

Ի՞նչ են արտանշանները

Ձառանցանքի արտանշանները յանկարծակի կը պատահին, եւ կը ներառեն անձին ֆիզիքական եւ մտային վիճակի փոփոխութիւններ: Ձառանցանք ունեցող մէկը կրնայ՝

- Շփոթած կամ մոռացկոտ երեւիլ
- Օրուան ժամին կամ վայրի մասին վստահ չլլալ
- Ուշադրութիւն ընելու անկարող լլալ
- Իր սովորական ինքնութենէն տարբեր վարուիլ
- Իր արարքներուն մէջ փոփոխութիւններ ունենալ, օրինակ՝ շարժումներու, իր անձին հոգ տանելու կարողութեան
- Շատ գոգոտած լլալ, քնտ, լուռ եւ քաշուած, քնտ կամ այս բոլորը միախմբուած
- Քունի սովորութիւններու փոփոխութիւն ունենալ, ինչպէս՝ գիշերը արթուն մնալ եւ ցերեկը թնորած կամ քնտ լլալ
- Վախ, ներդուած, դիտարգրիտ, զայրացած կամ տխուր զգալ
- Տեսնել բաներ որոնք այնտեղ չեն, բայց իրենց համար շատ իրական թուիլ
- Իրենց միջապարկի կամ աղիքներու վերահսկողութիւնը կորսնցնել (անզգայութիւն)

Ի՞նչ բան կը պատճառէ զառանցանք

Ձառանցանքը յաճախ կապուած է հիմնական ֆիզիքական հիանդութեան մը կամ վարակի մը հետ: Տարեց անձերու մօտ զառանցանքի այլ սովորական պատճառներ կը ներառեն՝

- Արտաքնոց (զուգարած) երթալու դժուարութիւն (պնդութիւն կամ միջապարկը չկարենալ յատարկել)
- Զրագրկում կամ անբարարար սննդառութիւն
- Ուժեղ ցաւ
- Դեղեր, ներարեւալ «առանց ղեղատոմսի» դեղեր
- Անքորիկ չափազանց սպառում
- Ալքոհիլ, ծխախոտ կամ դեղորայքէ հեռացում, յատկապէս քնանալու դեղահատերէ
- Փոփոխութիւններ անձի միջավայրին, ինչպէս՝ հիանդանոց փոխադրուիլ

Միշտ չէ որ կարելի է ճշդել պատճառը:

Ինչպէ՞ս կը սկսի զառանցանքը

Ձառանցանքի արտանշանները շատ արագօրէն կը պատահին, սովորաբար ժամերու կամ օրերու ընթացքին: Անձի մը վարուելակերպը կրնայ նաեւ տատանիլ մէկ օրուան ընթացքին:

Ձառանցանքը երբեմն կը շփոթուի մտագործեան կամ ընկճածութեան հետ, հետեւաբար, կարեւոր է որ ընտանիքը կամ բարեկամներ տեղեկացնեն բժշկական անձնակազմը՝ անձին մտային վիճակի որեւէ յանկարծական փոփոխութեան մասին:

Ձառանցանքը որքա՞ն կը տեւէ

Ձառանցանքը ընդհանրապէս մի քանի օր կը տեւէ, բայց երբեմն այդ կը շարունակուի շաբաթներով կամ նոյնիսկ ամիսներով:

Եթէ զառանցանքը արագօրէն չի լուծուի, այդ կրնայ երկարաձգել անձին հիւանդանոց գտնուելու ժամանակամիջոցը եւ հանգցնել լուրջ բարդութիւններու, ինչպէս՝ իյնալ, ճնշման խոցեր եւ նոյնիսկ մահ:

Կրկին կը պատահի

Անձեր որոնք զառանցանք զգացած են, ատիկ շատ ենթակայութիւն ունին կրկին զառանցանք զգալու:

Ընտանիքին եւ

Խնամատարներուն դերը

Ձառանցանք ցգացող անձին համար ծանօթներու հետ լլալը սրտապնդիչ է: Քաջալերելի է որ ընտանիքը եւ խնամատարները մշտն իրենց սիրելիներուն հետ:

Ընտանիքի անդամներ եւ խնամատարներ կրնան նաեւ արժեքատու տեղեկութիւն տրամադրել զառանցանք ունեցող անձին հոգ տանող անձնակազմին: Կարեւոր է անձնակազմին տեղեկացնել անձին մտային կամ ֆիզիքական վիճակին մէջ որեւէ յանկարծական փոփոխութեան մասին:

Խնամատարի աջակցութիւն տրամադրելի է:

Եթէ դուք կամ ընտանիքի այլ անդամներ որոշ աջակցութեան կարիքը ունիք, կը խնդրենք տեղեկացնել բուժօրոյրական անձնակազմին:

