



Forvirring

Spørsmål: Siste gang min mor var innlagt på sykehus ble hun veldig forvirret og rotete. Vi er blitt forespeilet at hun vil trenge en ny innleggelse og operasjon om en måned. Er det noe vi kan gjøre som kan minske sjansen for at hun blir forvirret på nytt?

Svar: Hos om lag en av tre personer over 65 år blir evnen til oppmerksomhet, orientering og hukommelse påvirket av fysiske og psykiske påkjenninger. Den medisinske betegnelsen er delir. Årsaken er vanligvis en kombinasjon av en akutt eller en kronisk sykdom, bivirkninger av medisiner, infeksjon, smerter, ubehagelig utstyr (kateter og sprøyter/kanyler) og for lite væske, ernæring eller oksygen. Søvmangel, utrygghet og uvante omgivelser, rutiner og mennesker spiller ofte en viktig rolle. Abstinens fra alkohol eller vanedannende medisiner kan også være av betydning.

Forut for den neste innleggelsen kan du foreslå at du og din mor bestiller en time hos hennes fastlege. Han har sikkert fått en rapport fra sykehuset om forløpet av oppholdet og hvilke tanker man gjorde seg om årsaken til at din mor ble forvirret. Sammen med fastlegen kan dere forsøke å optimalisere helsen til moren din før hun legges inn på sykehus. Tiltak kan være å sikre generelt god pleie, tilfredstillende ernæring, smertelindring, normal blodprosent og blodtrykk og at eventuelle infeksjoner og kroniske sykdommer er godt behandlet.

Minn legen og sykepleieren som tar i mot din mor når hun innlegges om forvirringstilstanden hun hadde slik at de kan tilrettelegge forholdene best mulig for din mor. Under oppholdet er det en fordel om du eller andre nære pårørende kan være hos eller i nærheten av henne så mye som mulig. Opplys henne på en rolig og betryggende måte om hva skal skje uten å overvelde

henne med informasjon. Gjør det enkelt og ta en ting av gangen. Hjelp henne også til å være orientert om tid og sted og årsaken til at hun er på sykehus ved å flette inn slike opplysninger i samtalen, for eksempel: "Mon tro hva de serverer til lunsj her på Ullevål sykehus i dag på en lørdag?" og "Det blir godt for deg å få byttet pacemakeren din. Den sørger jo for at hjertet ditt virker slik det skal." Oppmuntre henne til å spise og drikke og være oppe av sengen (i samråd med personalet). Det forebygger komplikasjoner og styrker døgnrytmen og opplevelse av mestring. Prøv å gjøre henne trygge f.eks. ved å stryk henne oppover armen hvis det beroliger henne. Det kan være koselig å ha et fotografi av barn og barnebarn på nattbordet. Informer personalet om eventuelle tegn til smerter eller forvirring. Familie og venner er ofte de første til å legge merke til endringer.