

Παραλήρημα

Πληροφορίες για οικοτρόφους ιδρυμάτων, την οικογένεια και τους φροντιστές



Το παραλήρημα προκαλεί ξαφνική σύγχυση και αλλαγές στη σκέψη σας.

Δεν είναι φυσιολογικό και μπορεί συνήθως να προληφθεί.

Το παραλήρημα είναι σοβαρό. Μπορεί να σας προκαλέσει πτώση, πληγές πίεσης (κατακλίσεις/δερματικά έλκη) και απώλεια βάρους.

Το παραλήρημα δεν είναι άνοια ή κατάθλιψη, αλλά έχει παρόμοια συμπτώματα.

Εάν αντιμετωπιστεί νωρίς, το παραλήρημα συνήθως διαρκεί μόνο μερικές ημέρες (αλλά μπορεί να διαρκέσει εβδομάδες).

Ενδείξεις ότι μπορεί να έχετε παραλήρημα

- Βρίσκεστε ξαφνικά σε σύγχυση (ή είστε πιο συγχυσμένοι από το κανονικό).
- Δε μπορείτε να δώσετε προσοχή ή να συγκεντρωθείτε.
- Είστε φοβισμένοι, αναστατωμένοι ή θυμωμένοι για κανένα λόγο.
- Λέτε πράγματα που δεν έχουν νόημα.
- Βλέπετε ή ακούτε πράγματα που δεν υπάρχουν.
- Είστε λιγότερο ενεργοί ή πιο ενεργοί από το κανονικό.
- Δεν γνωρίζετε τι ώρα ή ημέρα είναι.
- Δε μιλάτε στους ανθρώπους.
- Έχετε αλλαγές στις συνήθειες του ύπνου.
- Οι ενδείξεις παραληρήματος μπορεί να έρχονται και να φεύγουν.

Το παραλήρημα μπορεί να προκληθεί από

- Να είστε άρρωστοι ή να έχετε λοίμωξη.
- Να έχετε δυσκοιλιότητα.
- Να είστε αφυδατωμένοι.
- Να παίρνετε πολλά φάρμακα.
- Να έχετε άσχημο πόνο.
- Έχετε έναν σωλήνα για τα ούρα σας (καθετήρα).
- Πρόσφατη εγχείρηση.

Μπορεί να διατρέχετε μεγαλύτερο κίνδυνο παραληρήματος αν είχατε παραλήρημα στο παρελθόν ή εάν έχετε άνοια ή κατάθλιψη.

Τρόποι διαχείρισης του παραληρήματος

- Η οικογένεια και οι φίλοι σας πρέπει να ενημερώνουν το προσωπικό αμέσως εάν παρατηρήσουν οποιαδήποτε σημάδια παραληρήματος.
- Ο γιατρός και το προσωπικό θα σας αξιολογήσουν για να βρουν την αιτία του παραληρήματος και να σχεδιάσουν τη θεραπεία.
- Το προσωπικό και η οικογένεια πρέπει να ξοδεύουν χρόνο μαζί σας.
 - Μπορούν να σας υπενθυμίζουν την ώρα και την ημέρα και να σας βοηθούν να παραμένετε ασφαλείς.
 - Μπορούν να σας βοηθούν να φάτε και να πίνετε αρκετά για να είστε καλά.
- Βοηθάει:
 - να έχετε οικεία αντικείμενα στο δωμάτιό σας
 - να έχετε ένα ήρεμο και ήσυχο δωμάτιο
 - να φοράτε τα γυαλιά και τα ακουστικά σας όλη την ώρα, ώστε να μπορείτε να βλέπετε και να ακούτε τι συμβαίνει γύρω σας
 - να κρατάτε τις κουρτίνες ανοικτές κατά τη διάρκεια της ημέρας. Το να μένετε ξύπνιοι όταν υπάρχει φως σας βοηθά να κοιμάστε τη νύχτα.

Συνεργασία

Εσείς και η οικογένειά σας αποτελείτε σημαντικά μέλη της ομάδας φροντίδας. Γνωρίζετε τι είναι φυσιολογικό για εσάς.

Εάν έχετε παραλήρημα, η οικογένεια ή οι φίλοι σας μπορεί να είναι οι πρώτοι που θα παρατηρήσουν αλλαγές στην υγεία ή τη συμπεριφορά σας και μπορούν να ενημερώσουν το προσωπικό για τους λόγους ανησυχίας τους. Μην περιμένετε να δείτε αν θα καλυτερεύσουν τα πράγματα - είναι πάντα καλύτερα να ζητάτε βοήθεια νωρίς.

Η συνεργασία με το προσωπικό μπορεί να σας βοηθήσει να σας κρατήσουμε υγιείς και εκτός νοσοκομείου. Μιλήστε στο προσωπικό και κάντε ερωτήσεις. Χρειάζεται τη βοήθειά σας για να σας παράσχει την καλύτερη φροντίδα.

Ερωτήσεις για το προσωπικό:

- Αυτή η σύγχυση προκαλείται από το παραλήρημα; Ποια είναι η αιτία του παραληρήματος;
- Τι θεραπεία χρειάζεται;
- Μπορεί τα φάρμακα να προκαλούν παραλήρημα;



Αποποίηση ευθυνών: Οι παρούσες πληροφορίες υγείας είναι μόνο για γενικούς σκοπούς. Παρακαλούμε συμβουλευτείτε το γιατρό σας ή άλλο επαγγελματία υγείας για να βεβαιωθείτε ότι αυτές οι πληροφορίες είναι σωστές για εσάς.

Για να λάβετε τη δημοσίευση αυτή σε προσβάσιμη μορφή στείλτε email στο acqiu@dhhs.vic.gov.au

Εγκεκριμένο και έκδοση από την Κυβέρνηση της Βικτώριας, 1 Treasury Place, Melbourne.

© Πολιτεία της Βικτώριας, Department of Health and Human Services, Φεβρουάριος 2016. ISBN 978-0-7311-6809-5

Διαθέσιμο στο <https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers> (1507022)