

ללמוד את "שפת האלצהיימר"

את המושג "שפת האלצהיימר" לא ניתן למצוא בכל מילון שהוא, גם אם המילון מתמחה בתחומי רפואה שונים. גם חיפוש אנטרופולוגי יעלה חרס. אז מהי "שפת האלצהיימר"?

זהו מושג המתאר גישה ייחודית לתקשורת עם חולי אלצהיימר שהינו חלק מתפיסת ה-Habilitation.

Habilitation הינה גישה חדשנית לטיפול בחולי אלצהיימר, המתבססת על "מה שיש" במקום על "מה שאבד". דהיינו, על העצמת היכולות שנשתמרו אצל החולה. גישה זו הוצגה לראשונה בארצות הברית על-ידי ד"ר פול ראייה וגברת קוניג-קוסטה בשנת 1996, ומאז הפכה לגישה מובילה בתחום הטיפול במחלת האלצהיימר. הגישה מושתתת על שישה אספקטים, כדלהלן: הסביבה הפיזית של החולה ובטיחותו, התקשורת עם החולה, עזרה תפקודית, הסביבה החברתית, גירוי חושי וגירוי קוגניטיבי. שפת האלצהיימר הינה חלק ממרכיב התקשורת בגישה זו. תקשורת נכונה עם החולה וגישה פיזית מתאימה של המטפל עשויים להקטין משמעותית את התסכול וההתנגדות אצל החולה, ולשפר את האוירה.

בהיעדר שפת תקשורת מתאימה עם החולה עלולות להופיע תופעות המצביעות על בעייה במתן הטיפול והתדרדרות במערכות היחסים, כמו למשל:

- החולה יחוש מאויים ויגיב בתוקפנות
- החולה ייבהל ויכנס לחרדה
- החולה ייכנס למצב של בלבול וחוסר יכולת לבצע את המוטל עליו
- החולה יחוש מתוסכל וחסר אונים

כאשר מתייחסים לשפת האלצהיימר, יש לכלול את המרכיבים הבאים:

- תזמון מתאים. למשל, להתאים את זמן מתן הרחצה לפי מצב רוחו של החולה.
- הסביבה הפיזית בה נערכת השיחה. האם המקום שקט וללא גרויים.
- גישה פיזית שמתאימה ומובנת לחולה, לצורך התחלת השיחה.
- פנייה אל החולה בטון דיבור רך וברור
- להביט אל החולה בשעת הפנייה
- שימוש במשפטים קצרים וברורים
- והכי חשוב – סבלנות ואמפטיה

לא ניתן במסגרת זו לפרט את מכלול מרכיבי השיחה, אולם להלן אחד התרחישים האפשריים של פתיחת שיחה עם חולה אלצהיימר. זוהי רק דוגמה המכילה מספר מועט של מרכיבי תקשורת כנוכח למעלה.

- כבה כל רעש רקע אפשרי (טלוויזיה, מעבד מזון, רדיו)
- זהה עצמך בבהירות ובאיטיות. לדוגמא: שלום אברהם, זאת שולי. באתי לעזור לך במקלחת.
- המתן עד שתקבל תשומת לב מלאה
- שוחח בשפה ברורה, איטית ובמשפטים קצרים. נא לא להשתמש בביטויים מסובכים או לוגיים.
- חזור על המשפט אם נדרש
- שמור על קשר עין בכל מהלך השיחה

מחקר בנושא טיפול בחולי אלצהיימר נעשה בארצות הברית על ידי Joyce Ann ופורסם ב-Alzheimer Quarterly בשנת 2006. המחקר מצביע על מספר מסקנות מעניינות בתחום התקשורת עם החולה תוך שימוש בזכרון הרגשי. כאשר אופי הפעילות הינו נעים לחולים, הם יזכרו את הפעילות הנ"ל כמשהו רגשי "חיובי" ויהיו יותר מוכנים לבצע את הפעילות וגם המטלות הקשורות בכך, לדוגמא רחצה במקלחת.

כאמור, על המטפלים ללמוד ולתרגל היטב את שפת האלצהיימר כדי לשנות באופן דרמטי את איכות הטיפול, כמו גם את איכות חיי המטפל עצמו. כמו כן חשוב ליישם את יתר עקרונות ה-Habilitation כדי להגיע לתוצאות טובות במיוחד.

אשמח לשוחח ולענות על כל שאלה בתחום. אתם מוזמנים לעיין באתר שלי [אלצהיימר Family Coaching](http://www.AlzheimerInIsrael.com)

בברכה
אורית שביט
מומחית לאלצהיימר

shavitorit@gmail.com
Alzheimer's Family Coaching
www.AlzheimerInIsrael.com
054-2277801