

L'ASSISTENZA E LA COMUNICAZIONE NELLA PERSONA CON GRAVE DEMENZA



D.ssa Francesca Arenare, geriatra
Istituto Geriatrico P. Redaelli
Milano, 16.11.2024

LA DEMENZA:

TRE ASPETTI IN UNA DEFINIZIONE

Insieme di sintomi che hanno alla base la perdita progressiva di una serie di funzioni cognitive, tale da compromettere lo svolgimento delle normali attività quotidiane e le normali relazioni sociali

Quindi nella demenza si alterano 3 grandi ambiti e dobbiamo tener conto di tutti e 3.

le funzioni cognitive

l'autonomia nelle attività quotidiane

spesso per ultimi, i comportamenti sociali

LE FUNZIONI COGNITIVE

MEMORIA, ma anche

LINGUAGGIO,

ATTENZIONE,

RAGIONAMENTO,

CAPACITA' DI PIANIFICARE E ORGANIZZARE...

LE ATTIVITA' QUOTIDIANE

COMPLESSE come lavoro, interessi, guidare l'auto, prendere le medicine, fare la spesa, telefonare

SEMPLICI come mangiare, lavarsi, vestirsi, usare la toilette

IL COMPORTAMENTO

Senza che il diretto interessato ne abbia consapevolezza, si assiste ad un cambiamento di personalità e di comportamento che spesso ci fa dire

“Non è più lui”

E' tra tutti l'aspetto più doloroso da affrontare e richiede grande sensibilità e attenzione da parte di chi si prende cura di una persona con demenza

ATTIVITA' DI BASE: LA TOILETTE

- Organizzare in anticipo l'ambiente fisico (mettere il necessario bene in vista, pronto e fruibile)
- Minimizzare le reazioni di fronte a problemi o insuccessi, non rendere infantile l'attività, offrire solo l'assistenza richiesta
- Imparare a rimanere silenziosi e invisibili, tenendo conto del senso del pudore
- Non smettere mai di rassicurare
- In operazioni complesse (es. clistere) lavorare in squadra: uno sostiene, spiega e distrae, l'altro svolge la procedura.



ATTIVITA' DI BASE: FARE IL BAGNO

Nessuna attività di base provoca più stress e contrasti del bagno.

Ansietà, paura e confusione nei riguardi del bagno, generano comportamenti di opposizione, fino a vere e proprie crisi catastrofiche.



La sfida è offrire esperienze di bagno confortanti, rilassanti e libere da stress senza sacrificare la percezione di controllo, la dignità, l'intimità e il piacere personale.

FARE IL BAGNO: ALCUNE STRATEGIE

- Concordare l'orario, avvisando e rispettando le preferenze (al mattino appena svegli? La sera prima di coricarsi?) Assicurarsi che la persona capisca cosa sta per fare e dare una motivazione che lo giustifichi, ad es: "E' il giorno della lavatrice, mi occorrono i suoi indumenti" oppure: "Oggi viene la sua famiglia a farle visita, facciamoci belli"
- Preparare l'ambiente preriscaldandolo, evitare di dare ordini, modulare il tono della voce. Modificare il bagno con maniglie e appigli, materiali antiscivolo
- Dare sempre uno snack stimolante alla persona che fa il bagno, prima di iniziare. Evitare le nudità, coprire con asciugamani almeno le spalle. Se non vuole togliere un indumento, iniziare lasciandoglielo su. Rassicurare sempre, dare informazioni e sempre ricompensare una buona riuscita
- Usare distrazioni: un oggetto, una spugna, qualcosa da bere durante il bagno

ATTIVITA' DI BASE: L'ABBIGLIAMENTO

Deve essere adeguato perché serve per incontrare altre persone e per farci sentire adeguati e in ordine. Allo stesso tempo, deve favorire al massimo la nostra indipendenza, perché la demenza rende difficili e impossibili molte delle sequenze dell'atto di vestirsi. Come fare?

- Scegliere il girocollo largo, eliminare le chiusure ove possibile, eliminare cinture, bottoni, ferretti
- Ogni persona in grado di camminare dovrebbe portare le scarpe. Sportive, con tallone chiuso, possibilmente senza stringhe perché più facili da mettere e togliere. Una volta trovate, comprarne due paia uguali: avendone 2 paia sarà più facile la ricerca della compagna
- E' giusto promuovere l'autonomia e la partecipazione nel processo dell'abbigliamento ogni volta che è possibile. Se una persona sbaglia una sequenza, provare a correggere l'errore con delicatezza.

Nessun aggiustamento dell'abbigliamento giustifica mai una lotta!

ATTIVITA' E RELAZIONE

- Portate una pianta o dei fiori e parlatene: con loro mettetela in un vaso, guardatela, annusatela, parlate di giardinaggio
- Aiutate a scrivere agli amici o alla famiglia
- Portate un bambino, o un animale domestico, a far loro visita
- Leggete ad alta voce con loro le loro letture preferite: giornali, riviste, una meditazione quotidiana, le parole di canzoni note, poesie
- Leggete insieme vecchie ricette e parlatene
- Pregate insieme. Cantate insieme
- Chiedete loro di aiutarvi a disfare un vecchio golf e parlatene
- Usate fotografie, immagini di bambini, oggetti antichi da lucidare, qualsiasi oggetto familiare per evocare ricordi e racconti
- Aiutare a preparare biglietti di Natale per gli amici e per la famiglia

ALTERAZIONI DEL COMPORTAMENTO

Alcuni esempi:

Ansia, depressione,

deliri, allucinazioni,

irritabilità fino all'aggressività verbale e fisica,

comportamenti ossessivi e ripetitivi, affaccendamento, attività motoria non finalizzata

(con serio rischio di allontanamento inconsapevole),

riduzione o aumento dell'appetito,

insonnia, ritiro sociale, apatia,

disinibizione sociale o sessuale

POSSIBILI FATTORI SCATENANTI UN DISTURBO COMPORTAMENTALE

CAUSE FISICHE	CAUSE AMBIENTALI
● Dolore non diagnosticato; ● Stitichezza; ● Infezioni urinarie; ● Posizione del corpo; ● Abiti che stringono; ● Stanchezza/affaticamento;	● Troppo rumore; ● Troppe richieste in una volta; ● Compiti troppo difficili; ● Insuccesso/frustrazione; ● Critica; ● Persone che richiamano ricordi sgradevoli;

PRIMO APPROCCIO

AD UN DISTURBO COMPORTAMENTALE

Cosa fare?

- Analizzare la situazione per individuare e rimuovere l'eventuale causa sottostante. Il disturbo comportamentale può essere espressione di un disagio profondo della persona, che appare molto turbata da qualcosa cui non riesce a dare significato

Dove?

- Il comportamento si manifesta in un particolare luogo? Analizzarne le caratteristiche (luogo familiare, non familiare, rumoroso, disordinato, buio?)

Quando?

- Comprendere se vi è un momento particolare della giornata in cui si manifesta un disturbo. Ad esempio: più spesso la sera quando la persona è stanca? Prima di pranzo quando è affamata? Al risveglio quando è più confusa e disorientata?

PRIMO APPROCCIO AD UN DISTURBO COMPORTAMENTALE

Con chi?

E' possibile che alcune persone che interagiscono con l'ammalato formulino troppe richieste, abbiano un atteggiamento giudicante o ansioso, o assomiglino a qualcuno di sgradito scatenando reazioni oppositive

In rapporto a quale attività?

Certi disturbi si manifestano frequentemente durante lo svolgimento di specifiche attività (igiene personale, pranzo, televisione)

ALCUNE STRATEGIE PER AFFRONTARE I DISTURBI DEL COMPORTAMENTO

Correggere i difetti di vista e udito

Creare un ambiente tranquillo, costante, rassicurante e ben illuminato

Evitare rumori e suoni disturbanti

Evitare sostanze stimolanti (caffè, tè, tabacco)
e l'eccesso di zuccheri la sera



Ho bisogno
di 20/25anni
di serenità.



ANCHE LA RELAZIONE DIVENTA STRATEGIA PER IL COMPORTAMENTO

Ignorare le false accuse e non offendersi!
Distrarre la persona dall'idea dominante
(nei deliri e nelle ossessioni)
Mantenere una buona socializzazione e
partecipazione sociale: coinvolgimento,
non custodia
Promuovere l'attività fisica ed evitare i
riposi diurni prolungati, per favorire il
corretto ritmo sonno-veglia
Fare buon uso del tono della voce e del
contatto fisico, per infondere fiducia

