



## Association Internationale Aphasie (AIA)

### **Mis on afaasia?**

Ilmselt seisite esmakordselt afaasiaga silmitsi juba mõnda aega tagasi. Seoses afaasiaga tekib Teil mitmeid küsimusi: *mis see afaasia on, kuidas see tekib, mida see endaga kaasa toob?*

### **Mis on afaasia?**

Iga inimene kasutab keelt. Kõnelemine, õigete sõnade leidmine, arusaamine, lugemine, kirjutamine ja žestikuleerimine - kõik see osaleb meie keele kasutamise protsessis. Kui aju kahjustuse tagajärjel üks või mitu neist keele komponentidest enam ei funktsioneeris, siis nimetatakse tekkinud olukorda afaasiaks. Afaasia – A (=mitte) *phasis* (=rääkimine) tähendab seega, et inimene ei saa enam väljendada seda, mida tahab. Inimene ei oska enam keelt kasutada. Lisaks afaasiale võivad esineda halvatused ning muud probleemid:

- -Teadlik tegutsemine
- -ümbritseva jälgimine
- -kontsentreerumine, algatusvõime, mälu

Inimesed ei suuda enam üheaegselt mitut asja teha

Paljud meist on välismaal puhkuse ajal olles häiritud sellest, et ei suuda end piisavalt täpselt väljendada või ei suuda teiste inimeste kõnest piisavalt aru saada. Isegi riikides, kus me kohalikku keelt oskame, võib meil siiski ette tulla probleeme näiteks arsti külastades. Riikides, kus me keelega kehvemini toime tuleme, vähenevad meie suhtlemise võimalused kohalikega ja meil ei pruugi õnnestuda isegi restoranist meelepärase toidu tellimine. Inimesed, kellel on afaasia, kogevad sarnaseid probleeme iga päev. Afaasia on seetõttu keele probleem. Ei ole olemas kahte inimest, kelle probleemid afaasia tõttu on täpselt samad: afaasia on igaühel erinev. Afaasia raskusaste ja ulatus sõltuvad muuhulgas kahjustuse asukohast ajus ja selle ulatusest, eelnevast keelelisest võimekusest ja inimese iseloomust. Mõned afaasiaga inimesed saavad kõnest väga hästi aru, aga neil on probleeme õigete sõnade leidmisega ja lausete kokku panemisega. Teised aga räägivad palju, ent nende kõne on vestluspartnerile raskesti mõistetav või üldse mitte arusaadav. Sellistel juhtudel on ka afaasiaga inimesel endal väga raske ümbritsevate kõnest aru saada. Enamiku afaasiaga inimeste keeleline kompetents jääb kuhugi nende kahe äärmuse vahele. Pane tähele: afaasiaga inimesel on üldiselt kogu tema intellektuaalne võimekus siiski kasutada! Tavaliselt esineb afaasia korral mingil määral ka spontaanne taastumine. See taastumine on aga harva täielik. Siiski, rohke harjutamise, pingutamise ja kordamisega on paranemine mingil määral võimalik.

### **Afaasia tekkimine**

Afaasia tekib ajukahjustuse tagajärjel. Ajukahjustuse põhjuseks on kõige sagedamini veresoon(t)e häire. Muuhulgas insult, tserebraalne hemorraagia, ajuinfarkt või -rabandus. Inglise keeles kutsutakse seda

meditsiinilises terminoloogias CVA (tserebro-vaskulaarne juhtum). Veel võib afaasiat põhjustada näiteks trauma (näiteks liiklusavarii korral tekkinud ajutrauma) või ajukasvaja.

Meie aju vajab funktsioneerimiseks hapnikku ja glükoosi. Kui ajuvereringe on mingil põhjusel häiritud, siis ajurakud selles piirkonnas surevad. Ajus vastutavad erinevad osad erinevate funktsioonide eest. Alad, mis vastutavad kõne eest, asuvad suuremal osal inimestest vasakus ajupoolkeras. Kui kahjustus on nendes piirkondades, saame rääkida afaasiast.

