



Tietopaketti läheisille: kohtaaminen muistisairauden ajan ja paikan katoamisen vaiheessa

Tekijät: Camilla Forsman, Hilja
Kangas, Eevi Tervala 21TH

Ajan ja paikan katoamisen vaihe

Nykyisyys ja menneisyys sekoittuvat

Henkilöt sekoittuvat, esim. tyttärestä tulee sisar

Sanojen löytäminen voi vaikeutua, ja puheeseen voi tulla uusia mutkikkaampia sanapareja

Muistot nousevat vahvasti esille, menneisyyden tapahtumat tulevat nykyhetkeen

Muistisairaahan käsitys omasta elämästä muodostuu muistoista eri ajoilta, ja käsitys nykyhetkestä on haalistunut

Tunteet vaihtelevat paljon ja nopeastikin

Kohtaaminen "Ihminen ihmiselle"

Muistisairaahan kohtaamiseen tarvitaan kuuntelemista ja keskittymistä. Hän aistii eleet, ilmeet, liikkeet ja tunnetilat.

Tarvitaan pysähtymistä ja rauhallinen ilmapiiri. Selkeät ohjeet, lyhyet lauseet.

Auta muistisairasta puhujaa kysymällä, toistamalla, sanomalla kuultu omin sanoin.

Ystävällinen kohtaaminen, myönteiset sanat.

Kysy mitä hän tarvitsee ja tuntee, sairaus muuttaa häntä ihmisenä.

Tunteet ovat oikeita, vaikka kertoma ei vastaa todellisuutta. Asiat ovat hänelle totta.

Muistisairas kohdataan hänen omassa maailmassaan kuten nuoruudessa, jotta yhteys syntyy.

Menneeseen paluu on lohduttavaa, mutta myös menneen käsittely on tärkeää, jotta muistisairas hyväksyy eletyn elämän. Hän tarvitsee arvostavaa kohtelua ja hyväksyntää.

Yhdessäolo, läheisyys ja lämpö ovat tärkeitä. Huumori ja lämmin halaus auttaa.

Kohtaaminen

Tunteita ei tule väheksyä tai mitätöidä, havainnoimalla oppii tunnistamaan tunteet ja ennakoimaan tilanteita.

Jos vaihdetaan puheenaihetta, muistisairas tulee mitätöidyksi.

Omainenkin väsy ja väsyneenä voi olla ärtyneempi. Tärkeätä on tietää, mitä voisi yrittää tehdä seuraavalla kerralla toisin.

Moite lisää sairastuneen pahaa oloa, kieltämistä vältetään Ei- ja Älä-sanoilla.

Muistamisen vaatiminen muistisairaalta on turhaa.

Miksi-kysymys on muistisairaalle vaikea.

Samalla tasolla puhuminen ja katsekontakti on tärkeää esimerkiksi istumalla vastakkain.

Vaikeisiin tilanteisiin voi auttaa, kun ajatukset vie muualle puhumalla lapsuudesta ja harrastuksista tai keksimällä mukavaa tekemistä, kuten valokuvien katselu.

Esimerkkejä kohtaamisesta eri tilanteissa

Seuraavaksi esitämme konkreettisesti esimerkein ja autamme sinua läheisenä kohtaamaan erilaisia yleisiä tilanteita, joita muistisairauden edetessä ajan ja paikan katoamisen vaiheessa voi esiintyä

Hoitopaikkaan joutuminen – uusi ja vieras ympäristö, koti-ikävä

Uusi ympäristö voi muistisairaalla, joka on ajan ja paikan katoamisen vaiheessa, tuntua uhkaavalta, pelottavalta ja hämmentävältä

Kun muistisaira on vaikeaa kiinnittynyt nykyaikaan varsinkin uudessa paikassa uusien ihmisten ympärillä, ohjautuvat muistisaira ajatukset menneeseen kuten lapsuuden kotiin ja sen ajan läheisiin

Muistisairas voi ilmaista tunteitaan hyvin voimakkaalla tavalla kuten aggressiivisuutena tai itkemällä sekä hokea, että tämä ei ole hänen kotinsa ja on jatkuvasti tekemässä lähtöä esimerkiksi juuri lapsuuden kotiin

Muistisairas: Minä haluan nyt lähteä kotiin.

Omainen: Ai kotiin?

Muistisairas: Minun pitää mennä kotiin, koska aamulla menen töihin.

Omainen: Missä kotisi on?

Muistisairas: Kotini on siellä Tesomalla, missä olen asunut koko ikäni.

Omainen: Mitä sieltä erityisesti kaipaavat?

Muistisairas: Pitää ruokkia koira.

Omainen: Ymmärrän, että sinne sinä kaipaavat. Tuntuisi hyvältä, jos olisit siellä.

Muistisairas: Koiran kanssa pääsisin ulos.

Omainen: Kuulostaa siltä, että haluaisit jotakin tekemistä. Katetaanko pöytä yhdessä?

Muistisairas: Katetaan vaan!