Ինչպէ՞ս օգնել եւ խնամել

- Դանդաղ խօսեցէք եւ յստակ ձայնով: Դուք ձեզ, եւ անձը, անունով նշեցէք:
- Իրտասիւցեք վիճաբանութեան մէջ մտնելէ
- Քաջալերեցէք եւ օգնեցէք անձին համարժեք սնունդ եւ հեղուկ ստանալու:
- Անձին յիշեցուցէք գտնուած վայրը, թուականը եւ ժամը: Օրուան ընթացքին իրենց սենեակին վարագոյրները բացէք: Օրուան ժամանակը գիտնալը կը նուազեցնէ շփոթութիւնը:
- Եթէ անձը տվորաբար ակնոց կամ լսողական սարքեր կը գործածէ, օգնեցէք գանձոնք դնելու եւ սպասուիցէք որ կ'աշխատին:
- Եթէ անձը գրգռուած է կամ յարձակողական, մի կործեք զսպել գիծը: Եթէ կ'ուզէ շրջիլ, թոյլ տուէք, բայց, կործեցէք ապահով լլալ որ ինչալու վտանգ չկայ եւ թէ տարածքը վտանգներէ զերծ է:
- Այնպիսի իրեր բերէք որ անձին յիշեցնեն տունը. օրինակ, նկարներ, հագուստ մը, ձայնասփուռ կամ նուագի գործիք մը՝ նախընտրած երաժշտութեամբ:
- Անձնակազմին տեղեկացուցէք որեւէ անձնական տեղեկութեան մասին որը կրնայ օգնել անձին հանդարտելու եւ կողմնորոշուելու, օրինակ, ընտանիքի կամ բարեկամներու անուններ, զբաղմունքներ, նշանակալի իրադարձութիւններ եւ այլն:

Ի՞նչ է զարանցանքը

Զարանցանքը սովորական բժշկական խնդիր մըն է որը կը բնութագրուի մտային գործողութեան փոփոխութիւններով:

Զարանցանքը եւ անոր պատճառները կարճ ժամանակի մը ընթացքին կը զարգանան, ժամերու կամ օրերու ընթացքին: Ան սովորաբար միայն մի քանի օր կը տեւէ, բայց կրնայ անելի երկար ժամանակ մնալ: Զարանցանքը անելի յաճախ կը պատահի տարեց անձերու մօտ, բայց կրնայ պատահիլ որեւէ տարիքի: Ան կրնայ յուրջ վիճակ մը ըլլալ:

Զարանցանքը շատ մը պարագայներուն կարելի է կանխել: Զարանցանքի դարմանումը հիմնուած է հիմնական պատճառները գտնելու եւ բուժելու վրայ:

Ո՞վ վտանգի տակ է

Մարդիկ որոնք՝

- Շատ հիւանդ կամ տկար են
- Ճանաչողական խանգարում ունին (անցեալ կամ ներկայ), ներառեալ մտագործողութիւն, իմացական անբարարութիւն կամ ուղեղի վնասում:
- Նախապէս զարանցանք ունեցած են
- 65 տարեկանէ վեր են, կամ, Ապրիլիին եւ Թորոս Ներդրցի կողմէ մարդոց համար 45 տարեկանէ վեր:
- Բազմաթիւ դեղեր կ'օգտագործեն կամ վերջերս դեղերու փոփոխութիւն ունեցած են
- Յատուկ վիրահատութեան մը պիտի ենթարկուին, օրինակ՝ սրտի, կոնքի կամ այլ բժշկական վիրահատութիւն
- Ընկճուած կը զգան
- Ունին տկար տեսողութիւն եւ / կամ լսողութիւն

Որքա՞ն տարածուած է զարանցանքը

Հիանալանոց ընդունուած տարեց անձերուն հինգէն շուրջ մէկը, եւ տարեցներու խնամքի հաստատութիւններու բնակիչներուն շուրջ կէսը, իրենց հոգատարութեան մէկ փուլին մէջ զարանցանք կը զգան:

Եթէ որեւէ մտահոգութիւն կամ հարցումներ ունիք զարանցանքի մասին, խօսեցէ՛ք ձեր տեղական բժիշկին հետ կամ հարցուցէ՛ք ձեր հիւանդանոցի անձնակազմին:

Կապեր - Contacts
Carers Australia - NSW Carer Line
 1800 242 636
www.carersaustralia.com.au

My Aged Care
 1800 200 422
www.myagedcare.gov.au

National Dementia Helpline
 1800 100 500

Dementia Australia
www.dementia.org.au

NSW Agency for Clinical Innovation
 Հիւանդանոց ընդունուած՝ Շփոթած Տարեց Անձերու Հոգատարութեան Ծրագիր
www.aci.health.nsw.gov.au/chops

Adapted with permission from Northern NSW Local Health District and Delirium Care Pathways, Department of Health and Aging, Canberra. 2010.

This brochure has been produced as part of the Care of Confused Hospitalised Older Persons Program and funded through the NHMRC Cognitive Decline Partnership Centre, 2018. 2HAC108 Մարտ 2020 0061 03/20



Delirium Զարանցանք

Այս գրքոյկը տեղեկութիւն կուտայ զարանցանքի վտանգին տակ գտնուող, կամ զարանցանք զգացած անձերու եւ անոնց ընտանիքներուն ու հոգատարներուն համար:



AGENCY FOR
**CLINICAL
INNOVATION**