## Millised probleemid võivad lisanduda?

Juhtub harva, et kellelgi esineb vaid afaasia ilma muude komplikatsioonideta. Tihtilugu saavad kahjustada ka muud piirkonnad ajus.

Lisaks afaasiale võib juhtuda, et patsiendil on:

- ühe kehapoole halvatus (hemipleegia). Afaasiaga kaasneb sageli parema kehapoole halvatus. Selle kehapoole lihaste töö on häiritud ja need ei funktsioneerid enam piisavalt hästi.
- osaline silmanägemine (hemianopsia). Sellisel juhul näevad inimesed enamikku, mis jääb nende tervema kehapoole suunas, ent ei näe esemeid, mis asetsevad nende kahjustada saanud kehapoole suunas.
- apraksia ei tea enam kuidas teatud tegevusi sooritada. Lihtsad tegevused nagu söömine, riietumine, joomine enam järsku ei õnnestu. Apraksia korral ei suuda inimene näiteks käsu peale küünalt ära puhuda (teadlik tegevus), aga olukorras kus põlev tikk hakkab juba näppu kõrvetama suudab inimene spontaanselt tiku ära puhuda.
- probleemid söömise, joomise ja neelamisega (düsfaagia). Ajukahjustuse tõttu võivad neelamisprotsessis osalevad lihased saada kahjustatud, olles näiteks alatundlikud või ülitundlikud. See muudab söömise ja joomise raskeks ülesandeks. Halvatuse tõttu ja võimaliku tundeäire tõttu ühes põses, võib esineda süljevoolu ühest suunurgast, mida inimene ise ei tunnegi.
- mälu probleemid. Informatsiooni säilitamise juures mängib keel olulist rolli. Keeleprobleemide tõttu näib mälu kehvemini töötavat. Seetõttu pange alati kirja paar märksõna, mis muudab meeldejätmise /meeldetuletamise afaasiaga inimesele lihtsamaks.
- teistsugune reageerimine. Mõnede inimeste käitumine võib pärast insulti muutuda. Emotsioonide väljendamine ja/või kontrollimine on endisest raskem. Võib juhtuda, et inimene naerab või nutab endisest sagedamini. Ja võib juhtuda, et naermist ja nutmist on raske lõpetada.
- epilepsia. Aju taastumisprotsessi käigus tekib armkude. Vahel moodustab armkude ajus nõ. lühikese ringi. Seetõttu tõmbub keha krampi, võib tekkida hingamise raskus ja teadvuse kadumine. Selline epilepsiahoog kestab tavaliselt mõne minuti. See saabub reeglina ootamatult, mistõttu on see inimesele endale ja ka ümbritsevatele sageli hirmutav.

Väljatoodud nimekiri ei ole kindlasti mitte täielik. Afaasia sümptomid ja lisanduvad probleemid on igal inimesel erinevad. Kõik eelpool mainitud probleemid *võivad* kaasneda afaasiaga, aga *ei pruugi*.

## Afaasia ravi

Paljud inimesed, kellel on afaasia, on vähemalt mõnda aega haiglas olnud. Hospitaliseerimine leiab tavaliselt aset vahetult peale ajukahjustust. Peale haiglast välja kirjutamist vajab suur osa inimesi siiski edasist kõneravi. Alati ei ole selge kelle poole nad oma murega pöörduda saavad. Palun konsulteerige oma raviarstiga edasise ravi võimalikkusest. Kõneravi teostab peaaegu alati logopeed. Põhimõtteliselt on iga afaasiaga patsient sobilik kõneraviks. Kõneravi kestus on seotud paranemise protsessiga ja konkreetse riigi võimalustega ning seadustega.