-> Muistisairas ihminen saattaa haluta ”mennä kotiin” sen vuoksi, että hän on ahdistunut, turvaton, masentunut tai pelon tunteen vallassa. Hän ei välttämättä ymmärrä, missä hän on, miksi hän on siellä ja keitä muut ihmiset ovat.

-> Koti-ikävä on tässä hetkessä todellista.

-> Muistisairasta kuullaan, tunnetta myötäillään.

-> Onko muistisairaalla ihmisellä riittävästi tekemistä?

-> Joskus voi olla huono päivä ilman, että tiedämme siihen selvää syytä.

-> Jos tietyt laukaisevat tekijät on tunnistettavissa, voi niitä yrittää vähentää tai välttää esimerkiksi avaimet eivät ole näkyvillä.



Läheisten ihmisten unohtaminen ja sekoittaminen toisiinsa

Ajan ja paikan katoamisen vaiheessa muistisairas ei pysty olemaan läsnä enää niin hyvin nykyhetkessä ja hän muistelee elämänsä alkuvaiheita, jolloin hän voi unohtaa läheiset ihmiset tai sekoittaa heidät toisiinsa

Läheiselle tämä voi tuntua oudolta ja vaikealta sekä voi olla suuri haaste kohtaamiselle

Muistisairas voi myös kokea häpeää ja turhautumista kun ihmiset sekoittuvat toisiinsa tai hän ei muista heitä

Omainen: Hei Mummi!

Muistisairas: Kuka sinä mahdat olla? (epäileväinen)

Omainen: Mummi minä tässä lapsenlapsesi Liisa.

Muistisairas: Ai hei Liisa en heti muistanutkaan sinua, mitä sinulle kuuluu? (hymyilee)

Omainen: Hyvää kuuluu mummi, sain uuden työpaikan!

Muistisairas: Hienoa Aili, äiti on ylpeä sinusta!

Omainen: Mummi, äiti tai siis Aili ei ole täällä nyt vaan minä lapsenlapsesi Liisa.

Muistisairas: Jos et ole tyttäreni Aili niin kuka sitten olet? (hämmentynyt, ärtynyt)

Omainen: Olen lapsesi Ailin tytär Liisa. Haluatko mummi katsoa yhdessä valokuva-albumia? Katso tuossa me olemme. (tulee viereen istumaan, näyttää valokuvaa ja ottaa kädestä kiinni)

Muistisairas: Voi pieni Liisani! Otit aina tuolloinkin mummia kädestä kiinni kun halusit mennä puron luokse poimimaan kukkia. (liikuttuu kyyneliin)

-> Kun muistisairas unohtaa tai sekoittaa läheisensä ei häntä saa mottia eikä siitä kannata närkeästä tai loukkaantua.

-> Tilanteessa on tärkeää pysyä rauhallisena ja selkeänä vaikka se tutuisikin turhauttavalta.

-> Jos tilanne jää jumiin siihen, ettei muistisairas muista sinua, voit kuitenkin varovasti koittaa muistutella esimerkiksi valokuvista tai muista yhteisistä muistoista tai vain keskittyä viettämään aikaa muistisairaansa kanssa.

-> Muistisairaalla tunteet voivat vaihdella nopeasti ja tulla esiin voimakkaasti esimerkiksi itkuna.

-> Tärkeää kuunnella ja nähdä muistisairas kaikkine tunteineen sekä reagoida rauhallisesti näihin tunnevaihteluihin kuitenkin kyseenalaistamatta tai vähättelemättä niitä.



Lähteet

- Kämäräinen, Liisa. TunteVa®-omaisten opas. Miten ymmärtää muistisairasta ihmistä? <https://www.e-julkaisu.fi/Tamperemissio/TunteVa-omaisten-opas/mobile.html#pid=32>
- Geronom verkkosivut. Viitattu 21.8.2023. https://www.geronom.fi/muistisairas_ihminen_kotiin/
- Memocate verkkosivut. Viitattu 21.8.2023. <https://memocate.com/vuorovaikutus/kohti-parempaa-vuorovaikutusta/validaatiomenetelma/>
- Muistiliitto verkkosivut. Viitattu 21.8.2023. <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistisairaahan-ihmisen-kohtaaminen/vaikeat-tilanteet>
- Tuhkunen, N. 2017. Läheisen haasteet ja tuen tarpeet muistisairaahan kohtaamisessa. Viitattu 21.8.2023. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/134979/niina_tuhkunen.pdf?sequence=1
- Kojola E., Rautiainen M. & Talvitie S. 2022. Muistisairaahan kohtaaminen: ohje läheisille. Viitattu 21.8.2023. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/750887/Kojola_Rautiainen_Talvitie.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- R. Ward, K. Rummery, E. Odzakovic, K. Manji, A. Kullberg, A. Clark, S. Campbell. [Getting lost with dementia: Encounters with the time-space of not knowing](#). Health and Place. Volume 78. 2022. Luettu 21.8.2023.
- R. Koivula. Muistisairaahan ihmisen omaisena terveystieteiden tutkimuskeskuksen pitkäaikaisosastolla. THL. Luettu 21.8.2023. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104498/URN_ISBN_978-952-245-904-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y