



YAŞLI DEPREMZEDE CİDDİ KAFA KARIŞIKLIĞI (DELİRYUM)

CİDDİ KAFA KARIŞIKLIĞI (DELİRYUM) NEDİR?

“Ciddi kafa karışıklığı” yani deliryum, kişinin vücudunda yolunda gitmeyen bir durum sebebiyle sizlerle ve çevresiyle ilişkisinin ani bozulmasıdır. Ayrıca yaşanan deprem sonrası özellikle bunaması olanı bireylerde semptomlarında kötüleşme olabilir.

Deprem sebebiyle yer değişikliği, susuzluk, uyku düzeninde bozulma, enfeksiyon sıklığında artış, ağrı gibi durumlarda yaşlı bireylerde deliryum görülme sıklığında artışa neden olur.

BULGULAR

1. Etrafına dikkat etmekte, dikkatini vermede zorlanma,
2. Huzursuz veya üzgün olma,
3. Makul ve mantıklı bir konuşmayı sürdürmememe,
4. Olmayan şeyleri görme veya uydurma,
5. Gün ve geceyi karıştırma,
6. Uyku ve uyanıklık arasında gidip gelme,
7. Unutkanlık,
8. Aşırı sinirlilik ve sakinleştirilememe,
9. Etrafını tanıyamama, nerede olduğunu bilememe, kişileri karıştırma,
10. Uyanıklık halini sürdürmememe,
11. Verilen tedavilere uymama, huysuz olma

CİDDİ KAFA KARIŞIKLIĞI OLAN VEYA RİSKİ YÜKSEK OLAN YAŞLI İLE KARŞILAŞTIĞIMIZDA NE YAPMALIYIZ?

- 1- Eğer yaşlı yalnız ve kafa karışıklığına bağlı iletişim sorunu varsa en yakın güvenlik birimine başvurup yaşlının tanıdığı-güveneceği bir kişi ile irtibatını sağlamaya çalışın.
- 2- Kişi ile iletişim kurabiliyorsanız sakın olun ve yavaş bir ses tonu ile konuşun. Sözü bitirene kadar dinleyin ve asla tartışmayın, inatlaşmayın, Onun davranışlarını düzeltmeye çalışmayın, dikkatini dağıtıp sakinleştirmeye çalışın.

3-Deprem gibi afet dönemlerinde besine erişimde zorluk yaşanacağından yaşlının düzenli beslenmesini ve yeterli sıvı almasını (günde 4-6 bardak) sağlayın.

4-Afet dönemlerinde salgın hastalık riskinde artış görülebileceğinden vücut temizliğine ve el hijyenine dikkat edin, hasta insanlar ile temasını önleyin.



CİDDİ KAFA KARIŞIKLIĞI OLAN VEYA RİSKİ YÜKSEK OLAN YAŞLI İLE KARŞILAŞTIĞIMIZDA NE YAPMALIYIZ?

5-İlaçları düzenli aldığından ve aksatmadığından emin olun.



6- Kişi bağımlı biri ise kaybolmariski nedeniyle asla tek başına bırakmayınız, mümkünse aile fertlerinden veya yakın tanıdıklarından birinin refakat etmesini sağlayınız.

7-Deprem sebebiyle ani yer değişiklikleri kafa karışıklığını arttıracadığından kaldığı yerde saat ve takvim bulundurun ve aşına olacağı şekilde düzenlenmeye çalışınız (örn., kendisi ve yakınlarına ait fotoğrafları)

8- Deprem öncesinde gözlük veya işitme cihazı kullanıyorsa ise bunları temin etmeye çalışın.

CİDDİ KAFA KARIŞIKLIĞI OLAN VEYA RİSKİ YÜKSEK OLAN YAŞLI İLE KARŞILAŞTIĞIMIZDA NE YAPMALIYIZ?

9- Bez kullanıyorsa ise bezin uzun süre ıslak veya kirli kalmamasına özen gösteriniz.

10-Mümkünse her gün yürüyüş yapın.

11-Deprem anında yaşanan travmalara bağlı ağrısı var ise yan etkisi en az olan ağrı kesicileri düzenli olarak kullanınız.

12- Deprem sonrası çevresel faktörlere bağlı düşme riski yüksek olduğundan düşmeye karşı önlem alın, düşmesine sebep olabilecek eşyaları, cisimleri ortadan kaldırın.



13- Deprem sonrası kaygıya bağlı gece uykuya dalmada veya uykuyu sürdürmede zorluk görülebilir. Gece iyi uyuyabilmesi gündüz uyutmayın. İlaç desteği için gerekirse hekime danışın.