

## گھر سے باہر جانے کی خواہش

ڈیمینشیا میں مبتلا بعض افراد کو یہ سمجھنے میں دشواری ہو سکتی ہے کہ موجودہ وبا کے دوران انہیں ہر وقت گھر کیوں رہنا پڑتا ہے۔ یا جس جگہ پر وہ رہ رہے ہیں اس کو اپنا گھر سمجھنے میں بھی دشواری پیش آسکتی ہے۔ یہ صورت حال خاص طور پر غروب آفتاب کے وقت زیادہ خراب ہو سکتی ہے اور اس کیفیت کو جھگڑنے کی الجھن (سن ڈاؤنگ) کہا جاتا ہے۔ ہمارے ساتھ نگہداشت کرنے والوں کو مندرجہ ذیل طریقوں سے کامیابی ملی۔ ان طریقوں کو اپنا کر وہ ڈیمینشیا میں مبتلا افراد کی مدد کرتے ہیں کہ وہ زیادہ آرام دہ محسوس کریں اور گھر چھوڑنے کی طرف مائل نہ ہوں۔

1- بیگز اور کوٹ دروازے کے پاس رکھنے کی بجائے الماریوں میں رکھیں۔ ان چیزوں کو دیکھ کر ڈیمینشیا میں مبتلا فرد کی گھر سے باہر جانے کی خواہش بڑھ جاتی ہے اور وہ سمجھتے ہیں کہ وہ گھر سے باہر جانے کے لیے تیار ہیں۔

2- جب کبھی مناسب ہو دروازے پر پردہ چڑھا دیں۔ دروازے کو چھانے سے ڈیمینشیا والے افراد میں اس کو کھولنے کی خواہش کم ہو جائے گی۔

3- ڈیمینشیا والے افراد کو روزمرہ کے کاموں میں شامل کریں۔ تہہ کرنے، دھونے اور ٹیبل لگانے میں ان سے مدد لیں۔ اس سے وہ اپنے آپ کو گھر کا حصہ سمجھتے ہیں۔ ان کی مدد کا شکریہ ادا کرنے سے بھی وہ اچھا محسوس کریں گے۔ ان باتوں سے ان کو پر اطمینان رکھنے میں مدد ملے گی اور ان کی گھر سے نکلنے کی خواہش میں کمی ہوگی۔

4- اس شخص سے پوچھیں کہ وہ کہاں جانا چاہتا ہے اور اس کی بات کو توجہ سے سنیں۔ پرانے گھروں کے متعلق بات کرنے سے اور وہاں کی یادداشتوں کے حوالے سے بات کرنے سے وہ پر اعتماد محسوس کریں گے۔

اگر آپ کو کسی مدد یا رہنمائی کی ضرورت ہے یا کسی ایسے شخص سے بات کرنا چاہتے ہیں جو آپ کی صورتحال کو سمجھتا ہو، تو ایسے میں ڈیمینشیا فرینڈلی کھیلنے کو رونا وائرس کے بحران میں بھی ہفتے کے سات دن آپ کی مدد کے لیے حاضر ہے۔ روزانہ دس بجے سے دو بجے کے درمیان ہمیں 07452 773788 پر کال کریں۔ ان اوقات کے علاوہ آپ اپنا پیغام اسی نمبر پر چھوڑ دیں تو بھی ہم آپ سے رابطہ کر لیں گے۔

