na novo, se posvetujte z zdravnikom.

2 Razmislite o možnih vzrokih za nemir ali delirij:

- kaj bolnikovo stanje izboljša/poslabša,
- ali je bolnik prejel preveč psihoaktivnih učinkovin (*alkohol, kofein, tobak, droge*),
- ali je bolnik redni uporabnik psihoaktivne snovi (*alkohol, nikotin, mamila*) in jo je prenehal jemati,
- ali je pri bolniku prišlo do sprememb glede vnosa hrane in tekočine ter glede ritma odvajanja vode in blata,
- ali ima bolnik bolečino, vročino,
- ali ima bolnik nerešen psihosocialni stres,
- ali ima bolnik potrebo po duhovni oskrbi?

3 Ukrepite

- kadar je to mogoče in smiselno, odpravite vzroke,
- po naročilu zdravnika dajte bolniku zdravila za zdravljenje delirija,
- na bolnika delujte pomirjujoče in ohranjajte umirjeno, prijazno okolje (*držanje dlani, nežna masaža, poslušanje priljubljenih pesmi, zgodb, omejitev števila obiskov*),
- poskrbite za varnost (*zagotovite ležišče, ki onemogoča udarce in padce, umaknite nevarne predmete, po potrebi bolnika stalno nadzorujete*),
- bolniku ne postavljajte preveč vprašanj,
- čez noč pustite prižgano nočno lučko.