

## **РОДСТВЕННИКАМ ИНСУЛЬТНОБОЛЬНОГО: ЧТО ЗНАЧИТ ПОДДЕРЖИВАТЬ?**

***«То, что неясно, следует выяснить.  
То, что трудно творить, следует делать  
с величайшей настойчивостью.»  
Конфуций***

Инсульт резко меняет жизнь не только больного, но и его домочадцев. Они переживают случившееся не меньше, а часто больше самого больного. На плечи родственников внезапно обрушивается огромная дополнительная нагрузка: начинается освоение нелегкой работы по уходу за лежащим больным. Как правило, родственники испытывают состояние шока, тревогу друг за друга; ощущение хрупкости жизни и ее ценности; желание дорожить каждым моментом жизни.

Эмоциональное состояние больного в первые недели или даже месяцы после перенесенного удара крайне неустойчиво: он может быть капризным, плаксивым, вспыльчивым. Не обижайтесь на него - этот синдром эмоциональной лабильности типичен для большинства больных.

Многие больные эмоционально переживают свою зависимость от окружающих. Особенно это относится к людям, которые до удара отличались самостоятельностью и свободолобием, твердым характером, обостренным чувством собственного достоинства. Человек, привыкший всегда сам принимать решения и отвечать за свою жизнь, крайне тяжело приспосабливается к тому, что теперь он находится на попечении родных.

У больного может развиваться депрессия, которая является препятствием для выздоровления - больной не предпринимает усилий к восстановлению нарушенных функций, отталкивает помощь врачей и родственников. Получается замкнутый круг, из которого необходимо вырваться. Каким образом?

С больным надо обязательно общаться. Обездвиженному человеку требуется моральная поддержка, контакт с внешним миром. Даже если больной не разговаривает и у него поражен центр моторной речи, он обычно по-прежнему способен воспринимать устную речь - ведь центр восприятия устной

речи лежит в другой зоне головного мозга. Академик А.И. Берг писал: «Человек может нормально мыслить длительное время только при условии непрерывающегося информационного общения с внешним миром. Информационная, стимулирующая мышление связь с внешним миром так же необходима, как пища и тепло».

Общение и разговор с больным не менее важны, чем лекарства. Рассказывайте ему о своей работе и о друзьях, обсуждайте детей, погоду и политику. Не забывайте говорить с больным о его состоянии, отмечать малейшие успехи. Выражайте свою любовь, свою уверенность в том, что ситуация изменится и он обязательно вернется к активной жизни.

Немного усилий, немного фантазии, много терпения и любви - и депрессия должна будет отступить.

### **Что значит поддерживать?**

- Оказывать содействие в трудную минуту;
- Служить опорой для чего-либо, подпорой для крепости, опорной точкой, надеждой, убежищем;
- Служить укрепой - всем, что придает крепость, прочность, силу;
- Не давать прекратиться, нарушиться тому, что движется. Придержав, не давать упасть;
- Подтверждать, служить доказательством;
- Благоприятствовать реализации устремлений человека.

### **Что может быть результатом психологической поддержки?**

- Вера в свои силы и возможности;
- Ясность в определении своих потребностей, интересов, желаний;
- Совмещение индивидуальных возможностей с условиями внешнего мира;
- Интерес к другим людям и к жизни;
- Реализация своих интересов.

## **Что такое психологическая поддержка инсультнобольного родственниками?**

- Вера в человека, его силы и возможности;
- Выслушивание желаний, трудностей и т.д;
- Сочувствие переживаниям;
- Подбадривание в пробах и самостоятельных действиях;
- Поддержка поисковой активности человека, интересов, стремлений;
- Поддержание интереса к другим людям, к жизни.

*Волонтеры общества «Визор»*