PBO 930022142 NPO 049-191

Aggressiewe gedrag

'n Persoon wat aan demensie ly tree soms aggressief op. Tipiese aggressiewe gedrag sluit in skeltaal en fisiese bedreigende gedrag, deur byvoorbeeld te skop of met die vuis te slaan en wild na mense of voorwerpe om hulle te slaan. Hierdie aggressiewe gedrag is baie ontstellend vir die versorger. Hierdie adviesblad gee praktiese riglyne oor hoe om aggressiewe gedrag te hanteer.

FAKTORE WAT AANLEIDING GEE TOT AGGRESSIEWE GEDRAG

Aggressiewe gedrag by 'n persoon met demensie word dikwels veroorsaak deurdat die persoon , verneder of gefrustreerd voel omdat hy nie ander kan verstaan of homself nie verstaanbaar kan maak nie.

Frustrasie kan ook veroorsaak word wanneer die persoon onder druk is of verneder voel omdat hy nie meer in staat is om die alledaagse eise van die lewe te hanteer nie. Dit neem langer vir iemand met demensie om inligting te verwerk en daarop te reageer – in woorde of aksies. Hy voel dus dikwels onder druk.

Demensie kan ook persone se oordeel en selfbeheersing ondermyn. Die persoon se gedrag word dus nie meer in toom gehou deur inhibisies wat kleintyd aangeleer is nie. Dit ly dus tot onvanpaste optrede, wat aggressiewe gedrag kan insluit.

Soms lyk dit asof aggressiewe gedrag in die vorm van oorreaksie tot uiting kom. Die persoon skreeu of gil of raak baie opgewonde as gevolg van iets wat op die oog af vir die versorger na 'n baie klein onbenulligheid lyk.

Moontlike oorsake van aggressiewe gedrag by 'n demensie lyer sluit situasies in waarin die persoon:

- 'n Skielike verandering in die omgewing of versorger-reëling (skielik iemand anders wat versorg).
- Voel dat sy onafhanklikheid en privaatheid bedreig word omdat hy gedwing word om hulp te aanvaar met intieme funksies soos was, aantrek of om toilet toe te gaan. Hierdie lewensgebiede was van kleintyd af privaat. Dit is nie verbasend dat hierdie situasies in die besonder stresvol is nie.
- Voel dat hy geoordeel of gekritiseer word omdat hy iets vergeet het of 'n fout begaan het in die uitvoering van 'n alledaagse taak.
- Verward of bang voel omdat daar te veel geraas of te veel mense om hom is of daar 'n verandering in 'n bekende roetine was.
- Angstig of bedreig voel omdat hy nie meer sekere plekke of mense kan herken nie. Hy is dalk oortuig dat hy in die verkeerde plek is of dat 'n familielid 'n vreemdeling is wat by die huis ingebreek het.
- Bang voel weens 'n onverwagte geraas, skerp stemme, skielike bewegings of iemand wat hom sonder waarskuwing van agter af nader.
- Te veel geraas of te veel mense kan tot die verwarring bydrae.
- Ongemak, pyn, dors of honger voel. Aangesien die persoon met demensie nie oor die kommunikasie vermoë kan beskik om hierdie basiese behoeftes te kommunikeer nie.
- Dit sluit enige onderliggende mediese toestande uit, bv. infeksie.

Enige vorm van aggressie is ontstellend, maar dit is belangrik om te onthou dat daardie persoon nie doelbewus aggressief is nie. Hy sal waarskynlik die voorval baie vinnig vergeet, hoewel die emosie wat tot die aggressie gely het, dalk kan voortduur.

Dit neem versorgers gewoonlik langer as die persoon met demensie om die voorval te vergeet.

RIGLYNE VIR DIE HANTERING VAN AGGRESSIEWE GEDRAG

As jy noukeurig kyk na die situasies waarin die persoon aggressief word en die gebeurtenis wat aanleiding gegee het tot die uitbarsting, sal jy die oorsaak kan identifiseer en 'n mate van insig kry in wat hom moontlik pla.

Dit is natuurlik nie moontlik om so 'n situasie te ontleed totdat dit verby is nie. Maar ná die oomblik sal jy dalk

kan nadink oor wat gebeur het en hoekom dit gebeur het.

As dit nie lyk asof daar 'n patroon tot die gedrag is nie en dit baie moeilik word om te beheer, moet 'n mens professionele raad vra.

Een van die newe-effekte van veelvuldige medikasies kan aggressiewe gedrag veroorsaak.

