

Obsah

| | |
|---|-----------|
| Úvod | 7 |
| Kapitola 1 Porozumění a přijetí | 9 |
| První varovné signály | 9 |
| Jak rozumět zřejmým symptomům | 11 |
| Základní symptomy demence | 12 |
| Fáze demence | 16 |
| Charakteristické znaky Alzheimerovy nemoci a dalších nemocí, které způsobují demenci | 18 |
| Rozdíl je vidět – počítačová tomografie (CT) | 23 |
| Diagnóza, léčba a prevence Alzheimerovy nemoci | 24 |
| Přijetí diagnózy | 26 |
| Jít ruku v ruce, den co den | 27 |
| Kapitola 2 Příprava na budoucnost | 29 |
| Proč začínat s dlouhodobým plánováním už teď? | 29 |
| Co je potřeba naplánovat? | 30 |
| Efektivní systém péče o partnera | 31 |
| Zdravotní péče | 33 |
| Finanční plán pro vás i vašeho partnera | 35 |
| Na budoucnost se stále můžete těšit. | 40 |
| Kapitola 3 Komunikace – klíč ke kvalitnímu životu pro vás i vaše nejbližší | 42 |
| Co je vlastně demence? | 42 |
| Techniky pozitivní interakce | 43 |
| Jak zvládat problémové chování | 49 |

| | | |
|------------|---|-----|
| | Příčiny a řešení některých typů problémového chování | 57 |
| | Katastrofické reakce | 62 |
| Kapitola 4 | Jak zajistit bezpečí sobě i svému blízkému s demencí | 68 |
| | Myslete na správnou mechaniku pohybů | 68 |
| | Dodržujte běžná preventivní opatření proti infekci | 76 |
| | Bezpečnější domov | 78 |
| Kapitola 5 | Nutnosti každodenního života | 88 |
| | Co je zbytečná nesoběstačnost a jak jí předcházet | 88 |
| | Výživa a stravování | 91 |
| | Koupání | 94 |
| | Péče o vzhled | 98 |
| | Ústní hygiena | 99 |
| | Holení | 100 |
| | Vyprazdňování a pomoc při inkontinenci | 101 |
| | Oblékání | 105 |
| Kapitola 6 | Mít co dělat a společně si to užít | 109 |
| | Mít co na práci je lepší pro partnera i pro vás | 109 |
| | Podněty a aktivity | 110 |
| | Přizpůsobte běžné každodenní činnosti potřebám partnera | 112 |
| | Zapojte partnera do každodenních činností | 119 |
| | Zábavné aktivity pro vašeho partnera i pro vás | 121 |
| | Několik tipů, jak tyto aktivity správně využít | 126 |
| | Slovníček pojmů | 131 |