## Soovitused suhtlemiseks

Afaasia tõttu muutub inimese eneseväljendamise ja teistest arusaamise viis. Valides säilinud suhtlemise võimalustest parima, saab ikka afaasiaga inimesega suhelda. Raske afaasia korral saab inimene võibolla ainult kõige tähtsamatest lause osadest aru. Ta võib mõista ainult nõ. võtmesõnu. Tihti muutub afaasiaga inimese jaoks seetõttu lause sisu, sest võtmesõnad kombineeritult üldarusaamadega võivad lause tähendust hoopis muuta. Vahel tundub, et me oleme afaasiaga inimesega teineteisest kenasti aru saanud. Alles hilisemast reaktsioonist võib selguda, et see ei olnud üldsegi nii.

## Kui sa tahad afaasiaga inimesele midagi öelda, siis

- Esiteks, varu vestluseks aega. Istu rahulikult ja püüa saavutada silmside. -Kui sa kardad vestlust alustada, siis ütle algul midagi lihtsat enese kohta ja küsi küsimusi, millele sa vastust juba tead. -Räägi mõõdukas tempos ja lühikeste lausetega,

rõhutades lauses tähtsamaid sõnu.

- Kirjuta kõige tähtsamad sõnad paberile. Korda ütlust ja anna afaasiaga inimese kätte paber, millele sõnad kirjutasid. Ta saab seda kasutada justkui meeldetuletust või abi suhtlemisel.
- Aita afaasiaga inimest suhtlemisel osutamise, žestikuleerimise, joonistamise ja/või kirjutamise teel. Ja palu ka temal võimaluse korral osutada, žestikuleerida, joonistada või kirjutada. Otsige koos sõnaraamatust või suhtlemisraamatust vajalikku infot.

### **Kui afaasiaga inimene tahab sulle midagi öelda, siis**

Esiteks tuleb selgeks teha keda jutt puudutab, mis juhtub või on juhtunud ja võimaluse korral kus või millal see juhtub või juhtus. Väga tähtis on küsida õigeid küsimusi, olla leidlik ja liikuda edasi nii süstemaatiliselt kui võimalik. Püüa alati küsida vastuse variantidega küsimusi, kus nimetad kõrvuti ära mõlemad võimalused.

### **Suhtlemisabivahendid**

Paljudes riikides on kasutusel spetsiaalsed piltidele osutamise raamatud koos sõnade ja joonistustega. Sõnadele või piltidele osutades saab selgeks teha mida vestluspartner mõtleb. Konsulterige oma arsti või logopeediga kas ka Teie riigis on vastavad võimalused olemas. Kui selline variant puudub, saab sellise abivahendi ka ise koostada. Sinna võib paigutada pildid, visandid või sõnad, mis on just konkreetsele afaasiaga inimesele tähtsad. Sellisel moel saab rääkida erinevatest sündmustest ja siduda need tunnetega. Afaasia inimesega sellise raamatu abil suheldes võite proovida koos vaadata ja otsustada, mis just antud vestluse juures vajalik on. On hea kui pliiats ja paber oleksid käepärast. Kõige tähtsamad sõnad võite üksteise alla välja kirjutada, et oleks parem jälgida ja jutu sisu meeles pidada.

### **Kannatlikkus on võidu võti**

Vestlus afaasiaga inimesega nõuab palju aega ja kannatlikkust. Vaatamata eespool loetletud nõuannetele võib siiski juhtuda, et te ei mõista teineteist. Puhake natuke ja proovige hiljem uuesti, ilmselt õnnestub see teine kord juba paremini!

### **Lisainfo**

AIA (Association Internationale Aphasie) kodulehel Internetis leiate Te afaasia kohta lisainfot erinevates keeltes: [www.aphasia-international.com](http://www.aphasia-international.com). Siit leiate ka linke rahvuslike afaasia organisatsioonide kodulehtedele, mis pakuvad infot vastava riigi emakeeles. Selle kodulehe eesmärk on afaasiat ja sellega kaasnevat enam teadlikustada ning stimuleerida kaaskannatajate heaks kontaktgruppide loomist, et vältida afaasiaga inimeste isoleeritusse sattumist.