



Association Internationale Aphasie (AIA)

Prawdopodobnie spotkałeś się z afazją po raz pierwszy już jakiś czas temu. Z początku, afazja przynosi na myśl pytania takie jak: czym jest afazja, jaki jest przebieg tej choroby i jakie dodatkowe problemy mogą jej towarzyszyć?

Co to jest afazja?

Każdy człowiek używa języka. Mówienie czy też rozumienie mowy, znalezienie właściwego słowa, czytanie, pisanie oraz gestykulowanie są jego częścią. Jeżeli, jako rezultat urazu mózgu, jeden lub więcej z komponentów języka przestanie funkcjonować prawidłowo, jest to zwane afazją. Afazja- A (=nie) fazja (=mówienie) znaczy właśnie, że ktoś nie jest zdolny do powiedzenia tego co chce. Osoba ta nie jest już więcej w stanie prawidłowo używać języka. Poza afazją, u osoby tej może wystąpić paraliż i/lub problemy, które dotyczą:

- -świadomości własnych akcji
- -obserwacji otoczenia
- -koncentracji, podejmowania inicjatyw, i pamięci

Wiele z tych osób traci zdolność do wykonywania dwóch rzeczy naraz. Każdy może doświadczyć uczucia frustracji będąc zagranicą, nie mogąc się odpowiednio wyśłowić lub nie wiedząc co, dokładnie, osoba mówiąca innym językiem ma na myśli. Nawet w kraju ojczystym możemy tego doświadczyć, na przykład podczas wizyty u lekarza. Jeśli nie znamy zbyt dobrze danego języka obcego, nasze możliwości komunikacji z daną ludnością będą ograniczone i nawet zamówienie odpowiedniego dania w restauracji może stać się kłopotliwe. Osoby cierpiące na afazję borykają się z takimi problemami codziennie, gdyż jest to zaburzenie mowy. Nie ma dwóch osób z afazją, które miałyby identyczne problemy: afazja może wyglądać inaczej u każdego.

Rodzaj afazji oraz to jak jest ona poważna zależą, między innymi, od lokalizacji urazu mózgu oraz od tego jak poważny jest ten uraz, od wcześniejszych umiejętności językowych a nawet od charakteru danej osoby. Niektóre osoby z afazją mogą rozumieć język doskonale lecz mają problemy ze znalezieniem właściwych słów i konstruowaniem zdań. Z drugiej strony, inni mówią dużo lecz jest to mowa trudna albo i nawet niemożliwa do zrozumienia. Te osoby mają też zazwyczaj problem z rozumieniem języka. Umiejętności językowe osoby z afazją leżą zazwyczaj gdzieś pomiędzy tymi dwoma ekstremami. Należy też pamiętać, że ktoś kto cierpi na afazję ma zazwyczaj takie same zdolności intelektualne jak przed wypadkiem! Warto też wspomnieć, że często w trakcie rozwoju afazji może nastąpić nagła poprawa. Całkowity powrót do zdrowia występuje bardzo rzadko. Jednak ćwiczenia, wysiłek oraz silna wola i chęć poprawy mogą sprawić, że pewny postęp zostanie osiągnięty.

Afazja i jej rozwój

Afazji to choroba, której przyczyną jest uraz mózgu. W większości przypadków jest on spowodowany nagłym zaburzeniem krążenia krwi w mózgu. Jest to tzw. udar mózgu, wylew lub zawał mózgu, dawniej zwany także apopleksją. Inną przyczyną afazji może być uraz mózgu spowodowany wypadkiem (np. samochodowym) lub guzem mózgu. Mózg potrzebuje tlenu i glukozy by odpowiednio funkcjonować. Jeżeli jako rezultat udaru lub z innej przyczyny krążenie krwi w pewnej części mózgu zostanie przerwane, komórki mózgowe wokół tego miejsca są niedożywione i zamierają. Mózg człowieka składa się z wielu rejonów, z których każdy ma swoje specyficzne funkcje. Dla większości ludzi rejony mózgu powiązane z użytkowaniem języka (mowa, czytanie itp.) są umieszczone w lewej półkuli mózgowej. W wypadku urazu w obrębie tych rejonów mamy do czynienia z afazją.

Jakie dodatkowe objawy mogą współtowarzyszyć afazji?

