

# Дезинхибирани однесувања

Овој лист за помош е за промени во однесувањето што влијаат на нечии инхибиции. Ги разгледува можните причини и предлага начини на кои семејствата и старателите можат да бараат поддршка.

Деменцијата влијае на луѓето на различни начини и промените во однесувањето или емоционалната состојба на некој што живее со деменција се чести.

Деменцијата може да влијае на нечии инхибиции. Ова значи дека тие може да престанат да ги следат вообичаените општествени правила за тоа како да се однесуваат. Дезинхибираното однесување може да изгледа нетактично, грубо или навредливо.

Овие однесувања можат да нанесат огромен притисок врз семејствата и негувателите. Може да биде особено вознемирувачко кога некој што порано бил приватен се однесува на неинхибиран начин.

## Видови на дезинхибирани однесувања

- Нетактични или груби забелешки. Давање несоодветни коментари за друго лице. Може да изгледа дека лицето со деменција се обидува намерно да го посрамоти или вознемирува другото лице.
- Сексуални коментари. Несоодветно флертување со некого или давање сексуални коментари.
- Соблекување. Отстранување на облеката во несоодветни времиња или места.
- Допирање на гениталиите. Заборавање на социјалните правила, може да ги допираат своите гениталии во јавност.
- Импулсивност. Возење опасно или давање навредливи коментари на нивниот партнер, член на семејството или пријател.

## Можни причини

Постојат многу причини зошто однесувањето се менува. Секоја личност која живее со деменција реагира на околноста на свој начин.

Понекогаш однесувањето може да биде поврзано со промени во мозокот. Или може да има нешто во околината што го поттикнува однесувањето. Во други случаи, задачата може да биде премногу сложена или личноста може да не се чувствува добро.

Кога се случуваат дезинхибирани однесувања, тоа може да се чувствува како вознемирувачко. Запомнете дека овие однесувања се поврзани со тоа како деменцијата влијае на личноста и не се намерни или наменети да повредат или навредат некого.

Разбирањето на можните причини за промените во однесувањето може да ви помогне да најдете начини да го спречите тоа да се повтори.

**Конфузија.** Деменцијата може да предизвика конфузија кај некого за идентитетот на луѓето околу нив. Ако мислат дека негувателот или детето им е брачен другар, може да постапат несоодветно.

**Неудобност.** Некои однесувања, како што се соблекување или допирање во јавност, може да бидат предизвикани од неудобност. На пример, облеката може да се отстрани ако се чувствуваат премногу жешко или ако облеката е премногу тесна. Инфекциите на уринарниот тракт и чешањето може да предизвикаат лицето да ја допре гениталната област.

**Губење на меморијата.** Можеби некој заборавил каде се, како да биде дискретен, како да се облекува или дури и колку е важна облеката. Можеби ќе треба да одат во тоалет, но заборавиле каде е бањата или како да ја користат.

**Дезориентација.** Деменцијата може да предизвика конфузија за времето од денот или каде се наоѓаат. Дезориентираноста може да значи дека почнуваат да се подготвуваат за бања или кревет.

## Што да се проба

- Барајте причина зад ова однесување. Разбирањето зошто некој се однесува на одреден начин ќе ви помогне да одговорите на тоа.
- Организирајте посета на лекар. Лекарот може да провери дали физичката болест, несаканите ефекти од лековите или неудобноста придонесуваат за однесувањето. Потоа тие можат да дадат совет.
- Реагирајте со трпение. Обидете се да не реагирате претерано, иако однесувањето може да биде многу срамно. Запомнете дека однесувањето е дел од состојбата.
- Соодветен физички допир. Доколку е соодветно, понудете физички контакт, како што е галење коса, гушкање или триење на рацете. Ова е љубезен начин да се олесни анксиозноста и да се обезбеди уверување.
- Одвлечете го вниманието и пренасочете го. Ако тие се впуштаат во несоодветно сексуално однесување, нежно потсетете ја личноста дека однесувањето е несоодветно. Одведете ги на приватно место или обидете се да им го одвлечете вниманието со правење нешто друго или да држат нешто друго.
- Прилагодете ја облеката. Размислете за купување панталони без патенти или други опции за облека што го намалуваат ризикот од несоодветно однесување.

## Поддршка за семејствата и старателите

Набљудувањето на дезинхибирани однесувања може да биде многу вознемирувачко за семејствата и негувателите. Однесувањата се симптоми на деменција и не се наменети да ве вознемират. Не заборавајте да се грижите за себе и да правите редовни паузи.

- Разговарајте со докторот на лицето за вашите грижи за промените во однесувањето и влијанието врз вас и лицето за кое се грижите.
- Јавете се на **Националната линија за помош за деменција (National Dementia Helpline)** на **1800 100 500** да дознаете за услугите за поддршка и образовните програми, вклучувајќи групи за поддршка на негуватели, советување и услуги и програми кои ќе ви помогнат да ги разберете и одговорите на промените и да го одржите вашето здравје и благосостојба.
- Јавете се на **Советодавната служба за справување со однесување при деменција (Dementia Behaviour Management Advisory Service)** на **1800 699 799**. Тие ги поддржуваат луѓето кои што живеат со деменција, и што доживуваат промени во однесувањето што влијае на нивната грижа или на негувателот.

## Дополнително читање и ресурси

- Листови за помош на Деменција Австралија (Dementia Australia):  
Промени во однесувањето  
Посетете ја веб-страницата: [dementia.org.au/help-sheets](https://dementia.org.au/help-sheets)
- Библиотечна услуга на Деменција Австралија (Dementia Australia)  
Посетете ја веб-страницата: [dementia.org.au/library](https://dementia.org.au/library)
- Поддршка од Деменција на Австралија (Dementia Australia)  
Посетете ја веб-страницата: [dementia.org.au/support](https://dementia.org.au/support)
- Образование на Деменција на Австралија (Dementia Australia)  
Посетете ја веб-страницата: [dementia.org.au/education](https://dementia.org.au/education)

### Понатамошни информации

Деменција на Австралија (Dementia Australia) нуди поддршка, информации, образование и советување.

**Национална линија за помош за деменција  
(National Dementia Helpline): 1800 100 500**

**За јазична помош: 131 450**

**Посетете ја нашата веб-страница: [dementia.org.au](https://dementia.org.au)**