



Nocturne

Ruislinnun laulu korvissani
Tähtäpäiden päällä täysi kuu
Kesä-yön on onni omanani
Kaskisavuun laaksot verhouu
En ma iloitse, en sure, huokaa
Mutta metsän tummuus mulle tuokaa
Puunto pilven, johon päivä hukkuu
Siinto vaaran tuulisen, mi nukkuu
Tuoksut vanamon ja varjot veen
Niistä sydämeni laulun teen

Sulle laulan neiti, kesäheinä
Sydämeni suuri hiljaisuus
Uskontoni, soipa säveleinä
Tammenlehvä-seppel vehryt,
uus
En ma enää aja virvatulta
Onpa kädessäni onnen kulta
Pienentyö mun ympär' elon
piiri
Aika seisoo, nukkuu tuuliviiri
Edessäni hämäräinen tie
Tuntemattomahan tupaani vie

Ensitetopäivä 5.11.2024

- Sairastuminen muistisairauteen koskettaa koko perhettä
- Muistisairaus
 - On pysyvä ja parantumaton
 - Sairauden eteneminen on yksilöllistä
 - Sairastumisella on vaikutusta parisuhteeseen, äiti/isä suhteeseen
 - Sairaudella on edetessään vaikutusta kommunikaatioon, vastavuoroisuus vähenee hiljalleen ja lopulta katoaa





Perheen sisäiset suhteet

- Parisuhteeseen sekä vanhempien ja lasten väliseen suhteeseen vaikuttavat monet asiat
 - Oma elämänhistoria
 - Saadut parisuhdemallit ja vanhemmuusmallit
 - Lapsuudenperheen sisarussuhteet ja suhteet edellisiin sukupolviin
 - Kokemus onko tullut kuulluksi ja autetuksi vai onko joutunut selviämään yksin
 - Parisuhteen tai isä/äiti suhteen kehityskaari
 - Parisuhteessa ja perheessä koetut asiat esim. kriisit
 - Muistisairaus saattaa nostaa vanhat jo unohdetut kriisit pintaan



Muistisairaus muuttaa käytöstä ja haastaa jaksamista

- Sairaus muuttaa aivojen toimintaa ja pidäkkeet laskevat
 - Reagointi ylimitoitettu tai vierasta
 - Puhetapa voi muuttua tai olla epäkohteliasta
 - Sosiaalisissa tilanteissa pidäkkeetön käytös
- Tunteet ovat reaktioita ja sallittuja
- Huoli omasta tai terveen vanhemman jaksamisesta



Mikä tekee asiat raskaiksi

- Muistisairaahan pelkoja
 - Pelko omasta muutoksesta
 - Taakkana olemisen pelko
 - Suru ja luopuminen
- Hoitavan läheisen kuormat
 - Hoivasuhteen syventyessä, fyysisten voimien väheneminen
 - Kokemus epäreiludesta
 - Häpeä, viha, kiukku ja suru
- Kun hoitavan omaisen jaksaminen alkaa rakoilla
 - Muista että sairastunut läheinen ei ole valinnut sairastua eikä pysty vaikuttamaan käytökseen terve omainen pystyy
 - Avun kartoittaminen ja hakeminen
 - Hoidettavan kaltoinkohtelu tai laiminlyönti on perheväkivaltaa



Mikä tuottaa iloa ja lisää voimavaroja

- Fyysinen läheisyys ja kosketus
- Nauru ja ilo
- Yhdessä asioista puhuminen niin kauan kuin mahdollista
- Omat harrastukset
- Ystävät
- Liikkuminen ja ulkoilu
- Keskustelu muiden samassa tilanteessa olevien kanssa tai ammattilaisen kanssa





Muistisairaan 10 toivomusta

1. Sovi kanssani, älä kinaa
2. Ohjaa minua, älä koskaan häpäise
3. Muistele kanssani. Älä sano; muista.
4. Teen mitä voin. Älä koskaan sano; et osaa.
5. Rohkaise ja kehu. Älä käyttäydy ylimielisesti
6. Yritä rauhoitella. Älä saarnaa
7. Yritä suunnata huomioni toisaalle. Älä perustele minulle.
8. Toista. Älä sano; juuri äsken sanoin.
9. Pyydä tai näytä mallia. Älä käske tai vaadi.
10. Vahvista. Älä pakota.

