

Gode råd, når din pårørende har delirium

Denne pjece er skrevet som en hjælp til dig, der er pårørende. Vi håber, den kan hjælpe dig med at håndtere en eventuel usikkerhed eller afmagt over for et familiemedlem eller en ven, der er indlagt og urolig.

Uro hos alvorligt syge og eventuelt døende kaldes i fagsprog delirium. I daglig tale kalder vi det 'delir'. Delir er en reaktion på forskellige fysiske ændringer i kroppen.

Delir kan skyldes selve sygdommen, en infektion, smerter eller den medicin, der bruges til at behandle den syge. Tilstanden kan også skyldes de fremmede omgivelser, den syge befinder sig i. Ofte er der flere årsager til uroen.

Delir varer oftest fra timer til dage, men kan i enkelte tilfælde vare i flere måneder.

Sådan viser uroen sig

Delir kan vise sig ved, at den syge:

- ændrer opførsel og gør usædvanlige ting
- har svært ved at koncentrere sig
- har svært ved at huske, hvad der lige er sket
- er følsom over for lyde
- er fysisk urolig og har behov for at bevæge sig hele tiden
- er usammenhængende i tale og handling
- mangler initiativ
- er angst, vred og trist
- har svært ved at tage beslutninger
- er utryk eller fjendtlig i kontakten med andre mennesker
- er skiftende urolig i løbet af døgnet – ofte værst, når det er mørkt.

Delir kan optræde med ét eller flere af ovennævnte symptomer, ligesom det ofte varierer fra time til time eller fra dag til dag.

SÅDAN KAN DU HÅNDBERE DELIR

Det har stor betydning, at du som pårørende er hos patienten. At have kendte ansigter omkring sig viser sig ofte at have en gavnlig effekt på tilstanden. Her følger en række konkrete råd til, hvordan du hjælper din pårørende.

- Vær rolig – det har stor betydning og kan forplante sig til den syge.
- Undgå at diskutere med den syge.
- Respektér, hvis den syge ikke vil have hjælp. Prøv eventuelt igen senere.
- Sig højt, hvad du gør, samtidig med at du holder øjenkontakt med den syge. Fx: "Nu tænder jeg for musikken".
- Undgå løs snak (smalltalk).
- Tal med den syge på en fast, men venlig måde.
- Undgå at give valgmuligheder. Sig fx: "Nu henter jeg mad til dig" i stedet for: "Hvad vil du have at spise?".
- Svar kort på den syges kommentarer.
- Gentag gerne det, du siger, flere gange.
- Undgå at være for mange omkring den syge.
- Bliv hos den syge, hvis du magter det.
- Nævn ugedag, måned og tid på dagen. På den måde bliver den syge mindet om virkeligheden.
- Undgå aktivitet i den tro, at den syge skal "køres træet". Det giver blot langt mere uro.
- Gå en tur sammen, hvis den syge gerne vil ud.
- Ryd op på stuen. Den syge har gavn af overskuelige omgivelser, når han/hun oplever indre kaos.
- Sørg for svag belysning om natten – ikke mørke.

Vi behandler den syges delir ved at finde og fjerne de udløsende årsager. Beroligende medicin giver ofte flere bivirkninger end effekt. Derfor behandler vi kun undtagelsesvis delir med medicin.

Delir påvirker også dig

Vi ved, at det er svært at være pårørende til en syg med delir, fordi man oplever den syge som forandret.



Det kan være svært at være sammen med den syge i længere tid ad gangen, og mange oplever at blive vrede, frustrerede, kede af det og at føle usikkerhed og afmagt. Det er både helt normalt og forståeligt. I den situation kan det være godt at dele tanker og følelser med personalet, der kender reaktionerne hos både syge og pårørende fra lignende situationer. Vi vil altid gerne tale med jer om jeres situation.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



Kontakt

Sengeafsnit O1 og O2
Tlf. 97 66 06 60