Voorkoming is die beste oplossing vir aggressiewe gedrag. As jy kan identifiseer wat die persoon met demensie moontlik ontstel, sal jy hulle dalk kan gerusstel of maniere vind om die situasies minder verontrustend te maak. Probeer om raad by ander versorgers of professionele mense te kry (Kontak Dementia SA).

Voorkomingsmaatreëls

Indien gepas:

- Verminder die eise op die persoon as dit lyk asof hy nie oor die weg kom nie en maak seker dat daar 'n rustige en stresvrye roetine in plek is.
- Verduidelik dinge, wanneer ook al moontlik, op 'n kalm manier en in eenvoudige sinne, en laat die persoon meer tyd om te antwoord as wat hulle voorheen nodig gehad het.
- Soek na taktvolle maniere om hulp aan te bied sonder om dit te laat voorkom asof jy sake oorneem.
- Lei of spoor die persoon aan en breek take op in maklik hanteerbare stappe sodat hy soveel as moontlik self kan doen.
- Probeer om nie te kritiseer nie. Steek enige irritasie weg wat jy dalk voel. Vermy situasies waar die persoon nie anders kan nie as om te misluk nie. Prys enige prestasies en fokus op die dinge wat die persoon nog kan doen, eerder as op dié wat nie meer moontlik is nie.
- Wees op die uitkyk vir waarskuwingstekens soos angstigheid of rusteloosheid, en stel hulle meer gerus, indien gepas.
- Vermy 'n skerp stem en skielike bewegings.
- Vermy konfrontasie. Probeer die persoon se aandag aftrek as hy ontsteld

Soek na taktvolle maniere om hulp aan te bied sonder om dit te laat voorkom asof jy sake oorneem.

lyk. Jy sal dalk vind dat dit help as jy vir 'n paar oomblikke uit die vertrek gaan.

- Vind bedrywighede wat die persoon se belangstelling prikkel. Maak seker dat hy genoeg oefening kry.
- Vereenvoudig roetines en omgewing.
- Laat rusperiodes tussen stimulerende bedrywighede.
- Maak seker dat die persoon gereeld 'n mediese ondersoek ondergaan en raadpleeg die algemene praktisyn as hy enige ongemak verduur.

Hoe om aggressiewe gedrag te hanteer

Voorkoming is die beste oplossing vir aggressiewe gedrag, maar dit sal nie elke keer moontlik wees nie. As jy hierdie soort gedrag teëkom, moet jy nie jouself blameer nie.

Konsentreer daarop om so kalm en doeltreffend as moontlik op te tree.

Wanneer die persoon met demensie aggressiewe gedrag toon:

- Probeer om kalm te bly en moenie argumenteer nie, ongeag hoe ontsteld jy dalk voel. 'n Driftige reaksie sal waarskynlik die situasie vererger.
- Haal diep asem en tel tot tien voordat jy reageer. Stel die persoon gerus en probeer sy aandag aftrek. Gaan uit die vertrek indien dit nodig is.

Maak die leefarea veilig sodat die persoon hom nie fisies kan beseer tydens 'n woede uitbarsting nie. Probeer om nie angstig voor te kom nie, aangesien dit dalk die persoon se verontrusting erger kan maak. Dit is natuurlik makliker gesê as gedaan as jy self bedreig voel.

Jy sal dalk 'n paar strategieë vooraf kan uitwerk, wat jy in sulke situasies kan gebruik, soos :

Gee die persoon hulle ruimte en beperk stimuli, bv. klank

Laat die persoon tussen 2 opsies kies…

Gebruik frases soos:

- Kan ek jou help om…
- Sal jy my asseblief help om…
- Ek is jammer dat jy ontsteld is.
- Ek sal hier bly totdat jy beter voel.

Moenie:

- Jou stem verhef nie
- Aanstoot neem of alarm maak
- Bedwing, eis, dwing, konfronteer

Nuttige wenke om aggressiewe episodes te voorkom:

- Verander jou verwagtinge
- Skuif die persoon na ’n stiller plek
- Beperk kafeïen inname
- Kalmerende rituele
- Vermy omgewingsfaktore wat daartoe aanleiding kan gee
- Monitor persoonlike gemak, bv. blaasfunksies, pyn, uitputting, koors.

Aantekeninge:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Kontak:

Tel: (021) 421 0077/78
Email: info@dementiasa.org
Or support@dementiasa.org

3rd Floor,
State House,
3 Rose Street,
Cape Town

P.O. Box 16421
Vlaeberg
8018

DEMENTIASA
managing alzheimer's and dementia care

www.dementiasa.org