

Association Internationale Aphasie (AIA)

Τι είναι η αφασία;

Ίσως έχετε ή μπορεί και όχι ακούσει ποτέ τη λέξη «ΑΦΑΣΙΑ» στο παρελθόν.

Όταν ακούτε τη λέξη για πρώτη φορά, μπορεί να έρχονται στο μυαλό σας πολλές ερωτήσεις, όπως:

Τι είναι η αφασία; Τι την προκαλεί; και Ποιες δυσκολίες μπορεί να συνοδεύουν την αφασία;

Τι είναι η αφασία;

Κάθε άνθρωπος χρησιμοποιεί τη γλώσσα την επικοινωνία. Η συζήτηση, η εύρεση των λέξεων, η κατανόηση, η ανάγνωση, η γραφή και οι χειρονομίες αποτελούν μέρος της καθημερινής μας γλώσσας. Ωστόσο, εάν λόγω εγκεφαλικής βλάβης η χρήση της γλώσσας σταματήσει να λειτουργεί σωστά, αυτό ονομάζεται αφασία.

Αφασία - Α (= το στερητικό «α», εκφράζει έλλειψη ή απουσία) + φημί (= ομιλώ), συνεπώς, σημαίνει ότι κάποιος δεν μπορεί πλέον να πει τι θέλει με τον τρόπο που έκανε πριν από το συμβάν. Η αφασία είναι μια γλωσσική διαταραχή. Το άτομο με αφασία (AMA) δεν μπορεί πλέον να χρησιμοποιεί τη γλώσσα «κανονικά».

Εκτός από τη γλωσσική διαταραχή, ένα άτομο με αφασία μπορεί επίσης να παραλύσει από τη μία πλευρά και/ ή μπορεί να έχει προβλήματα σε σχέση με τις εκούσιες ενέργειες, την παρατήρηση του περιβάλλοντος, τη συγκέντρωση, την ανάληψη πρωτοβουλίας και προβλήματα στη μνήμη.

Ένα άτομο με αφασία μπορεί να μην μπορεί πλέον να κάνει δύο πράγματα ταυτόχρονα. Τα άτομα με αφασία μπορεί να ενοχληθούν κατά τη διάρκεια των διακοπών τους στο εξωτερικό επειδή δεν είναι σε θέση να δηλώσουν ακριβώς τι εννοούν ή επειδή δεν κατανοούν πλήρως τι τους λέει κάποιος άλλος. Ακόμη και σε χώρες στις οποίες το άτομο με αφασία γνωρίζει καλά τη γλώσσα, μπορεί να το βιώσει αυτό όταν για παράδειγμα επισκέπτεται έναν γιατρό. Σε χώρες στις οποίες το άτομο με αφασία κατέχει τη γλώσσα λιγότερο καλά, οι δυνατότητες επικοινωνίας με τον τοπικό πληθυσμό μπορούν να γίνουν ακόμα πιο περιορισμένες και το άτομο με αφασία μπορεί να μην μπορεί καν να παραγγείλει το φαγητό που θα ήθελε πραγματικά να φάει. Τα άτομα με αφασία αντιμετωπίζουν αυτά τα προβλήματα σε καθημερινή βάση.

Δεν υπάρχουν δύο άτομα που πάσχουν από αφασία και έχουν τις ίδιες ακριβώς δυσκολίες: Η αφασία είναι διαφορετική για κάθε άτομο. Η σοβαρότητα και το εύρος της αφασίας εξαρτάται, μεταξύ άλλων, από τη θέση και τη σοβαρότητα της εγκεφαλικής βλάβης, την προηγούμενη γλωσσική ικανότητα του ατόμου και την προσωπικότητά του. Μερικά άτομα με αφασία μπορούν να καταλάβουν καλά τη γλώσσα, αλλά δυσκολεύονται να βρουν τις σωστές λέξεις ή να φτιάξουν προτάσεις. Από την άλλη, κάποιοι μιλούν πολύ, αλλά αυτό που λένε δεν είναι κατανοητό. Αυτά τα άτομα έχουν συχνά μεγάλη δυσκολία στην κατανόηση της γλώσσας. Η γλωσσική ικανότητα των περισσότερων ατόμων με αφασία βρίσκεται κάπου μεταξύ αυτών των δύο άκρων.

