

물건을 잃어버리거나 어디에 두었는지 모르는 치매환자 대응하는 방법

이번 시간에는 물건을 잃어버리거나 어디에 두었는지 기억하지 못하는 치매환자를 대하는 방법에 대해 살펴 보겠습니다.

치매환자가 물건을 잃어버리는 것은 기억력 문제나 혼란, 부주의로 인한 것이 대부분입니다.

이는 일부러 숨긴 것이 아니라 그 물건의 위치를 기억하지 못하기 때문입니다.

중요한 사항이 적혀있는 종이나 돈, 열쇠, 편지를 잃어버리면, 큰 문제가 일어날 수 있고 가족들에게 스트레스 상황이 될 수 있습니다.

또한 매일 물건을 잃어버리고 엉뚱한 곳에 물건을 두는 것이 반복된다면, 정작 그 물건이 필요할 때 문제가 발생하게 됩니다.

치매환자가 종종 열쇠나 지갑, 손가방을 잃어버립니까?

그렇다면 지갑처럼 자주 잃어버리는 물건이 무엇인지 확인해 주세요.

먼저, 치매환자가 자주 잃어버리는 물건을 보관할 수 있는 공간을 만들고,

부엌이나 침실 등 집 안에서 치매환자가 자주 생활하는 공간에 작은 바구니를 비치해 놓으면 좋습니다.

그런 다음, 바구니 혹은 상자 겉면에 어떤 물건들이 들어 있는지를 메모하여 붙여 주세요.

물건을 사용한 후에는 정해진 자리에 놓아야 한다고 알려주세요.

밖에서 돌아온 후, 지갑을 제자리에 두지 않았다면 지갑을 어디에 두었냐고 물어보세요.

치매환자가 자신의 물건을 찾고 있다면 어디에 보관하는지 물어보고 바구니를 찾아보도록 유도하는 것이 좋습니다.

물건을 잃어버리거나 엉뚱한 곳에 두었을 때에는 ‘기억게임’ 방법을 사용해 보세요.

먼저, 잃어버린 물건을 찾는 것을 도와줍니다.

물건을 찾은 후에 치매환자에게 물건을 주로 어디에 보관하는지 물어보세요.

이 방법은 치매환자에게 해당 물건과 보관하는 바구니를 연관 지어 생각하도록 도와줄 것입니다.

이런 과정을 통해서 치매환자는 사용한 물건은 정해진 장소에 보관해야 한다는 것을 알게 됩니다.

치매환자가 물건을 잃어버렸다는 사실에 당황하거나 화를 낸다면, 그 상황에서 잠시 떨어져, 주의를 돌릴 수 있는 간식이나 산책,

간단한 대화와 같은 즐거운 분위기로 전환시키는 활동을 함께 하세요.

치매환자가 편지를 잃어버립니까?

환자가 혼자서 우편물에 손을 대지 않도록 하세요.

예를 들어, 고지서를 우편으로 받는 대신 자동이체로 설정해 놓을 수 있습니다.

우편함을 잠가 놓도록 하세요.

혼자만 아는 장소에 놓을 수도 있습니다.

치매환자가 우편물 분류를 도울 수 있도록 하세요.

자신이 쓸모 있는 존재, 소중한 존재임을 느낄 수 있도록 그다지 중요하지 않은 우편물을 건네주어도 좋습니다.

치매환자가 물건을 버립니까?

자주 버리는 물건이 무엇인지 확인하고, 그 물건을 치매환자 접근할 수 없는 곳에 치워 주세요.

모든 휴지통에 대한 접근을 제한하는 것이 좋습니다.

특히, 부엌과 화장실 휴지통은 보관함에 넣어 잠그는 것이 좋습니다.

필요하다면 치매환자가 침실과 서재의 작은 휴지통을 사용하도록 허용합니다.

단, 휴지통을 비우기 전에 내용물을 확인하여야 합니다.

가족들이 고려해야 할 사항

치매환자가 물건을 잃어버리지 않고 제대로 정리하도록 도와주어 문제가 발생하는 것을 최대한 줄여야 합니다.

가족은 계좌번호와 같은 중요한 정보를 스스로 관리해야 하고 모든 지폐나 수표,

그 외 돈과 관련된 문서나 종이, 신용카드를 치매환자가 접근하기 어려운 곳에 보관합니다.

만약 치매환자에게 돈이 필요하다면 소액의 돈을 주도록 합니다.

자주 사용하는 물건이 없어졌을 때를 대비하여 여유분을 준비해 두세요.

치매환자가 이와 같은 행동을 나타내는 것은 질환 때문임을 항상 기억해야 합니다.

이러한 생각은 치매환자를 돌볼 때 훨씬 도움이 되며, 효과적으로 대응할 수 있습니다.

스스로에게 최면을 거는 것 또한 스트레스상황에서 벗어나는 데 도움이 됩니다.

‘왜 나보다 더 잘 알면서 저렇게 행동하는 거야?’, 혹은 ‘나를 힘들게 하고 있어.’와 같은 생각을 한다면 상황을 더욱 악화시키기만 할 것입니다.

다음 지침을 다시 한번 생각해 봅니다.

정신행동증상은 치매환자가 선택한 것이 아니라, 치매라는 병으로 인해 행동이 변한 것입니다. 말다툼을 하거나 화를 내면 모두의 감정을 상하게 하며 힘들어질 것입니다.

스트레스는 치매환자에게 정신행동증상을 일으킬 수 있습니다.

치매환자가 정신행동증상을 보이는 이유를 ‘치매’라는 질병 때문이라고 이해한다면 더욱 객관적인 시선으로 상황을 볼 수 있을 것입니다.

항상 상황을 되돌아보고 이를 어떻게 다룰 것인지 판단하세요.

지금까지 기억력이 저하되어 물건을 잃어버리거나 어디에 두었는지 모르는 치매환자에 대응하는 방법에 대해 알아보았습니다.

요약정리를 살펴본 뒤, 지금까지의 내용을 정리해 보세요~~

보다 자세한 상담은 자치구 치매지원센터로 문의하면 친절하게 안내 받을 수 있습니다.

감사합니다.