



Demenza e Incontinenza Urinaria



Perché le persone affette da demenza hanno problemi di incontinenza?

Le persone affette da demenza soffrono di perdita della memoria e potrebbero sentirsi confuse e disorientate. Tutto questo può avere ripercussioni sui meccanismi necessari per controllare la vescica.

La demenza provoca cambiamenti nel cervello che potrebbero interferire con la capacità della persona interessata a:

- riconoscere il bisogno di urinare;
- ‘trattenerla’ finché non arriva al gabinetto;
- trovare il gabinetto;
- riconoscere quando la vescica si è completamente svuotata;
- e
- rimettersi a posto gli indumenti.

L'incontinenza potrebbe manifestarsi o peggiorare in ambienti inconsueti o durante episodi di depressione, ansia o stress.

Ricordate

Le persone affette da demenza, così come altri adulti, sono propense ad accusare altre cause dell'incontinenza quali infezioni del tratto urinario, stitichezza, vaginite senile (irritazione vaginale dopo la menopausa), ingrossamento della prostata o effetti collaterali di determinati farmaci.

C'è qualcosa che si può fare per le persone affette da demenza alle prese con l'incontinenza?

SÌ. Anche se la demenza potrebbe impedire la loro partecipazione a determinate terapie, si può fare molto per garantire loro il massimo conforto e dignità.

Tali persone possono rivolgersi al medico di famiglia che potrebbe curarle direttamente o indirizzarle ad uno specialista in materia di incontinenza per un accertamento del disturbo. (Cfr. il retro del presente opuscolo per i particolari delle risorse e servizi disponibili in materia di incontinenza.)

In cosa consisterà l'accertamento?

L'accertamento comprende un esame fisico e la documentazione di dati pertinenti; ad esempio, la persona interessata potrebbe:

- Dimenticarsi di rimuovere certi indumenti quando va al gabinetto;
- avere difficoltà a trovare il gabinetto;
- urinare in luoghi inopportuni;
- urinare più spesso del normale;



Dementia and Urinary Incontinence

The National Continence Management Strategy
A Commonwealth Government Initiative

- bagnare il vestiario/le lenzuola senza preavviso;
- farsela addosso quando si alza dal letto o da una sedia; oppure
- soffrire di stitichezza, diarrea o incontinenza fecale.

Spesso è necessario contare sull'accompagnatore per fornire queste importanti informazioni e documentare le funzioni della vescica e dell'intestino, cioè:

- A quali ore l'interessato va al gabinetto e/o se la fa addosso.
- La portata delle perdite, ad esempio:
 - modesta = inumidiscono le mutandine;
 - moderata = passano attraverso la gonna/pantaloni;
 - abbondante = inzuppano sedia/pavimento/letto.
- Frequenza con cui l'interessato evacua.
- Frequenza con cui l'interessato andava al gabinetto prima della comparsa della demenza.

Cosa si può fare per minimizzare gli episodi di incontinenza e salvaguardare la dignità della persona interessata?

1. I disturbi alla base dell'incontinenza, quali infezione del tratto urinario, stitichezza o vaginite senile spesso reagiscono alle cure e l'incontinenza potrebbe eventualmente diminuire d'intensità.
2. In taluni casi, i farmaci potrebbero essere di aiuto, ma possono anche fare peggiorare l'incontinenza e aumentare lo stato confusionale. Pertanto la somministrazione dei farmaci deve essere attentamente controllata e interrotta se si manifestano effetti collaterali.
3. Se possibile, si può incoraggiare la persona interessata a bere da sei a otto bicchieri di liquidi al giorno, salvo diverso avviso da parte del medico curante. Ciò contribuisce a prevenire infezioni del tratto urinario e la stitichezza e di mantenere l'igiene della vescica. Evitare il consumo eccessivo di caffè, tè e bibite a base di cola in quanto la caffeina contenuta in tali bevande può irritare la vescica e causare un bisogno frequente ed urgente di urinare.
4. Mantenersi regolari nei bisogni fisiologici e prevenire/curare la stitichezza.
5. Dire o ricordare alla persona interessata di andare al gabinetto ad intervalli regolari - negli orari quando di solito va o prima che vi sia la probabilità che se la faccia addosso.
6. Se la persona interessata non è più in grado di riconoscere il bisogno di andare al gabinetto, dovrete portarla al gabinetto ad intervalli regolari. Potrebbe essere ogni 2 - 3 ore, a seconda di quanto beve e della frequenza con cui tende a farsela addosso. Potrebbe essere necessario stare con la persona e magari ricordarle perché si trova al gabinetto. L'uso frequente del gabinetto (ad esempio, ogni ora) è sconsigliato.
7. Se necessario, modificare gli indumenti, per agevolare il compito della persona interessata, ad esempio, sostituendo bottoni e cerniere con velcro. Indumenti comodi, quali tute sportive, potrebbero aiutare il paziente a spogliarsi più facilmente.
8. Tenere sgombro e senza ostacoli il tragitto che porta al gabinetto e usare, se necessario, una lampadina notturna. Rendere la porta del gabinetto facilmente individuabile.