Η αφασία είναι μια γλωσσική διαταραχή που δεν επηρεάζει τη νοημοσύνη! Σχεδόν πάντα παρατηρείται κάποια αυθόρμητη ανάκαμψη των γλωσσικών ικανοτήτων τους πρώτους έξι μήνες μετά το συμβάν. Ωστόσο, η ανάρρωση είναι σπάνια και ποτέ πλήρης. Εντούτοις, με εντατική εξάσκηση, προσπάθεια και επιμονή, μπορεί να επιτευχθεί βελτίωση.

Αιτίες της αφασίας

Η αφασία είναι το αποτέλεσμα εγκεφαλικής βλάβης. Η προέλευση τέτοιων εγκεφαλικών βλαβών οφείλεται κυρίως διαταραχή της κυκλοφορίας του αίματος. Μια τέτοια διαταραχή μπορεί να είναι ένα εγκεφαλικό επεισόδιο. Σε ιατρικούς όρους ονομάζεται ΑΕΕ σε συντομία για Αγγειακό (= αιμοφόρο αγγείο) Εγκεφαλικό (= εγκέφαλος) Επεισόδιο. Άλλες αιτίες αφασίας είναι για παράδειγμα ένα τραύμα (τραυματισμός στον εγκέφαλο ως αποτέλεσμα π.χ. ατυχήματος με αυτοκίνητο ή ένας όγκος στον εγκέφαλο).

Ο εγκέφαλος χρειάζεται οξυγόνο και γλυκόζη για να λειτουργήσει σωστά. Εάν ως αποτέλεσμα ενός ΑΕΕ η κυκλοφορία του αίματος στον εγκέφαλο έχει διαταραχθεί, τότε τα εγκεφαλικά κύτταρα μπορούν να καταστραφούν σε αυτή τη συγκεκριμένη τοποθεσία. Στον εγκέφαλο, υπάρχουν περιοχές με διαφορετικές, συγκεκριμένες λειτουργίες. Για τους περισσότερους ανθρώπους οι περιοχές για τη χρήση της γλώσσας βρίσκονται στο αριστερό μισό του εγκεφάλου. Σε περίπτωση τραυματισμού σε αυτές τις γλωσσικές περιοχές το αποτέλεσμα μπορεί να είναι η αφασία.

Ποια πρόσθετα συμπτώματα ή προβλήματα μπορεί να έχει ένα άτομο με αφασία;

Σπάνια συμβαίνει κάποιος να πάσχει μόνο από αφασία. Συχνά επηρεάζονται και άλλες περιοχές του εγκεφάλου. Παραδείγματα επιπρόσθετων προβλημάτων είναι: **ημιπληγία** (ημι = μισό, πλήττω = πλήσσω - χτυπώ). Για τα άτομα με αφασία αυτή είναι συχνά η δεξιά πλευρά του σώματος. Οι μύες στη μία πλευρά του σώματος μπορούν επίσης να επηρεαστούν, ή ως αποτέλεσμα της εγκεφαλικής βλάβης, οι μύες μπορεί να μην συνεργάζονται πια καλά. Ένα άλλο έλλειμμα είναι η **ημιανοψία** (ημίση = μισή, α=έλλειψη, όψη=όψεις-μορφή, αυτό που βλέπουμε). Οι περισσότεροι άνθρωποι βλέπουν τι βρίσκεται στο μισό σώμα της υγιούς πλευράς τους, αλλά όχι τα πράγματα που βρίσκονται στην προσβεβλημένη πλευρά τους.

Μπορεί επίσης να υπάρξει περίπτωση όπου ορισμένες ενέργειες δεν μπορούν να εκτελεστούν και ονομάζεται **απραξία** (α= το στερητικό «α», εκφράζει έλλειψη ή απουσία, πράττω=ενεργώ). Απλές δράσεις όπως το ντύσιμο και το φαγητό μπορεί ξαφνικά να επηρεαστούν και το άτομο να μην μπορεί να εκτελέσει αυτές τις δραστηριότητες, ιδίως όταν τους ζητηθεί. Κάποιος που έχει απραξία, για παράδειγμα, δεν ξέρει πώς να σβήσει ένα κερί, εάν του ζητηθεί να το κάνει (συνειδητή δράση), ενώ μπορεί αυθόρμητα να φυσήσει για να σβήσει το κερί, εάν κινδυνεύει να κάψει τα δάχτυλά του.

