

Gestire i disturbi comportamentali

L'insorgenza di disturbi comportamentali può essere prevenuta e attenuata attraverso alcune misure generali, quali:

- adottare una comunicazione calma e semplice (chiedere una cosa alla volta con toni pacati)
- rassicurare frequentemente la persona
- utilizzare l'umorismo, sdrammatizzare la situazione
- mantenere la routine quotidiana
- uscire per una passeggiata o svolgere attività fisica
- mantenere una illuminazione notturna per prevenire o attenuare l'agitazione al risveglio
- coinvolgere la persona in attività stimolanti e distraenti quali il canto, il ballo, ascoltare la musica
- evitare discussioni o contrasti
- assicurare una adeguata illuminazione degli ambienti domestici, soprattutto nelle ore pomeridiane, per evitare la sindrome del tramonto
- coinvolgere la persona in attività stimolanti e distraenti quali il canto, il ballo, ascoltare la musica

Garantire la continuità delle cure e dell'assistenza

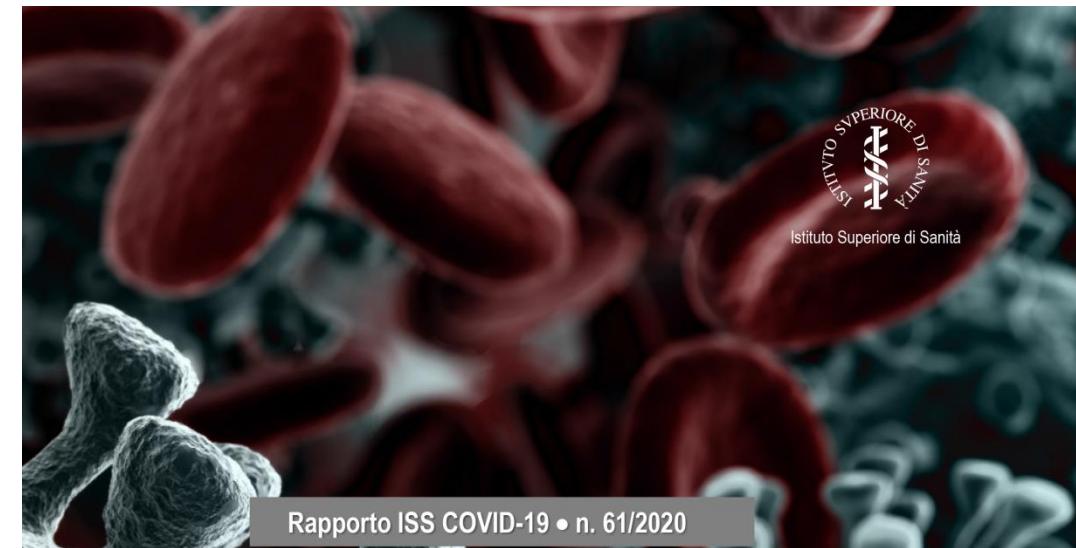
È importante:

- assicurarsi che la persona con demenza assuma regolarmente le terapie prescritte per il trattamento della demenza e di altre patologie concomitanti
- evitare il ricorso a terapie o posologie non indicate dai curanti
- concordare con gli operatori sanitari (medico di medicina generale, guardia medica, specialisti dei CDCD) eventuali cambiamenti di terapia o posologia
- mantenere contatti regolari con il medico di medicina generale e gli altri specialisti curanti per il controllo delle varie patologie concomitanti

Offrire attività appropriate

Vengono elencati alcuni esempi di attività in cui coinvolgere la persona con demenza:

- attività all'aria aperta (passeggiate, esercizi fisici, giardinaggio, cura di un animale domestico)
- cura della casa (apparecchiare e sparecchiare la tavola, piegare la biancheria, cucinare)
- visione di film o documentari, programmi di cucina
- gioco delle carte
- visione e commento di album fotografici
- videogiochi, navigazione su Internet
- attività fisiche e di rilassamento (massaggi, pilates, yoga)
- lettura di semplici testi, esercizi di enigmistica, ascolto di audiolibri
- disegno, pittura, scrittura
- seguire funzioni religiose
- ascolto di musica, canto, ballo
- telefonate o videochiamate con familiari e amici



Rapporto ISS COVID-19 • n. 61/2020

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ
Istituto Superiore di Sanità

