

# Dezinhibirano ponašanje

Ovaj informacijski list za pomoć govori o promjenama ponašanja koje utječu na inhibicije. Sagledava moguće uzroke i predlaže načine na koje obitelji i skrbnici mogu zatražiti pomoć.

Demencija utječe na ljude na različite načine, a promjene u ponašanju ili emocionalnom stanju osobe koja živi s demencijom su uobičajene.

Demencija može utjecati na inhibicije. To znači da se prestaju slijediti uobičajena društvena pravila ponašanja. Dezinhibirano ponašanje može izgledati netaktično, nepristojno ili uvredljivo.

Takvo ponašanje može predstavljati ogroman pritisak na obitelji i skrbnike. To može biti osobito uznemirujuće kada se osoba koja je nekoć bila pristojna ponaša dezinhibirano.

## Vrste dezinhibiranog ponašanja

- Netaktične ili nepristojne primjedbe. Iznošenje neprikladnih komentara o drugoj osobi. Može se činiti da osoba s demencijom pokušava namjerno osramotiti ili maltretirati drugu osobu.
- Komentari seksualne prirode. Neprikladno flertovanje ili davanje komentara seksualne prirode.
- Skidanje odjeće. Skidanje odjeće u neprikladno vrijeme ili na neprikladnim mjestima.
- Dodirivanje sebe. Zaboravljanje društvenih pravila i dodirivanje svojih genitalnih organa u javnosti.
- Impulzivnost. Opasna vožnja ili davanje uvredljivih komentara partneru, članu obitelji ili prijatelju.

## Mogući uzroci

Mnogo je razloga za promjenu ponašanja. Svaka osoba koja živi s demencijom reagira na okolnosti na svoj način.

Ponekad način ponašanja može biti povezan s promjenama u mozgu. Ili, možda postoji nešto u okruženju što potiče takvo ponašanje. U drugim slučajevima, zadaća joj može biti previše složena ili se osoba možda ne osjeća dobro.

Kada dođe do dezinhbiranog ponašanja, to može biti uznemirujuće. Imajte na umu da su te vrste ponašanja povezane s načinom na koji demencija utječe na osobu i nisu namjerne ili se ne rade s namjerom da bilo koga povrijede ili uvrijede.

Ako razumijete moguće uzroke promjene ponašanja, to vam može pomoći pronaći načine kojima ćete spriječiti da se to ponovi.

**Zbunjenost.** Demencija može izazvati zabunu oko identiteta ljudi oko osobe. Ako osoba pomisli da je njezin skrbnik ili dijete njezin supružnik, može se neprikladno ponašati.

**Nelagoda.** Uzrok nekih vrsta ponašanja, poput svlačenja ili dodirivanja u javnosti, može biti nelagoda. Na primjer, može skinuti odjeću, jer joj je vruće ili jer joj je odjeća tijesna. Uzrok dodirivanja genitalnih organa mogu biti i infekcije mokraćnog sustava i svrbež.

**Gubitak pamćenja.** Osoba može zaboraviti gdje se nalazi, kako treba biti diskretna, kako se obući ili čak koliko je odjeća važna. Možda treba ići u zahod, ali je zaboravila gdje je kupaonica ili kako se njome služi.

**Dezorijentiranost.** Demencija može izazvati zabunu oko doba dana ili mjesta na kojem se osoba nalazi. Dezorijentiranost može značiti da se osoba počinje pripremati za kupanje ili spavanje.

## Što možete probati

- Potražite razlog za takvo ponašanje. Ako razumijete zašto se osoba ponaša na određeni način, to će vam pomoći odgovarajuće reagirati na takvo ponašanje.
- Dogovorite posjet liječniku. Liječnik može provjeriti pridonose li fizička bolest, nuspojave lijekova ili nelagoda takvom ponašanju. Liječnik će vam tada dati savjet.
- Budite strpljivi kada reagirate na takvo ponašanje. Pokušajte ne reagirati pretjerano, iako takvo ponašanje može biti vrlo neugodno. Zapamtite da je to ponašanje sastavni dio bolesti.
- Prikladan fizički dodir. Ako je to prikladno, ponudite puno fizičkog kontakta, poput milovanja kose, grljenja ili trljanja ruku. To je način pun ljubavi za ublažavanje tjeskobe i pružanje sigurnosti.
- Odvratite joj pažnju i preusmjerite osobu. Ako ispoljava neprikladno seksualno ponašanje, nježno ju podsjetite da je takvo ponašanje neprikladno. Odvedite ju na neko privatno mjesto ili joj pokušajte odvratiti pažnju nečim drugim što bi mogla raditi ili čime bi se mogla pozabaviti.
- Prilagodite odjeću. Razmislite o kupnji hlača bez patentnih zatvarača ili drugih odjevnih opcija koje smanjuju rizik od neprikladnog ponašanja.

## Podrška za članove obitelji i skrbnike

Promatranje dezinhibirano ponašanja može biti vrlo uznemirujuće za obitelji i skrbnike. Takvo ponašanje je simptom demencije i nije mu cilj da vas uznemiri. Ne zaboravite paziti na sebe i redovito se odmarati.

- Razgovarajte s liječnikom osobe o svojoj zabrinutosti u svezi s promjenama ponašanja i njihovim utjecajem na vas i osobu o kojoj skrbite.
- Nazovite **Nacionalnu telefonsku službu za pomoć osobama s demencijom** na **1800 100 500** kako biste se raspitali o uslugama podrške i obrazovnim programima, uključujući grupe za podršku skrbnika, savjetovanje, te usluge i programe koji će vam pomoći razumjeti i reagirati na promjene, kao i održavati vlastito zdravlje i dobrobit.

- Nazovite **Savjetodavnu službu za dovođenje demencije pod nadzor (Dementia Behaviour Management Advisory Service)** na **1800 699 799**. Ta služba pruža podršku osobama koje žive s demencijom i koje doživljavaju promjene ponašanja koje utječu na njihovu skrb ili skrbnika.

## **Dodatna literatura i resursi**

- Informacijski listovi za pomoć organizacije Dementia Australia: Promjene u ponašanju  
Posjetite: [dementia.org.au/help-sheets](https://dementia.org.au/help-sheets)
- Knjižnica organizacije Dementia Australia  
Posjetite: [dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- Podrška koju pruža organizacija Dementia Australia  
Posjetite: [dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- Edukacija koju pruža organizacija Dementia Australia  
Posjetite: [dementia.org.au/education](https://dementia.org.au/education)

## **Daljnje informacije**

Dementia Australia nudi podršku, informacije, obrazovanje i savjetovanje.

**Nacionalna telefonska služba za pomoć osobama s demencijom: 1800 100 500**

**Za pomoć tumača: 131 450**

**Posjetite našu web stranicu: [dementia.org.au](https://dementia.org.au)**