Ένα άτομο με αφασία μπορεί επίσης να έχει προβλήματα με το φαγητό, το ποτό και την κατάποση, **δυσφαγία** (-δυσ = όχι καλά, κάτι που γίνεται με κόπο, φαγία= έφαγον, το να τρώει κάποιος με τον τρόπο ή στο βαθμό που δηλώνει το α' συνθετικό). Λόγω της εγκεφαλικής βλάβης, οι διαγαστρικοί και οι μύες της κατάποσης μπορούν να παραλύσουν, να είναι πιο ευαίσθητοι, ή ακόμα και χωρίς αίσθηση. Αυτό καθιστά τη σίτηση και τη κατάποση δύσκολο έργο. Λόγω της παράλυσης και της απώλειας της αίσθησης στο ένα μέρος του μάγουλου, το σάλιο μπορεί να στάζει από τη γωνία του στόματος του ατόμου απαρατήρητο.

Τα **προβλήματα μνήμης** είναι ένα άλλο σύμπτωμα. Όταν θυμάστε πληροφορίες η γλώσσα παίζει σημαντικό ρόλο. Λόγω των γλωσσικών προβλημάτων η μνήμη του ατόμου φαίνεται να λειτουργεί λιγότερο καλά. Επομένως, πρέπει να γράψει κάπου μερικές λέξεις κλειδιά. Αυτό καθιστά ευκολότερο για κάποιον που πάσχει από αφασία να θυμάται πράγματα.

Αντιδρώντας διαφορετικά: Μερικές φορές ένα άτομο με αφασία μπορεί να αντιδράσει εντελώς διαφορετικά σε γεγονότα αφού υποστεί εγκεφαλικό επεισόδιο, σε σχέση με πριν. Ο έλεγχος των συναισθημάτων μπορεί να γίνει πιο δύσκολος. Είναι πιθανό κάποιος να γελάει και κλαίει πιο συχνά

και ή να μην μπορεί να σταματήσει να γελάει. Είναι επίσης πιθανό να του κοστίζει περισσότερη προσπάθεια να σταματήσει να αντιδρά με έναν συγκεκριμένο τρόπο.

Επιληψία: Όταν ο εγκέφαλος ανακάμψει από τραυματισμό, δημιουργείται ουλώδης ιστός στην πληγείσα περιοχή. Μερικές φορές αυτός ο ουλώδης ιστός μπορεί να προκαλέσει βραχυκύκλωμα, για παράδειγμα, μέσα στον εγκέφαλο. Ως αποτέλεσμα αυτού, το σώμα συγκλίνει και το άτομο συχνά έχει δυσκολία στην αναπνοή και μπορεί να χάσει τις αισθήσεις του. Μια τέτοια επιληπτική κρίση μπορεί να διαρκέσει λίγα λεπτά περίπου, αλλά έρχεται συχνά απροσδόκητα και ο φόβος για το άτομο που πάσχει από αυτό - καθώς και για τα μέλη της οικογένειας - είναι συχνά μεγάλος. Ο παραπάνω κατάλογος συνοδευτικών συμπτωμάτων και δυσκολιών δεν είναι καθόλου πλήρης.

Τα συμπτώματα αφασίας και οι πρόσθετες δυσκολίες είναι διαφορετικές για κάθε άνθρωπο. Τα προαναφερόμενα προβλήματα μπορεί να προκύψουν σε συνδυασμό με αφασία ή όχι.

Θεραπεία για την αφασία

Πολλοί άνθρωποι που πάσχουν από αφασία νοσηλεύονται για αρκετό καιρό. Η παραμονή στο νοσοκομείο γίνεται αφού συμβεί η εγκεφαλική βλάβη. Μετά το εξιτήριο από το νοσοκομείο, πολλοί ασθενείς με αφασία χρειάζονται περαιτέρω θεραπεία. Δεν είναι πάντα ξεκάθαρο σε ποιον μπορεί να απευθυνθούν για βοήθεια. Συμβουλευτείτε το γιατρό που σας θεραπεύει σχετικά με τις δυνατότητες που υπάρχουν στην περιοχή. Η θεραπεία για την αφασία παρέχεται σχεδόν πάντα από λογοθεραπευτές. Οποιοσδήποτε πάσχει από αφασία είναι κατάλληλος για λογοθεραπεία. Η διάρκεια της θεραπείας συνδέεται με τον ρυθμό ανάρρωσης από την αφασία.