Indicazioni ad interim per un appropriato sostegno alle persone con demenza nell'attuale scenario della pandemia di COVID-19

Tavolo per il monitoraggio e implementazione
del Piano Nazionale delle Demenze

Versione del 23 ottobre 2020

Domicilio

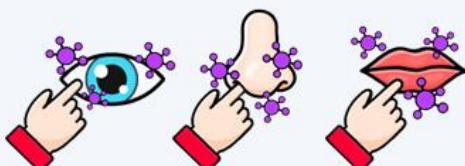


Assistenza in contesto domiciliare alla persona con demenza

Prevenire il contagio

È importante adottare i seguenti comportamenti e ricordare regolarmente alle persone con demenza di fare lo stesso

Misure generali



- Evitare di toccarsi occhi, naso e bocca (lavarsi accuratamente le mani prima di toccarsi il volto)



- Tossire o starnutire in un fazzoletto o nella piega del gomito, mantenendo una distanza di almeno due metri da altre persone

Misure da seguire in casa



- Lavarsi regolarmente e accuratamente le mani
- Indossare la mascherina chirurgica quando ci si avvicina alla persona con demenza (se ciò non interferisce con il prestare assistenza)
- Pulire regolarmente la casa, igienizzare gli indumenti, mantenere ventilati gli ambienti domestici



- Limitare le visite a casa da parte di altre persone (che devono indossare la mascherina e lavarsi le mani)



- Mantenere la distanza di almeno un metro da altre persone durante i pasti consumati insieme

Misure da seguire fuori casa



- Mantenere la distanza di almeno un metro dalle altre persone



- Evitare abbracci e strette di mano



- Indossare la mascherina chirurgica (se tollerata)
- Utilizzare prodotti igienizzanti per le mani

Riconoscere le manifestazioni del COVID-19

Manifestazioni tipiche del COVID-19 (di comune riscontro tra le persone contagiate)

- febbre o brividi
- tosse secca
- affaticamento/astenia
- produzione di espettorato
- dispnea (sensazione o evidenza di "fame d'aria", "affanno")
- mal di gola
- mal di testa
- dolori muscolari e/o articolari
- diarrea
- nausea e/o vomito
- riduzione/ perdita del senso del gusto e/o dell'olfatto
- congiuntivite, manifestazioni cutanee (urticaria, petecchie)

Manifestazioni atipiche del COVID-19 (possono essere presenti nella persona con demenza)

- agitazione, irrequietezza
- maggiore confusione
- soprore
- estraniamento, ridotta responsività agli stimoli
- peggioramento dei disturbi del comportamento (agitazione, aggressività, deliri, allucinazioni)
- anorexia
- cadute ripetute
- peggioramento dei livelli di autonomia
- debolezza generalizzata

In presenza di queste manifestazioni, si raccomanda che il caregiver della persona con demenza prenda tempestivamente contatto con il medico di medicina generale o con i servizi di continuità assistenziale, evitando di recarsi direttamente in Pronto Soccorso o di attivare i servizi di assistenza medica di emergenza (118).

Qualora comparissero i seguenti sintomi e/o segni clinici di allarme è invece necessario attivare tempestivamente i servizi di emergenza sanitaria (118, Pronto Soccorso):

- | | |
|---|---|
| ▪ difficoltà respiratoria | ▪ dolore o oppressione a livello toracico |
| ▪ difficoltà/impossibilità ad essere risvegliati | ▪ cianosi del volto (viso o labbra bluastre) |

Mantenere la routine

Sviluppare e mantenere una routine quotidiana, basata su attività semplificate e sequenziali, può risultare calmante e rassicurante sia per la persona con demenza sia per coloro che lo circondano. Pertanto, si consiglia di:

- | | |
|---|--|
| ▪ redigere uno schema di routine quotidiana (es. ricorrendo alla compilazione di griglie o calendari giornalieri o settimanali per pianificare le attività) | ▪ mantenere una corretta igiene del sonno (es. non esagerare con i riposini diurni, limitare il consumo di caffè, mantenere un orario costante di addormentamento) |
| ▪ diversificare le attività, alternando attività fisiche, mentali e, ove possibile, interazioni sociali | ▪ scegliere attività che facciano leva sugli interessi e sulle preferenze della persona |
| ▪ rispettare gli orari dei pasti | ▪ prevedere momenti di riposo e rilassamento |