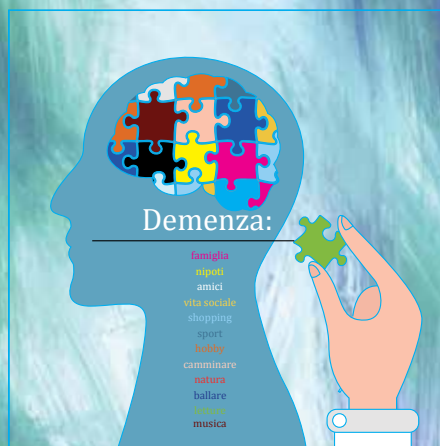


Abbiamo allungato la vita, ma adesso dobbiamo imparare a organizzare questa parte di esistenza.
 La vecchiaia non è una malattia terminale: è un periodo che dobbiamo imparare a vivere con le caratteristiche e i limiti che l'età comporta.
 La Medicina ci ha conquistato lunghi anni che la nostra società non era preparata a vivere, ma ora che la generazione d'argento è tanta parte della popolazione ci troviamo a fare i conti con una malattia che una volta colpiva solo alcuni tra quelli che riuscivano a invecchiare.
 È vero, invecchiando ci si vede meno, si ricorda meno... ma c'è tanta esperienza che, se viene valorizzata, diventa una vera terapia contro quello straniamento del cervello che si trasforma in demenza: parola che da sola fa paura quasi fosse uno stigma. Vivere con un anziano diventa poi, a sua volta, un'occasione di crescita in consapevolezza, uno spunto per riordinare le priorità in una vita così affannata e troppo spesso così superficiale.



UN'ESPERIENZA DI VITA,
 UN'OCCASIONE DI CRESCITA

a cura di Laura Turati

PER ACQUISTARLO:

www.leggioeditrice.it - sezione "Ultimi arrivi"

http://www.leggioeditrice.it/index.php?route=product/product&product_id=248

SOMMARIO

PREFAZIONE	7
<i>Franco Gaggia</i>	
CAMBIARE L'APPROCCIO PUÒ CAMBIARE IL FINALE	9
<i>dott. Laura Turati</i>	
SPUNTI GIURIDICI PER SITUAZIONI CHE COINVOLGONO PERSONE AFFETTE DA DEMENZA	29
<i>avv. Nicoletta Ferrari</i>	
RIMEDI IN FARMACIA (MA NON SOLO!) PER LA CURA DELLE DEMENZE	37
<i>dott. Francesca Gaggia, farmacista</i>	

Publicazione promossa dalla cooperativa sociale Cedocs-Bolzano, con il contributo dell'Assessorato alla Sanità della Provincia Autonoma di Bolzano, L.P. 7/2011.



CAMBIARE L'APPROCCIO PUÒ CAMBIARE IL FINALE

ACCORGERSI DEL MALE, RILEVARE I SINTOMI

Capire e affiancare chi soffre di problemi della memoria è un impegno molto particolare e molto gravoso, sia fisicamente che psicologicamente. Si tratta infatti di **vivere a fianco di persone che ci ricordano**, con il loro lento e tristissimo decadimento, **quanto siamo fragili anche noi**, e quindi ci costringono a vivere davanti allo specchio della caducità della vita.

UN NUOVO INCARICO, UN LAVORO NUOVO

A questo punto, se riceviamo l'incarico di seguire professionalmente una persona ammalata, siamo entrati in casa sua e dobbiamo cominciare a capire come comportarci per stare con lei, darle serenità, stimoli e coraggio. Perché dobbiamo avere presente che, finché non avrà smarrito ogni consapevolezza, **l'ammalato si rende conto che sta perdendo il controllo della propria mente, della propria libertà e infine della propria vita**.

È uno dei punti più delicati del lavoro: come farvi accettare dalle persone che vi sono affidate. Perché bisogna ricordare che queste persone, prima di ammalarsi, hanno avuto una vita attiva, lavorando in casa e fuori, avendo un ruolo sociale e una rete di relazioni con colleghi di lavoro e di amicizie.

