

IL MALATO IN FAMIGLIA

Quando non mangia

I problemi dell'alimentazione sono molto frequenti, in particolare negli stadi più avanzati della malattia. Ai disturbi del comportamento si associano infatti disturbi neurologici come la difficoltà a deglutire o l'incapacità a coordinare i movimenti o la perdita dello stimolo della fame.

Che fare?

- è meglio che i pasti siano serviti sempre alla stessa ora e nella stessa stanza, in modo che diventino quasi un rituale,
- se ha difficoltà a masticare, sminuzzare accuratamente il cibo,
- se ha difficoltà a deglutire i liquidi, cercare di aumentare la consistenza dei cibi,
- se ha difficoltà ad usare le posate, consentire di usare le mani per mangiare,
- per evitare che si sporchi troppo e si senta in imbarazzo, utilizzare tovaglie grandi, evitare i bavaglino da bambino,
- è necessario creare un'atmosfera tranquilla e rilassata, perchè il momento del pasto non diventi motivo di stress,
- nella scelta del cibo, oltre a rispettare i gusti della persona, bisogna considerare alcune caratteristiche:
 - la coesione: è preferibile un cibo omogeneo, senza filamenti o pezzi,
 - il volume: la quantità di cibo deve essere media (cucchiai non pieni), se è poco non stimola la deglutizione, se è troppo la impedisce,
 - la temperatura: adeguata al tipo di cibo, facendo attenzione alle alterazioni sensoriali, mai cibi troppo caldi o troppo freddi,
 - il sapore: preferire cibi che piacciono al malato, in genere cose dolci,
 - la consistenza: i liquidi sono i cibi a maggior rischio di aspirazione, perchè scendono più velocemente. I cibi semisolidi e semiliquidi sono i più sicuri. I cibi solidi, se ben tritati e ben conditi, possono essere ben deglutiti.

Potrebbe succedere che le difficoltà di deglutizione e di coordinazione diventino tali da non consentire una adeguata e sicura assunzione dei cibi per via orale. In questi casi può essere necessario ricorrere ad adottare la *nutrizione enterale*, cioè la nutrizione attraverso un sondino collegato direttamente con lo stomaco (sondino naso-gastrico). Il maggior rischio, infatti, quando il malato non riesce più a masticare e a deglutire, è la "*polmonite ab ingestis*". Questa è una polmonite causata da piccole porzioni di cibo che, anzichè entrare in esofago, sono passate in trachea e di lì ai polmoni.

E' questa una delle cause più frequenti di morte nei malati di demenza di Alzheimer.

Preoccuparsi anche di sé stessi

Numerose ricerche hanno dimostrato che chi assiste una persona ammalata di Alzheimer (caregiver) può avere conseguenze negative sulla salute fisica e mentale.

Ad esempio, si possono manifestare:

- riduzione del senso di benessere,
- aumentato isolamento sociale,
- maggior rischio di sviluppare depressione.

Qualora si dovessero verificare situazioni critiche di tali manifestazioni, sarebbe consigliabile il ricorso a "gruppi di auto mutuo-aiuto".

Gruppi di auto mutuo-aiuto vengono proposti da nostri psicologi, gratuitamente, con cadenza quindicinale, presso le nostre sedi di Venezia e Marghera.

Segnalazione

*******Signora, nostra Socia, referenziata, attiva, è disponibile per alcune ore, gratuitamente, per assistenza domestica a malati di Alzheimer, anche accompagnamento.**

Per i nostri Soci

Assistenza domiciliare L'Associazione si impegna a mettere a disposizione, durante alcune ore nel corso della giornata, personale qualificato a famiglie che per ragioni contingenti o per impegni improrogabili, ma comunque con carattere di eccezionalità, si trovassero in difficoltà per assistere il proprio familiare malato di Alzheimer. Periodi di assistenza da concordare con i nostri sportelli, possibilmente con un certo anticipo.

Integratori alimentari L'Associazione concorre, a sostegno di famiglie che ne facciano richiesta, al rimborso del costo di acquisto di integratori alimentari, se prescritti dal medico, limitatamente a periodi da definire.

Visite domiciliari specialistiche L'Associazione mette a disposizione uno psicologo ed un medico geriatra per visite specialistiche di consulenza, a domicilio, in casi di necessità. Visite da concordare con l'Associazione.

Pannoloni Presso le nostre sedi di Marghera (via S. Antonio, 17 - tel. 041 928659) e di S. Donà di Piave (via Svezia, 2 - tel. 0421 596909), è disponibile, fino ad esaurimento, una certa quantità di pannoloni. Chi fosse interessato può farne richiesta telefonando negli orari di ufficio.