Οδηγίες επικοινωνίας

Λόγω της αφασίας, ο τρόπος με τον οποίο κάποιος εκφράζεται ή καταλαβαίνει κάτι αλλάζει. Κάνοντας την καλύτερη δυνατή χρήση των τρόπων επικοινωνίας, τα άτομα εξακολουθούν να μπορούν να εκφράζονται. Κάποιος με σοβαρή αφασία συχνά καταλαβαίνει μόνο τις πιο σημαντικές λέξεις από μια πρόταση. Κατανοεί δηλαδή μόνο τις «λέξεις κλειδιά». Η κατανόηση των λέξεων-κλειδιά μπορεί να προκαλέσει παρεξηγήσεις, καθώς ο συνδυασμός των λέξεων-κλειδιά μπορεί να παραμείνει διφορούμενος και τα άτομα ενδέχεται να μην μοιράζονται την ίδια άποψη. Σαν αποτέλεσμα το μήνυμα μπορεί να παρεξηγηθεί.

- Εάν θέλετε να επικοινωνήσετε με ένα άτομο με αφασία, πρέπει να «αφιερώσετε χρόνο» και «να δώσετε χρόνο» στη συνομιλία. Καθίστε, χαλαρώστε, νιώστε άνετα και διατηρήστε βλεμματική επαφή
- Εάν δεν είστε διατεθειμένοι να κάνετε μια μακρά συνομιλία με ένα άτομο με αφασία, τότε πείτε κάτι απλό για τον εαυτό σας και στη συνέχεια, κάντε ερωτήσεις στις οποίες γνωρίζετε ήδη την απάντηση.
- Μιλήστε αργά και με σύντομες προτάσεις και τονίστε τις πιο σημαντικές λέξεις στην πρόταση.
- Γράψτε τις πιο σημαντικές λέξεις. Επαναλάβετε το μήνυμα και δείξτε στο άτομο με αφασία ό, τι έχετε γράψει, εάν μπορεί να διαβάσει. Το άτομο με αφασία μπορεί να το χρησιμοποιήσει ως υπενθύμιση ή ως μέσο επικοινωνίας.
- Παρέχετε βοήθεια σε ένα άτομο με αφασία αφού του δώσετε το χρόνο να βρει τις λέξεις μόνος του. Με το δίνετε συνέχεια «βοήθεια» δεν είναι χρήσιμο. Μπορεί να αποθαρρύνει το άτομο με αφασία. Εάν το άτομο με αφασία ρωτήσει ή κάνει χειρονομίες πως χρειάζεται βοήθεια τότε, δώστε τις πληροφορίες σε αυτόν.
- Όταν μιλάει για τον εαυτό του, η υπόδειξη, η χειρονομία, το σχέδιο ή η γραφή μπορούν να χρησιμοποιηθούν για τη διευκόλυνση της συνομιλίας.

- Ρωτήστε αν μπορεί να δείξει, να χειρονομήσει, να σχεδιάσει ή να γράψει κάτι. Μπορείτε επίσης να κάνετε αναζήτηση μαζί σε ένα λεξικό τσέπης ή σε ένα βιβλίο επικοινωνίας.

Εάν ένα άτομο με αφασία θέλει να σας πει κάτι, οι ακόλουθες συμβουλές μπορεί να σας βοηθήσουν:

Πρώτα πρέπει να είναι σαφές ποιον αφορούν, τι συμβαίνει ή έχει συμβεί, και πιθανώς που ή πότε το συμβάν συμβαίνει ή συνέβη. Είναι πολύ σημαντικό να κάνετε τις σωστές ερωτήσεις, να είναι εφευρετικές και να προχωράτε βήμα-βήμα. Προσπαθήστε να κάνετε απλές ερωτήσεις και να δίνεται μια σύντομη λίστα με τις πιθανές απαντήσεις από τις οποίες το άτομο με αφασία μπορεί να επιλέξει.