LA VITA QUOTIDIANA

Lo scopo della vostra presenza al fianco di queste persone è dunque impegnarvi a mantenere attive tutte le capacità della loro mente che ancora funzionano.

Il vostro lavoro è quindi anche aiutare queste persone a vedere che la loro vita può avere ancora aspetti positivi, momenti felici.

L'IGIENE PERSONALE

Quando arrivano giorni in cui fanno opposizione a tutto, bisogna **evitare di affrontare il malato in modo troppo diretto, dicendogli che "bisogna" farlo**: questo lo farebbe intestardire ancora di più.

Dolcezza quindi, e tanta calma. Ricordatevi che queste persone vivono sempre in ansia, perché si rendono conto che stanno perdendo il controllo dei loro ricordi, non sanno più di cosa possono essere sicuri e di cosa no, quindi occorre essere tranquilli, **trasmettere loro calma e sicurezza**, ridendo con leggerezza quando fanno un errore o dimenticano qualcosa.

Uno dei primi sintomi, a parte dimenticare discorsi o azioni compiuti da poco, è la crescente incapacità di tenere in ordine i propri effetti personali.

Se sbagliano, non rimproverateli come dei bambini da educare, perché loro si avviliscono già da soli per l'errore. Soffrono di mancanza di memoria, ma non sono stupidi! **Rimproverarli può solo aggravare l'ansia che li accompagna costantemente**, provocando altri errori e disattenzioni. Anche noi, quando siamo in ansia, sbagliamo di più: ognuno ne ha personale esperienza.

Per lo stesso motivo è importante non avere fretta, perché la fretta mette in ansia. Essere pressati dall'urgenza costringere a pensare velocemente e a muoversi velocemente, e questo crea un forte stress al cervello di queste persone, che devono organizzare i movimenti e contemporaneamente pensare.

IL CIBO

Un tema importante nella convivenza con un malato di demenza sono il cibo e la nutrizione in genere. Va tenuto sempre presente che **in questi malati, soprattutto se anziani, si sommano l'incapacità di ricordare di aver mangiato e la mancanza del senso di sazietà e di sete.**

La cosa comporta una grande attenzione, per evitare che mangino fuori pasto e in modo incontrollato.

L'incapacità di rimanere concentrati abbastanza a lungo da concludere un lavoro è un altro segnale: le pentole sono state lavate, ma poi riordinare tutto è un impegno mentale troppo prolungato.

Così la pentola rimane rovesciata sul fornello, a segnalare che è pulita e che va messa via, ma che si è esaurita l'energia mentale per completare il lavoro.





Gli ambulatori privati plurispecialisti possono essere utili come primo approccio, per avere consulenze che aiutino il medico di base con esami e diagnosi specialistiche ottenuti con tempi più celeri, oppure se offrono consulti di professionisti di chiara fama competenti nel settore.

L'ATTENZIONE, PARTE FONDAMENTALE DELLA CURA

Dall'osservazione del comportamento quotidiano viene la risorsa principale per la cura di queste malattie. Il decadimento non è mai costante: ci sono periodi, anche lunghi, di stabilità o addirittura di apparente miglioramento, durante i quali la persona è partecipe, di buon umore e anche propositiva. Sono **spazi di quiete che vanno goduti minuto per minuto, perché sono raggi di sole in un cielo nuvoloso.**

Accade poi, senza motivo apparente, che un mattino si alzi ombroso, silenzioso, ostile, oppure lamentando confusione, giramenti di capo e disorientamento. Ecco, stiamo scendendo un gradino di quella lunghissima scala verso l'oblio.

LE MEDICINE

I farmaci e il rapporto con i medici sono un capitolo parallelo e fondamentale nel ruolo di accompagnatore di persone affette da demenza.

Assicurarsi che le medicine siano assunte nel modo corretto e nei tempi giusti è una responsabilità importante, perché bisogna sapere, per esempio, che i farmaci vanno assunti con regolarità più o meno sempre alle stesse ore ogni giorno.