9. Anche se gli accorgimenti che precedono potrebbero non eliminare l'incontinenza, potrebbero ridurre l'incidenza o la gravità del disturbo. La qualità della vita della persona interessata e dell'accompagnatore potrebbe migliorare mediante l'uso di accessori per l'incontinenza quali assorbenti e biancheria speciale. È possibile ottenere contributi di carattere economico per far fronte al costo degli accessori per l'incontinenza.

Consigli sui requisiti necessari e sul tipo di accessori disponibili si possono ottenere telefonando al numero verde della National Continence Helpline.

10. Considerare l'uso di risorse del volontariato per soddisfare i bisogni legati alla cura di una persona affetta da demenza come, ad esempio, fare il bucato, fare la spesa, ecc. Servizi quali assistenza a domicilio o assistenza paramedica sociosanitaria potrebbero essere disponibili in zona. Interpellate al riguardo il loro medico di famiglia, consulente in materia di incontinenza, infermiera sociosanitaria o i servizi di accertamento per l'assistenza agli anziani.

I farmaci possono essere utili per curare la persona affetta da demenza e incontinenza?

In primo luogo, il medico curante potrebbe rivedere tutti i farmaci in quanto alcuni di essi potrebbero causare un aggravamento dell'incontinenza.

In taluni casi, i farmaci potrebbero essere prescritti dal medico curante per aiutare la persona interessata a guarire dall'incontinenza, ad esempio:

- Si potrebbero prescrivere antibiotici per curare un'eventuale infezione del tratto urinario.
- Una terapia di sostituzione ormonale (compresse, cerotti o pomate vaginali) potrebbe aiutare le donne che hanno avuto la menopausa riducendo la frequenza e l'urgenza dell'orinazione.
- Si potrebbero somministrare compresse rilassanti per calmare un'eventuale vescica irritabile, migliorare la sua capacità e quindi ridurre l'urgenza e la frequenza dell'uso del gabinetto.
- Talvolta potrebbero essere somministrate delle compresse per aiutare la persona interessata ad urinare nei casi in cui vi è un'ostruzione alla base della vescica o nell'uretra.

DOVETE SAPERE che tali farmaci potrebbero produrre effetti collaterali come bocca asciutta, stitichezza, equilibrio instabile e letargia. La persona affetta da demenza è anche più propensa ad accusare stati confusionali. La somministrazione di farmaci richiede un attento controllo da parte di un professionista.



Chi vi può aiutare?

- Il medico di famiglia.
- Il numero verde **1800 33 00 66** della National Continence Helpline. (Il numero verde potrà organizzare interpreti telefonici)
- Il vostro operatore sanitario o sociosanitario o fisioterapista
- Specialisti in materia di incontinenza presso ospedali, cliniche specializzate o presso i Continence Foundation of Australia Resource Centre e relative filiali.

Interpreti. Alcuni servizi possono organizzare un interprete (dello stesso sesso, se si preferisce) senza supplementi di costo a vostro carico. Per saperne di più, interpellate il vostro servizio.

I servizi telefonici interpreti sono più economici e spesso disponibili immediatamente. Ad esempio, la Doctors Priority Line del Servizio Traduzioni e Interpreti (TIS) offre un servizio gratuito ai medici privati perché possano parlare con pazienti che hanno difficoltà con la lingua inglese. Il vostro medico può prenotare il servizio telefonando al numero 1300 131 450.

Potete ottenere maggiori informazioni nei seguenti altri opuscoli di questa serie:

- Cos'è l'Incontinenza Urinaria
- Buone Abitudini Urinarie
- Esercitazione della Vescica
- Esercizi per il Pavimento Pelvico dell'Uomo
- Esercizi per il Pavimento Pelvico della Donna
- Stitichezza e Incontinenza Urinaria
- Disturbi della Vescica e della Prostata
- Prodotti e Accessori per l'Incontinenza
- Incontinenza: Luoghi Comuni e Realtà
- Cos'è l'Accertamento dell'Incontinenza?
- Le Dieci Domande Più Comuni
- Una donna su tre che abbia avuto figli manifesta perdite di urina
- Incontinenza Fecale
- Intervento Chirurgico per l'Incontinenza da Sforzo nelle Donne