Βοηθήματα επικοινωνίας: Σε πολλές χώρες υπάρχουν ειδικά βιβλία ή εφαρμογές που δείχνουν εικόνες σε tablet με λέξεις και σχέδια ζωγραφικής. Δείχνοντας λέξεις ή σχέδια μπορεί κανείς να λάβει το μήνυμα και να καταστήσει σαφές τι σημαίνει. Συμβουλευτείτε το γιατρό σας ή έναν λογοθεραπευτή σχετικά με τα διαθέσιμα βοηθήματα στη χώρα σας. Εάν δεν συμβαίνει αυτό, μπορείτε να φτιάξετε ένα βιβλίο επικοινωνίας μόνοι σας. Σε αυτό μπορείτε να συμπεριλάβετε εικόνες ή εικόνες και λέξεις που είναι σημαντικές για την επικοινωνία με το άτομο με αφασία. Με αυτόν τον τρόπο μπορεί να πραγματοποιηθεί μια συζήτηση για γεγονότα και μπορούν να εκφραστούν συναισθήματα.

Κατά την επικοινωνία με ένα άτομο με αφασία μέσω ενός τέτοιου βιβλίου επικοινωνίας, μπορείτε να δοκιμάσετε και να αναζητήσετε μαζί έννοιες που είναι σημαντικές για τη συζήτηση. Βεβαιωθείτε ότι έχετε ένα στυλό και χαρτί στο χέρι. Στη συνέχεια, μπορείτε να γράψετε κάτω τις πιο σημαντικές λέξεις από τη συνομιλία μεταξύ σας, έτσι ώστε να είναι πιο εύκολο να ακολουθήσετε και θυμηθείτε το περιεχόμενο της συνομιλίας.

Η υπομονή κατακτά τα πάντα! Η συζήτηση με τα άτομα με αφασία απαιτεί πολύ χρόνο και υπομονή. Παρά τις προαναφερθείσες συμβουλές υπάρχει περίπτωση να μην καταλαβαίνετε πραγματικά ο ένας τον άλλον. Σε αυτήν την περίπτωση, κάντε ένα σύντομο διάλειμμα και μετά προσπαθήστε ξανά αργότερα να εκφραστείτε. Πιθανότατα θα είστε πιο επιτυχημένοι! Περισσότερες πληροφορίες είναι διαθέσιμες στον ιστότοπο του Association Internationale Aphasie (AIA). Εκεί μπορείτε να βρείτε περισσότερες πληροφορίες για την αφασία σε διάφορες γλώσσες: www.aphasia-international.com.

Εδώ θα βρείτε επίσης συνδέσμους για εθνικούς συλλόγους αφασίας με πληροφορίες που παρέχονται στις διάφορες γλώσσες. Ο στόχος αυτής της ιστοσελίδας είναι να κάνει τους ανθρώπους σε όλο τον κόσμο να δώσουν προσοχή στην αφασία και να τονώσει την ίδρυση ομάδων επαφών για άτομα με αφασία, και έτσι να τους επιτρέψει να συμμετέχουν πληρέστερα στην καθημερινή ζωή και στην κοινωνία και να αποφευχθεί η απομόνωση τους.

Το Aphasia Cyprus Team (TACT) δηλ το Cyprus Stroke Association σε συνεργασία με το Τμήμα Επιστημών του ΤΕΠΑΚ, τρέχουν ομάδες επικοινωνίας και συζήτησης για επιζώντες εγκεφαλικού επεισοδίου TACT, τόσο με φυσική παρουσία, τόσο και διαδικτυακά. Μπορείτε να βρείτε πληροφορίες στο <https://stroke.org.cy> και στο <https://www.facebook.com/strokecyprus/>

The Aphasia Cyprus Team (TACT) i.e. the Cyprus Stroke Association in collaboration with the Rehabilitation Science Department of Cyprus University of Technology, run communication and discussion groups, for stroke survivors both in physical presence and online. You can access information at <https://stroke.org.cy> and at <https://www.facebook.com/strokecyprus/>