Il lavoro di compagnia è dunque molto diverso dal ruolo di "badante" finora inteso. Qui si richiede una diversa attenzione e un impegno diversi. È un compito importante dal punto di vista umano, e questo è il senso di questo volumetto: aiutarvi a capire cosa e come curare queste persone con il comportamento.

In effetti, se diagnosticata per tempo, la demenza può essere rallentata in modo da dare agli ammalati e alle loro famiglie molti anni di vita dignitosa e anche con tanti momenti felici. Ma le famiglie oggi fanno una vita molto impegnata: si spiega così perché **c'è bisogno dell'aiuto di una persona dedicata: non per togliersi una responsabilità o scaricarsi di un peso, ma per dare al proprio congiunto l'aiuto sereno e preparato di cui ha bisogno per stare bene.**

SPUNTI GIURIDICI PER SITUAZIONI CHE COINVOLGONO PERSONE AFFETTE DA DEMENZA

Chi si rende conto che un familiare presenta un inizio di demenza – o di un'altra malattia che gli impedirà piano piano di essere autonomo – deve innanzitutto superare la difficoltà di **interiorizzare il cambiamento pressoché irreversibile del proprio congiunto**. Superato lo shock, si presenta la necessità di affrontare la malattia da un punto di vista medico.

È importante però tenere presente anche **alcuni aspetti giuridici legati al rapporto con le persone ammalate, siano essi genitori, zii, fratelli o cugini**. Questo è fondamentale per evitare che sorgano spiacevoli problematiche legali e anche per saperle affrontare in caso si presentino.

PERCHÉ ATTIVARSI A TUTELA DEL PARENTE INCAPACE

“Sono stata chiamata dall'assistente sociale dell'ospedale che mi comunicava che una mia zia era stata ricoverata, perciò dovevo incontrarmi con urgenza per comunicazioni.”

CHI PUÒ PRESTARE LA CURA NECESSARIA

“Il mio caro non è più in grado di abitare da solo. Quali soluzioni ho?”

L'amministratore/trice può essere scelto tra gli stessi parenti, tra le persone di fiducia del beneficiario o della famiglia oppure tra professionisti.



IL TIPO E GRADO DI IMPEGNO RICHIESTO

“Devo assumere io la badante?”

“Perché la Casa di Riposo mi chiede di firmare il contratto di inserimento?”

COME POSSO TUTELARE IL CONGIUNTO SOTTO IL PROFILO PATRIMONIALE?

“Siamo stati avvisati dalla Banca che nostro padre ha rilasciato una delega bancaria a favore di terze persone...”

L'AMMINISTRAZIONE DI SOSTEGNO

“Per una maggior tutela del mio caro, mi è stata suggerita la nomina di un amministratore di sostegno...”

CONCLUSIONE

Abbiamo succintamente presentato le situazioni pratiche che diventano problemi seri quando ci si confronta con la realtà di una persona affetta da demenza.

Gli strumenti indicati sono solo linee guida per aiutare a capire come cominciare a muoversi in un mondo sconosciuto. **La maggior parte delle famiglie è infatti impreparata ad affrontare le difficoltà, i rischi e gli obblighi che queste malattie comportano.**

Va poi precisato che ogni caso è unico, e per questo richiede una soluzione su

misura da studiare con tutte le Istituzioni di cui abbiamo parlato. Così facendo, affiancare un congiunto che sta perdendo autonomia non fa più paura, perché ogni aspetto pratico si può affrontare nella sua semplicità.



RIMEDI IN FARMACIA (MA NON SOLO!) PER LA CURA DELLE DEMENZE

COSA SI INTENDE PER DEMENZE

Il termine “demenze” è usato in medicina per indicare disturbi neurodegenerativi del cervello che comportano una progressiva perdita delle facoltà cognitive di una persona, disturbi che colpiscono maggiormente in età avanzata.