Niezwykle rzadko zdarza się by afazja występowała samodzielnie. Najczęściej uraz ma wpływ na większy obszar w mózgu i dotyka wielu innych rejonów co powoduje dodatkowe choroby i objawy. Przykładem współtowarzyszących problemów u osoby z afazją są:

- Hemiplegia (hemi=połowa, plegia=paraliż) czyli tzw. porażenie połowiczne. Jest to zniesienie funkcji ruchowych czy też czucia grupy mięśni po lewej lub prawej stronie ciała. U osób z afazją często występuje prawostronny paraliż.
- Utrata połowy pola widzenia (hemianopsia, hemi=połowa, opsia=widzenie). Najczęściej osoby te widzą wszystko po zdrowej (często lewej) stronie ciała, ale nie widzą po tej stronie, która dotknięta jest paraliżem.
- Niezdolność do wykonywania pewnych złożonych czynności (apraksja, a=nie, praksja=robienie). Proste czynności, które wymagają planowanych ruchów jak ubieranie się, jedzenie czy też picie nagle nie mogą być odpowiednio wykonane. Ktoś kto cierpi na apraksję nie wie, np. jak zgasza się świeczkę kiedy ktoś poprosi go by to zrobił (świadomie planowana czynność). Jednak może on wykonać tę czynność gdy jest ona automatyczna (wykonana nieświadomie), np. wtedy gdy nieświadomie zgasi trzymaną w ręku zapalniczkę by się nie sparzyć.
- Problemy z jedzeniem, pić i przełykaniem (dysfagia, fagia=przełykanie). Z powodu urazu mózgu mięsień dwubrzuścowy i mięśnie przełyku mogą zostać sparaliżowane, nadwrażliwe lub całkowicie niewrażliwe. To sprawia, że jedzenie i picie staje się bardzo trudne. Czasami z powodu paraliżu lub utraty czucia w policzku, ślina może ciec z kącika ust niezauważona.
- Problemy z pamięcią. Język odgrywa ważną rolę przy zapamiętywaniu pewnych informacji. Z tego powodu może się zdarzyć iż pamięć będzie funkcjonowała gorzej niż przedtem. Dobrze jest wtedy notować sobie kluczowe słowa, dzięki czemu
- informacje będą łatwiejsze do zapamiętania.
- Reakcje. Czasami po udarze ludzie reagują inaczej na pewne wydarzenia niż przedtem. Kontrolowanie emocji może stać się trudne. Osoby te śmieją się i płaczą częściej niż zazwyczaj i często wymaga to dużego wysiłku by się powstrzymać lub by przestać.
- Epilepsja (padaczka). Kiedy mózg regeneruje się po urazie, powstaje w nim blizna. Taka blizna może spowodować coś co przypomina krótkie spięcie, tyle że w mózgu. Wtedy mogą wystąpić konwulsje, problemy z oddychaniem oraz utrata przytomności. Jest to tzw. napad padaczkowy i trwa on zaledwie

kilka minut lecz często pojawia się niespodziewanie i bywa straszny zarówno dla tego kogo on dotyka jak i dla członków rodziny.

Powyższa lista współtowarzyszących objawów nie jest kompletna. Symptomy związane z afazją i konsekwencje z nimi związane mogą być inne u każdego człowieka. Każdy z wyżej wspomnianych problemów może ale też nie musi towarzyszyć afazji.

Leczenie

Wiele osób, które cierpią na afazję, zaraz po tym kiedy nastąpił uraz mózgu, musiało być przez pewien czas hospitalizowanych. Jednak należy pamiętać iż po wyjściu ze szpitala, osoby te wymagają dalszego leczenia. Niestety niezawsze wiadomo do kogo zwrócić się o pomoc. Wtedy dobrze jest skonsultować się z lekarzem, który może pomóc ci w znalezieniu specjalisty w twoim regionie. W większości przypadków będzie to logopeda. Czas trwania terapii u logopedy zależy, między innymi, od tego jaki postęp jest poczyniony przy powrocie do zdrowia i od tego jakie są możliwości i regulacje związane z taką właśnie terapią w danym regionie lub kraju.

