



Associazione
Alzheimer
Roma Onlus



Informazioni in pillole

L'incontinenza



Il malato di demenza può presentare problemi di incontinenza che rappresentano motivo di angoscia, umiliazione e vergogna. È importante rendersi conto che l'incontinenza può essere causata dalla perdita di memoria, dal disorientamento, dalle difficoltà di comunicazione o una malattia concomitante. Di solito, seguendo con molta attenzione il malato e modificando alcune caratteristiche della casa, si può ridurre il numero degli «incidenti» e/o limitarne le spiacevoli conseguenze. Anche per chi assiste il malato tale situazione non è facile da gestire.

INFORMAZIONI E CONSIGLI PRATICI

Che fare?

- Cerca di contenere le tue reazioni mantenendo un atteggiamento comprensivo
- Individua i segnali comportamentali che indicano l'esigenza di andare al bagno (irrequietezza, toccarsi le parti intime...)
- Fai in modo che il bagno sia facilmente riconoscibile, accessibile, e utilizzabile (colora la porta, utilizza cartelli esplicativi, percorsi colorati, illuminazione notturna)
- Se il bagno è lontano e non di facile accesso puoi utilizzare una sedia «comoda» (sedia provvista di un foro con un cuscinetto e di vaschetta che funge da wc)
- Può essere utile da tenere vicino al letto, soprattutto nelle ore notturne, un raccogliatore di urina
- Cerca di creare una routine quando il malato va in bagno (crea intervalli regolari sollecitando il malato in bagno ogni 2-3 ore)
- Sollecita il malato ad andare al bagno prima di mettersi a dormire, limitando l'assunzione di liquidi nelle ore serali
- Fai indossare al malato abiti facili da togliere ed utilizza indumenti intimi di cotone
- Puoi proteggere il letto, il divano e la biancheria con l'uso di apposite federe (traverse)
- Consulta il medico per capire se l'incontinenza è determinata da altre patologie (infezioni urinarie ecc) e ricordati che alcuni farmaci possono aumentare la necessità di urinare



- Assicura il mantenimento di un'adeguata igiene (lavare con acqua tiepida e asciugare bene il malato senza sfregare sulla pelle ma tamponando fino alla completa asciugatura)
- Se il problema dell'incontinenza si fa più grave, bisogna prendere in considerazione l'uso dei pannoloni. I pannoloni sono una soluzione non soltanto per noi, ma per il malato stesso, in quanto rendono il problema dell'incontinenza meno visibile alle altre persone.
- Esistono pannoloni di varie misure e di diversi gradi di assorbenza
- Se si utilizzano pannoloni assicurati di cambiarli spesso perché lo sfregamento con la pelle umida crea delle irritazioni e/o lesioni.
- Per gli uomini si possono utilizzare dei cateteri esterni (condom o guaina urinaria). Sono presidi non invasivi, solitamente ben tollerati. Fai attenzione alla presenza di arrossamenti dovuti ad ipersensibilità al materiale del dispositivo.
- Nei casi più estremi, il medico può suggerire l'utilizzo di catetere vescicale, la cui gestione deve essere affidata a personale specializzato.
- Se ti accorgi che le aree del corpo interessate iniziano ad arrossarsi rivolgiti ad un professionista.
- L'incontinenza fecale può talvolta verificarsi, anche se è più frequente negli ultimi stadi della malattia.