Le demenze si possono classificare in **corticali o subcorticali** a seconda dell'area dell'encefalo, cioè del cervello, colpita o anche in reversibili o irreversibili e in primarie o secondarie. **Esistono quindi varie forme di demenza caratterizzate da cause e sintomi differenti.**

TEORIE SULLE CAUSE ALL'ORIGINE DELLA DEMENZA

Le cause che portano all'insorgenza delle demenze sono ancor oggi non del tutto chiare e sono oggetto di studio.

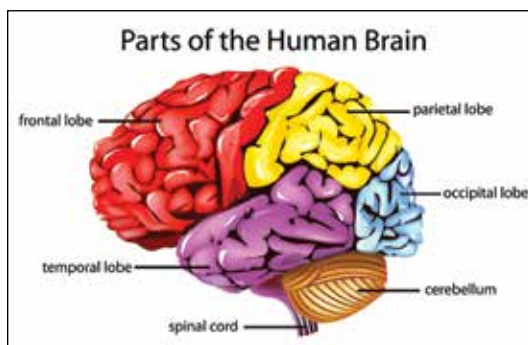
L'IMPORTANZA DELLA DIAGNOSI PRECOCE

Nonostante l'intensa attività di ricerca, i processi neurodegenerativi del cervello sono tutt'ora incurabili. Quindi è molto importante riconoscere e diagnosticare una demenza il più precocemente possibile in base ai segnali che il paziente mostra. Questa tempestività di diagnosi e le conseguenti terapie e accorgimenti terapeutici giocano senza dubbio un ruolo fondamentale nel rallentare la progressione della malattia.

LA VALUTAZIONE DIAGNOSTICA

Osservati i segnali che possono indicare la presenza della demenza è essenziale rivolgersi subito al medico. **La valutazione diagnostica viene effettuata dal neurologo** e prevede una serie di esami necessari per analizzare la natura dei sintomi, come l'analisi della storia clinica del paziente, un esame obiettivo accurato e una valutazione cognitiva-neuropsicologica.

Sotto: raffigurazione schematica dei quattro lobi del cervello umano.



IL TRATTAMENTO FARMACOLOGICO

Come detto, i processi di degenerazione del sistema neurologico che portano alla nascita di demenze sono ancora incurabili. Le terapie disponibili non arrestano né fanno regredire la malattia, ma danno un supporto a livello sintomatico e forse la rallentano.

DEPRESSIONE E DEMENZA

In persone affette da un principio di demenza è possibile che insorgano sintomi depressivi. È importante curare la depressione poiché questa può avere un effetto negativo sulle prestazioni mentali e aggravare così i sintomi della demenza.

GLI INTEGRATORI

Gli integratori alimentari sono una fonte concentrata di sostanze nutritive da integrare alla comune dieta e sono utili alle cellule del corpo umano nel corretto svolgimento delle loro funzioni. L'assunzione di integratori è, in generale, molto positiva per il corpo.

TECNICHE DI AIUTO

Oltre al trattamento farmacologico e all'assunzione di integratori alimentari, esiste una vasta gamma di altri tipi di terapie che possono aiutare il paziente a restare il più a lungo possibile partecipe della vita sociale e, al contempo, avere effetti positivi sull'umore.

IL COINVOLGIMENTO DI PARENTI E ASSISTENTI

Fondamentale per la buona riuscita della terapia, sia farmacologica sia non farmacologica, è **il coinvolgimento di parenti e assistenti, essendo queste persone un tramite tra paziente e medico.**

LA PREVENZIONE PER VINCERE LA PARTITA CON LA DEMENZA

In conclusione, è opportuno tornare su un punto cruciale: quello della prevenzione. È qui, infatti, che si vince la partita con la demenza, togliendole molti dei fattori che l'aiutano a svilupparsi.

Con l'aumento delle aspettative di vita si prevede un aumento significativo di pazienti affetti da demenza, e risulta evidente come la prevenzione giochi quindi un ruolo importante.