Wskazówki co do komunikacji

Z powodu afazji zmienia się zdolność do rozumienia języka oraz sposób wysławiania się. Dobrze jest wtedy używać wszelkich pozostałych sposobów komunikacji by przekazać to co chce się powiedzieć. Ktoś z ciężkim przypadkiem afazji często rozumie tylko pewne kluczowe słowa zawarte w zdaniu. Może to prowadzić do nieporozumień, gdyż same słowo kluczowe i wiedza ogólna nie wystarczą by zrozumieć kogoś z kim rozmawiamy. Często też może się nam chwilowo wydawać, że rozumiemy co ktoś z afazją próbuje nam przekazać i vice versa. Jednak po jakimś czasie możemy sobie zdać sprawę iż tak nie jest.

Jeśli chcesz coś wyjaśnić osobie z afazją:

- Po pierwsze, nie śpiesz się. Poświęć trochę czasu tej rozmowie, usiądź wygodnie i pamiętaj o kontakcie wzrokowym. • Jeśli boisz się, że rozmowa będzie zbyt trudna możesz zacząć od czegoś prostego, np. powiedziec coś o sobie. Później możesz zacząć zadawać pytania, z początku najlepiej takie na które znasz już odpowiedź. W ten sposób zobaczysz jak wiele rozumie osoba, z którą rozmawiasz.
- Mów powoli i krótkimi zdaniami. Podkreślaj kluczowe słowa w zdaniu.
- Zapisz kluczowe słowa. Powtórz to co chcesz przekazać i daj zapisane słowa do przeczytania osobie, z którą rozmawiasz. Osoba ta może użyć tego, by przypomnieć sobie temat rozmowy lub by ci później coś przekazać.
- Pomóż osobie cierpiącej na afazję z jej problemami w rozumieniu i wysławianiu się poprzez gestykulowanie, rysowanie, wskazywanie palcem, pisanie oraz poproś tę osobę, aby robiła to samo podczas rozmowy. Można też spróbować użyć małego słownika kieszonkowego.

Jeśli osoba z afazją chce ci coś powiedzieć:

Z początku należy wyjaśnić o kogo chodzi, co się dzieje lub działo, i gdzie i kiedy to wydarzenie miało miejsce. Jest bardzo ważne, by zadawać odpowiednie pytania, być kreatywnym i jak najbardziej systematycznym jak jest to możliwe. Dobrze jest dopytać się o coś zadając pytania wielokrotnego wyboru i pomóc podając możliwe odpowiedzi.

Pomoc w porozumiewaniu się

W wielu krajach istnieją specjalne książki z obrazkami i słowa, na które wskazując palcem łatwiej jest coś wyjaśnić i przekazać co ma się do powiedzenia. Skonsultuj się z lekarzem lub logopedą i zapytaj czy takie środki pomocnicze są dostępne w twoim kraju. Jeśli nie, możesz sam zrobić taką książeczkę. Możesz w nią wklejać obrazki lub zdjęcia, rysować i umieścić tam niezbędne słownictwo ważne dla danej osoby cierpiącej na afazję. W ten sposób łatwiej będzie wam rozmawiać o pewnych wydarzeniach, osobach czy też nawet uczuciach. Kiedy rozmawiasz z kimś kto cierpi na afazję używając takiej właśnie książeczki możecie wspólnie szukać obrazków lub słów, które reprezentują kluczowe koncepty danej rozmowy. Pamiętaj też, by zawsze mieć ze sobą kartkę i długopis. Możesz wtedy zapisać listę słów w kolejności tematów, by łatwiej było nadażyć za tokiem rozmowy i zapamiętać jej temat.

Wszystko można przezwyciężyć

Prowadzenie rozmowy przy afazji wymaga czasu i cierpliwości. Pomimo podążania za wyżej wymienionymi wskazówkami może się zdarzyć iż nadal nie będziecie się dobrze rozumieć. Pozwól odpocząć tej osobie i spróbuj później. Być może uda ci się następnym razem!

Dodatkowe informacje

Na stronie internetowej Międzynarodowego Związku Afazji (Association Internationale Aphasie- AIA) możesz znaleźć więcej informacji związanych z afazją w wielu różnych językach: www.aphasia-international.com. Tu znajdziesz też linki do narodowych związków i stowarzyszeń afazji, które mogą dostarczyć dodatkowych informacji. Misją tej strony jest zwrócić uwagę na taki problem jak afazja i stymulować powstawanie grup i stowarzyszeń osób cierpiących na afazję, by umożliwić im kontakt z innymi osobami mającymi tę samą dolegliwość oraz zapobiec izolacji osób z afazją od reszty społeczeństwa