

Thay đổi hành vi – Đi lang thang

Thông tin về bệnh mất trí nhớ dành cho cư dân, gia đình và người chăm sóc



Những người bị mất trí nhớ thường hành xử, suy nghĩ và hành động khác biệt so với lúc trước.

Những thay đổi xảy ra trong não có thể ảnh hưởng đến trí nhớ của một số người và ảnh hưởng đến cách họ tìm đường đi.

Một số người đi lang thang không có lúc nào nghỉ ngơi. Họ đi loang quanh trong nhiều giờ không nghỉ cho tới khi bị kiệt sức. Những người khác lại đi vào những giờ giấc khác thường, như ban đêm.

Những người đi lang thang có thể sục cấn, bị vấp ngã, lạc đường hoặc buồn bực khi người khác xâm nhập vào không gian riêng tư của họ.

Điều gì khiến họ đi lang thang?

Không có câu trả lời duy nhất. Những người bị mất trí nhớ thường không thể giải thích được là họ muốn gì hoặc cảm nhận ra sao.

Họ có thể đi lang thang để bớt căng thẳng. Đây cũng có thể là dấu hiệu cho thấy người đó cảm thấy buồn bực, lo lắng hoặc sợ hãi và không biết phải làm gì.

Nếu một người mất trí nhớ đi lang thang, có thể là do họ có vấn đề và cần được giúp đỡ. Điều này có thể là:

- bị đau
- bị bệnh táo bón, mất nước, hoặc bị nhiễm trùng
- bị tác dụng phụ của một số loại thuốc
- cảm thấy bồn chồn hoặc lo lắng
- muốn rời khỏi nơi họ đang ở
- mệt mỏi hoặc gặp rắc rối về giấc ngủ
- cần sử dụng nhà vệ sinh nhưng không thể yêu cầu giúp đỡ
- mặc quần áo không thoải mái.

Những người đi lang thang cũng có thể là đang tìm kiếm thứ gì đó, như:

- tìm cách thỏa mãn nhu cầu cơ bản như đói, khát hoặc quá nóng hoặc quá lạnh
- tìm một nơi để cảm thấy thoải mái
- tìm kiếm một thành viên gia đình hoặc một người thân yêu, ví dụ cha/mẹ, anh/chi/em hoặc con
- tìm cách quay trở lại một nơi quen thuộc, ví dụ phòng riêng của họ hoặc về nhà
- làm một việc trước đây, như đi làm hoặc đón con.

Chăm sóc cho những người đi lang thang

- Hãy trấn an họ và bình tĩnh.
- Tìm kiếm những lý do trong cuộc sống trước đây của họ.
- Một số người luôn thích đi bộ và vẫn muốn tiếp tục như vậy. Bảo đảm rằng họ có thể tìm ra cách an toàn để làm việc này.
- Nhiều người đi lang thang hầu như vào những thời gian nhất định trong ngày. Hãy để họ đi và đi cùng với họ.
- Gợi ý cho họ những nơi nghỉ ngơi trên đường đi.
- Cho họ những công việc khác để làm, ví dụ như là một hoạt động khác.
- Khi họ dừng chân, hãy cho họ ăn hoặc uống và các hoạt động vui thích khác, ví dụ nghe nhạc, để họ có thể thư giãn.

Hợp tác cùng nhau

Gia đình và những người chăm sóc có thể hiểu rõ nhất về những người bị mất trí nhớ.

Hợp tác với nhân viên để chia sẻ thông tin. Điều này giúp xây dựng một kế hoạch chăm sóc tập trung vào người bệnh. Việc biết được những gì kích hoạt hành vi của họ có thể làm giảm bớt tần suất xảy ra.

Trao đổi với nhân viên và hỏi họ về sự chăm sóc tốt nhất cho người bị mất trí nhớ.

Những câu hỏi để hỏi nhân viên

- Quý vị đã kiểm tra xem có bị đau, bệnh tật hoặc nhiễm trùng chưa?
- Có kế hoạch chăm sóc nào giúp nhân viên kiểm soát hành vi đi lang thang không?
- Có chuyên gia về chứng mất trí nhớ tham gia vào việc lập kế hoạch chăm sóc không?
- Có kế hoạch nào để phòng trường hợp người đó vô tình rời khỏi tòa nhà hoặc đi lạc không?



Tuyên bố Khước từ: Thông tin sức khỏe này chỉ dùng cho các mục đích tổng quát. Vui lòng tham khảo với bác sĩ hoặc chuyên gia y tế khác để đảm bảo rằng thông tin này phù hợp với quý vị.

Để nhận ấn phẩm này ở định dạng có thể đọc được, vui lòng gửi email đến acqiu@dhhs.vic.gov.au

Được phép và xuất bản bởi Chính phủ tiểu bang Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.

© Tiểu bang Victoria, Department of Health and Human Services, tháng 6 năm 2016. ISBN 978-0-7311-6808-8

Có sẵn tại <https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers>