



U.O.C. COORDINAMENTO DELLE ATTIVITÀ SOCIO-SANITARIE UOS PERCORSI SOCIOSANITARI, FRAGILITÀ, ALZHEIMER


081.254.93.05/06/13/15 – FAX 081.254.93.06 CELL. 3666615479

UOSPERCORSISOCIOSANFRAGILITALZH@ASLNAPOLI1CENTRO.IT

UOC.INTEGRAZIONESOCIOSANITARIA@ASLNAPOLI1CENTRO.IT

IN COLLABORAZIONE CON





A cura della dr.ssa Caterina Musella
con la collaborazione di:
Dr. Sebastiano Barbato
Dr. Antonio Guardiano
Dr.ssa Norina Ferrese
Dr.ssa Alessandra Rovere
Dr. Nicola Terracciano



La persona con Alzheimer

Presentazione

Questo opuscolo nasce con l'intento di aiutare, con una serie di consigli, suggerimenti e informazioni la Persona con Alzheimer ed il Caregiver per affrontare al meglio la malattia e la gestione d cura.

Abbiamo scelto una forma scorrevole, anche con l'introduzione di immagini, per rendere più rapida e gradevole la lettura.

L'Alzheimer, le altre forme di demenza o anche il semplice declino cognitivo, si presentano con tante sfaccettature, e per ogni paziente e familiare il vissuto e le problematiche sono ogni giorno diverse e sempre più numerose, complesse e non sempre risolvibili ma a volte basta una parola, un gesto, un approccio diverso dal solito per migliorare l'andamento della gestione quotidiana.





21 settembre



Giornata Mondiale dell'Alzheimer

La Giornata Mondiale dell'Alzheimer è stata istituita nel 1994 dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) e dall'Alzheimer's Disease International (ADI). Si celebra il 21 settembre in tutto il mondo.

World Alzheimer's Day



La Persona con Alzheimer

- ▶ La persona con Alzheimer (o demenze correlate) è una persona priva di difese, non più in grado di esprimere compiutamente sentimenti, sensazioni, timori o malessere esprimendo le proprie difficoltà attraverso una comunicazione non verbale, bensì fisica, comportamentale (malessere, irrequietezza, apatia) sperimentando, nella maggior parte dei casi, significativi disturbi d'ansia.
- ▶ Manifesta un vissuto di impotenza e di disorientamento, nei confronti della realtà che lo circonda, il che la rende estremamente fragile e vulnerabile e con l'andar del tempo, sempre meno autosufficiente, non potendo, sempre più, fare a meno di quello che poi diventerà la seconda vittima di questa malattia: il Caregiver.

La Persona con Alzheimer

- ▶ Dall'altra parte chi lo circonda, tende, pur senza volerlo, ad isolarlo per mancanza di conoscenza sulla gestione della malattia e dei sintomi i cui comportamenti errati spesso, anche involontariamente, contribuiscono ad aumentare le difficoltà neuro cognitive e i suoi disturbi comportamentali, quali l'agitazione, la depressione, l'aggressività etc.
- ▶ Il problema principale tra malato e Caregiver è proprio nell'involontaria mancanza o difficoltà di comunicazione, un inadeguato approccio alla persona, un'incapacità di lettura del bisogno della persona con demenza e un mancato supporto al Caregiver.

La demenza

- ▶ La demenza è un termine generico per un insieme di sintomi causati da disturbi che colpiscono il cervello e hanno un impatto sulla memoria, il pensiero, il comportamento e le emozioni (Alzheimer's Disease International - ADI).



Forme di demenza

- ▶ Reversibili. I deficit, in questo caso, sono secondari a malattie o disturbi a carico di altri organi o apparati e sono curabili.
-
- ▶ Irreversibili. La maggior parte delle demenze è di tipo irreversibile e a loro volta si dividono in forme primarie e secondarie. Le forme primarie sono di tipo degenerativo e includono la demenza di **Alzheimer**, quella Fronto-Temporale e quella a Corpi di Lewy. Fra le forme secondarie, la più frequente è quella Vascolare.
-
- ▶ La forma più comune è il morbo di Alzheimer, che colpisce il 50-60% delle persone con demenza.

L'Alzheimer

- ▶ “La malattia prende il nome da Alois Alzheimer, neurologo tedesco che per la prima volta nel 1907 ne descrisse i sintomi e gli aspetti neuropatologici. All'esame autoptico, il medico notò segni particolari nel tessuto cerebrale di una donna che era morta in seguito a una insolita malattia mentale. Infatti, evidenziò la presenza di agglomerati, poi definiti placche amiloidi, e di fasci di fibre aggrovigliate, i viluppi neuro-fibrillari. Oggi le placche formate da proteine amiloidi e i viluppi, vengono considerati gli effetti sui tessuti nervosi di una malattia di cui, nonostante i grossi sforzi messi in campo, ancora non si conoscono le cause” (Istituto Superiore di Sanità).

L'Alzheimer

- ▶ “La demenza di Alzheimer oggi colpisce circa il 5% delle persone con più di 60 anni e in Italia si stimano circa 500mila ammalati. È la forma più comune di demenza senile, uno stato provocato da una alterazione delle funzioni cerebrali che implica serie difficoltà per il paziente nel condurre le normali attività quotidiane. La malattia colpisce la memoria e le funzioni cognitive, si ripercuote sulla capacità di parlare e di pensare ma può causare anche altri problemi fra cui stati di confusione, cambiamenti di umore e disorientamento spazio-temporale” (Istituto Superiore di Sanità).



La demenza di Alzheimer ha, in genere, un inizio subdolo: le persone cominciano a dimenticare alcune cose, per arrivare al punto in cui non riescono più a riconoscere nemmeno i familiari e hanno bisogno di aiuto anche per le attività quotidiane più semplici (Istituto Superiore di Sanità).

Le fasi della malattia

- ▶ Nelle fasi iniziali si osserva la presenza di disturbi legati soprattutto a difficoltà di memoria e di attenzione.



- ▶ Con il progredire della malattia si possono manifestare disturbi comportamentali e/o deliri.



Sintomi cognitivi

- ▶ Deficit della memoria (difficoltà ad apprendere o a ricordare);
- ▶ Afasia (alterazione del linguaggio);
- ▶ Aprassia (alterazione della capacità di eseguire attività motorie);
- ▶ Agnosia (incapacità di riconoscere o di identificare oggetti);
- ▶ Disturbo delle funzioni esecutive (pianificare, organizzare, ordinare in sequenza, astrarre).



Sintomi extra-cognitivi

- ▶ Alterazioni dell'umore (ansia, depressione, euforia e/o labilità emotiva);
- ▶ Sintomi neurovegetativi (alterazioni del sonno e dell'appetito);
- ▶ Disturbi dell'attività psicomotoria (vagabondaggio, affaccendamento afinalistico);
- ▶ Agitazione (aggressività verbale o fisica, vocalizzazione persistente);
- ▶ Alterazioni della personalità (indifferenza, apatia, disinibizione, irritabilità).



Fattori di rischio

► Modificabili:

- Bassa scolarità;
- Metalli;
- Depressione;
- Trauma cranico;
- Fumo di sigaretta;
- Sedentarismo;
- Alcool;
- Stile di vita .

► Non modificabili:

- La familiarità (frequenza elevata della patologia, rispetto alla popolazione generale, tra parenti di soggetti affetti dalla malattia);
- L'età (prevalenza della patologia, in interazione con altri fattori, con l'aumentare dell'età);
- Il sesso (la presenza di influenze ormonali o geni predisponenti sembra che rappresenti un fattore di rischio per l'insorgenza della malattia);
- La sindrome di Down (chi è affetto da questa sindrome presenta maggiori rischi di sviluppare l'AD -Thomas P., Pesce A., Cassuto J.P., 1991).

Qualche consiglio

- ▶ **La persona con Alzheimer si sente confusa, ansiosa, insicura, spaventata da ciò che le sta accadendo**

Cerchiamo di far sentire la nostra presenza, la nostra comprensione con empatia, gesti affettuosi e rassicuranti .

Se i nostri impegni ce lo impediscono o non siamo in grado di gestire la situazione è preferibile affidarsi a qualcuno che possa darci una mano, un consiglio, onde evitare che un approccio sbagliato possa peggiorare la situazione

- ▶ **Nella fase iniziale della malattia la persona stessa o i familiari inizieranno a notare perdite significative della memoria. Pian piano l'eloquio sarà ripetitivo e troverà difficoltà nel linguaggio**

Sforziamoci di capire che la persona non intende essere fastidioso ma ha già dimenticato ciò che ci ha chiesto qualche minuto prima

Aiutiamola nel suggerirle, delicatamente, le parole, se vediamo che trova difficoltà nell'esprimersi e cerchiamo di trovare il modo di comunicare sempre più con il linguaggio del corpo

- ▶ **Possono poi verificarsi anche segni e sintomi di depressione, mancanza di motivazione e di iniziativa, perdita di interesse verso cose prima ritenute piacevoli, e incapacità nel prendere decisioni. Ciò provoca stati di ansia, e reazioni di rabbia.**

Aiutiamola nel farla stare in compagnia, stimolandola in attività facilmente realizzabili che non le creano stress ma che al contrario possono produrre gratificazione.

Cerchiamo di evitare tutto ciò che è causa di paura e sofferenza.

- ▶ **Spesso pronuncerà frasi senza senso e adotterà comportamenti strani anche in presenza di persone estranee.**

Cerchiamo di distrarla, senza rimproveri e senza contraddirla indirizzandola verso altre situazioni, senza però far percepire da parte nostra vergogna, imbarazzo, impazienza o irritabilità.

Qualche consiglio

- ▶ Successivamente potrebbero comparire allucinazioni e deliri (spesso queste persone interagiscono con la televisione, parlano alla propria immagine allo specchio, confabulano in maniera incomprensibile)

Sforziamoci di capire che la persona non intende essere fastidioso ma ha già dimenticato ciò che ci ha chiesto qualche minuto prima

- ▶ Possono poi verificarsi anche segni e sintomi di depressione, mancanza di motivazione e di iniziativa, perdita di interesse verso cose prima ritenute piacevoli, e incapacità nel prendere decisioni. Ciò provoca stati di ansia, e reazioni di rabbia.

Aiutiamola a riconoscere il positivo in tutto ciò che per lui è sintomo di sofferenza e di paura, cercando di farlo stare in compagnia e stimolandolo in attività per lui facilmente realizzabili in modo tale da evitargli stress ma che al contrario possono produrgli gratificazione

- ▶ Spesso pronuncerà frasi senza senso e adotterà comportamenti strani.

Cerchiamo di distrarla, senza contraddirla indirizzandola verso altre situazioni, senza però far percepire impazienza o irritabilità.

Qualche consiglio

Allenare il corpo e la mente

Evitare il fumo

Evitare lo stress

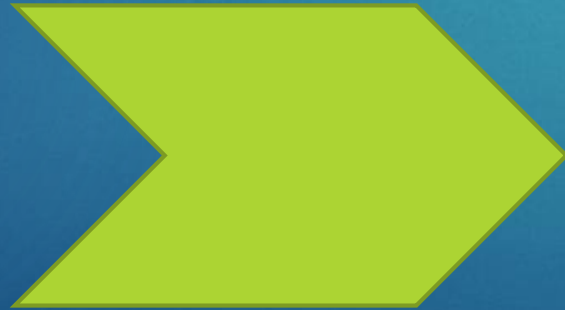
Mangiare in modo sano


Infine

Non sottovalutare i campanelli d'allarme (*vuoti di memoria, perdita dell'orientamento, maggiore difficoltà nel fare le cose di tutti i giorni, sbalzi di umore, problemi con i soldi e con i calcoli, perdita di interessi ...*)
ma rivolgersi al proprio medico di fiducia

Per concludere...

- ▶ Nel caso in cui si manifestino uno o più dei sintomi sopra esposti, si consiglia di rivolgersi al proprio medico di fiducia. Egli procederà (attraverso un processo di esclusione) ad una diagnosi di Demenza, poiché, ci sono condizioni e malattie che presentano gli stessi sintomi dell'Alzheimer, molte delle quali curabili (come depressione, malattie del fegato o dei reni, alcune infezioni, carenze vitaminiche, ipertensione).





Per qualsiasi ulteriore informazione rivolgersi a
081.254.93.05/06/13/15 – fax 081.254.93.06
Cell.3666615479
uospercorsisociosanfragilitazh@aslnapoli1centro.it
uoc.integrazionesociosanitaria@aslnapoli1centro.it