
Komunikace s lidmi po CMP pro dobrovolníky

Mgr. Marie Trégler, Neurologická klinika FN Plzeň

Mgr. Hana Růžičková, PhD., Neurologická klinika a Centrum klinických neurověd 1.LF UK a VFN v Praze

Mgr. Zuzana Konůpková, Foniatrická klinika VFN v Praze; Klub afasie, z. s.

CMP může různými způsoby narušit komunikaci a polykání

Afázie - porucha vyjadřování, často v kombinaci s poruchou porozumění, dále s poruchou čtení a psaní;

Dysartrie a apraxie - obtížná výslovnost, snížená srozumitelnost;

Dysfagie - porucha polykání - může mít i velice diskrétní projevy, zároveň ale vede k respiračním infekcím, dehydrataci, podvýživě a aspirační pneumonii, což zvyšuje riziko úmrtí.



Všechny poruchy se u pacientů po CMP liší svým typem a tíží: např. u jednoho pacienta se afázie může projevovat "pouze" lehkými potížemi s vyhledáváním slov, zatímco druhý pacient s afázií může mít těžkou poruchu porozumění a vyjadřovat se nesrozumitelně a nepřiléhavě situaci.

Další faktory narušující komunikaci v subakutní fázi CMP

Medikace - ospalost, poruchy koordinace, sucho v ústech, poruchy spánku a další;

Neglect syndrom - porucha vnímání jedné strany prostoru - z této strany nás pacient nemusí vnímat ani zrakově, ani sluchově, nemusí ani cítit hmatové podněty z této strany;

Delirium - inverze spánku a bdění, změny chování, zmatenost, neklid, porucha pozornosti, iluze až halucinace; vyskytuje se u 10–30 % hospitalizovaných pacientů, častěji u starších 65 let;

Poruchy paměti a koncentrace - např. porucha orientace teď a tady;

Emoční labilita - náhlý smích nebo pláč bez zjevné příčiny;

Somatoagnozie - porucha vnímání vlastního těla a jeho částí - nemusí souviset s poruchou porozumění.

Specifika komunikace lidí s afázií:

- pomalu hledají slova,
- zaměňují slova - to, co říkají, nemusí být vždy to, co chtěli říct (např. “brýle” nemusí znamenat brýle),
- ani souhlas nebo zápor nemusí být vždy pravdivý (“ano” nemusí znamenat, že dotyčný souhlasí),
- nemusí rozumět tomu, co říkáme, aniž by to dali najevo (i když kývají hlavou),
- nemusí si sami být vědomi, že nerozumí,
- pokud něco nemohou říct, nejspíš to nebudou schopni ani napsat,
- i když čtou nahlas, nemusí číst s porozuměním,
- příznaky nejsou konzistentní - mohou se v čase měnit,
- slovní ani písemné dohody s lidmi s afázií nemusí platit, protože jim nemusí rozumět, nebo si je pamatovat.

Jak můžete pomoci? Jak komunikovat s lidmi po CMP:

Respekt a trpělivost

- Mluvte pomalu, zřetelně, ale ne dětsky.
- Nespěchejte, nechte prostor pro reakci.

Neverbální komunikace

- Využívejte oční kontakt, gesta, mimiku.
- Ukazujte obrázky nebo pište slova, pokud to pomáhá.

Zjednodušujte sdělení

- Užívejte krátké věty.
- Užívejte více slova s konkrétním obsahem než ta s abstraktním.

Naslouchání a podpora

- Povzbuzujte klienta, i když mluví pomalu.
- Neopravujte zbytečně, nehádejte předčasně, co chce říct.

Konkrétně:

Někteří pacienti s afázií mají tendenci se cyklit ve svých výpovědích, opakovat stále stejná slova nebo se vracet k jednomu tématu. Nenechte se vtáhnout.

Osvojte si používání spirálovitého způsobu komunikace od obecných informací ke konkrétním.

Dejte rozhovoru strukturu - uzavřenými otázkami se nejdříve zeptejte o kom to je, poté co se stalo a eventuálně kde nebo kdy.

Dávejte pacientovi na výběr z kategorií, uzavřené otázky s odpověďmi ANO/NE. Pokud dáváte na výběr, pak max. ze dvou možností. Ukažte to, o čem mluvíte. Otázka *"Dáte si čaj nebo kafe nebo ten džus od včerejška nebo co?"* je naprosto matoucí, vhodnější je vzít do ruky konvičku s čajem a zeptat se: *"Chcete čaj?"* atd.

Lidé s afázií lépe rozumí větám v pozitivu než v záporu - např. je lepší se zeptat *"Chcete čaj?"* než *"Nechcete čaj?"*.

Držte se zájmů pacienta, prohlížejte si společně fotky, knihy apod.

Nepřehlcejte, respektujte unavitelnost, minimalizujte mluvení, pokud je třeba. Věnujte se neverbálním aktivitám (např. hraní her, skládání puzzlí apod.).

Na co si dát ještě pozor

Eliminujte rušivé elementy - televize, radio, hluk hovoru.

Je důležité, aby na pacienta s afázií nemluvil více než jeden člověk najednou. V hovoru více lidí se lidé s afázií ztrácí.

Nezvyšujte hlas – nejde o poruchu sluchu (ač vzhledem k častému vysokému věku pacientů s CMP může být nedoslýchavost přítomna).

Nemluvte za klienta bez jeho svolení.

Nechovejte se přehnaně soucitně, ale lidsky.

Nepoužívejte ironii.

Nenoste pacientům jídlo ani pití bez předchozí domluvy se zdravotnickým personálem a s pacientem samotným (riziko vdechnutí při poruše polykání!!!).

Respektujte...

Respektujte pokyny zdravotnického personálu.

Respektujte soukromí a intimitu pacienta.

Respektujte aktuální rozpoložení a náladu pacienta - je možné, že se pacient necítí na setkání s dobrovolníkem (např. je unavený po cvičení, má bolesti, dozvěděl se špatné zprávy, ...) - buďte na to připraveni.

Před jakýmkoli polohováním či manipulací s imobilním pacientem se vždy nejdříve zeptejte zdravotnického personálu i samotného pacienta.

Před fyzickým kontaktem se zeptejte pacienta, jestli se ho můžete dotýkat.

Pomůcky, které můžete využít při komunikaci:

- komunikační tabulky, obrázkové karty;
- výběr ze dvou možností: ANO/NE, +/-, palec nahoru/dolů, veselý/zamračený smajlík;
- zápisník a tužka;
- komunikační deník (Sešit, kam lidé z okolí člověka s afázií píšou nebo kreslí, na čem se s ním domluvili. Člověk s afázií tak má vždycky při ruce pomůcku k zapamatování si. Do tohoto sešitu se také mohou zapsat již dříve zjištěné věci. V případě potřeby je pak zpětně dohledá a odkáže na ně.);
- běžné aplikace v mobilu: kalendář, mapy, fotky, internetový prohlížeč.

Nepoužívejte nikdy materiály k výuce jazyka či čtení a psaní jako slabikáře, dětskou literaturu apod.

Role dobrovolníka

- ★ být oporou, naslouchat, být trpělivý,
- ★ pomoci klientovi zapojit se do běžné konverzace,
- ★ všímat si pokroků a motivovat.

Rolí dobrovolníka není *naučit pacienta mluvit*.



Tipy na závěr

Úsměv, klid a přijetí dělají zázraky :)

Každý člověk po CMP je jiný – přizpůsobte se, nemějte očekávání.

Nebojte se chyb – důležitá je ochota a empatie.

V případě nejasností a jakýchkoli otázek se obraťte na přítomného klinického logopeda/logopedku.