



Memo

Marzo Aprile 2024



Notizie

Tratto da "ALZHEIMER ITALIA" Sito della Federazione Alzheimer Italia

PER CHI ASSISTE IL MALATO

PARTE TERZA

Cambiamenti d'umore e di comportamento

Questa parte affronta più propriamente i problemi causati dai numerosi disturbi del comportamento e dell'umore del malato.

E' suddivisa, come le altre parti, in capitoli per facilitare la ricerca di un determinato argomento.

Ogni capitolo è strutturato allo stesso modo:

- titolo
- alcune brevi esperienze personali
- informazioni essenziali relative all'argomento
- un riquadro nel quale sono evidenziate le possibili risposte al problema
- come affrontare e prevenire (se è possibile) quel particolare tipo di comportamento o problema.

- **Cambiamenti d'umore e di comportamento**

Comportamento aggressivo
Agitazione e nervosismo
Scatti d'ira
Ansia e paura
Apatia
Cambiamenti di umore e labilità emotiva
Il malato ci segue ovunque
Comportamenti strani e imbarazzanti
Incapacità di riconoscere persone e cose
Depressione
Frustrazione
Allucinazioni e deliri
Perdere le cose e accusare ingiustamente gli altri
Reazioni violente
Domande ripetitive
Comportamento sessuale improprio
Insonnia e girovagare notturno
Vagabondaggio

Agitazione e nervosismo

La mamma camminava su e giù per il soggiorno, risistemava i cuscini, spostava i soprammobili, apriva e chiudeva in continuazione i cassetti della credenza. Mia moglie si stava innervosendo. Allora ebbi un'idea. Andai di sopra a prendere tutti gli asciugamani puliti, li raccolsi alla rinfusa e li portai giù a mia madre, chiedendole se poteva piegarli perché noi non ne avevamo il tempo. Lei si mise subito al lavoro e la sua agitazione di lì a poco si calmò.

Quando sono agitati o nervosi, i malati di demenza si mostrano solitamente irrequieti e diventano irritabili. Talvolta si mettono a camminare avanti e indietro, oppure corrono qua e là toccando ogni cosa (per es. spostano oggetti in cucina, cambiano posto ai mobili o aprono i rubinetti). Questi comportamenti sono spesso conseguenza del danno cerebrale e non necessariamente dipendono da avvenimenti esterni o dal nostro atteggiamento. Tuttavia, ciò non toglie che si crei disagio e nervosismo in tutta la famiglia. Per gestire l'agitazione e il nervosismo, la cosa migliore è mantenere la calma e cercare di trasmettere tranquillità alla persona malata.

Come affrontare agitazione e nervosismo

- Rimanere calmi e parlare con gentilezza
- Dare spazio sufficiente, in modo che non si senta costretto

FELICEMENTE SEGUI L'ONDA - Alzheimer Brianza - APS
sede legale: Via Dante Cesana, 22 - 20841 Carate Brianza
C.F. 91139660152 - tel. 3391239685
www.felicementeseguilononda.it - E-mail: segui.onda@gmail.com

- Dargli qualcosa con cui giocherellare (ad esempio un rosario o un fazzoletto)
- Trovargli qualcosa di utile da fare (ad esempio sbucciare le patate o piegare gli strofinacci da cucina)
- Un bicchiere d'acqua può a volte aiutare a calmarsi
- Non prendersela con se stessi

Come prevenire agitazione e nervosismo

- Ridurre le bevande che contengono caffeina
- Cercare di semplificare l'ambiente circostante
- Consultare il medico, se la persona è estremamente agitata

Come affrontare agitazione e nervosismo

Quando il malato di demenza si sente agitato o nervoso, è meglio non cercare di bloccarlo, né impedirgli di muoversi liberamente. Controlleremo piuttosto che non ci sia qualcosa che gli fa male (per es. un sasso nella scarpa). Le persone sono in grado di avere una forza straordinaria: anche solo stringendoci un braccio possono farci molto male. È quindi opportuno lasciar loro molto spazio e parlare con voce calma e gentile. Talvolta può essere utile trovare qualcosa con cui possano giocherellare, come per es. un fazzoletto, oppure qualcosa di costruttivo come sbucciare le patate, oppure ancora offrire al malato un bicchiere (infrangibile) d'acqua. Infine, non dobbiamo aumentare i nostri sensi di colpa: questo problema non è dovuto a qualcosa che abbiamo fatto o che non abbiamo fatto.

Come prevenire agitazione e nervosismo

Può essere utile ridurre bevande come tè, caffè e cioccolata, che normalmente contengono caffeina. Possiamo anche cercare di semplificare l'ambiente circostante, per es. evitando che vi sia confusione, troppa gente, cambiamenti non necessari, troppa attività, ecc. Se l'agitazione diventa un problema costante o il malato è estremamente agitato, come ultima risorsa possiamo ricorrere al medico perché prescriva un farmaco, pur tenendo presente che bisogna sempre fare attenzione agli effetti collaterali.

Link: <https://www.alzheimer.it/agitaz.html>



PROGRAMMA GRUPPO DI SOSTEGNO

Pubblichiamo il calendario dei prossimi due mesi della nostra attività mediante gli incontri di sostegno psicologico a distanza, tramite la piattaforma telematica "Google Meet", che ha come destinatari i familiari di malati di Alzheimer, il martedì alle ore 21,15.

martedì 12 marzo 2024 *h. 21,15* **Dr. DARIO FERRARIO psicologo - "Gruppo ABC
Serata di Mutuo-Aiuto"**

martedì 26 marzo 2024 *h. 21,15* **Dr. DARIO FERRARIO psicologo - "Gruppo ABC
Serata di Mutuo-Aiuto"**

martedì 9 aprile 2024 *h. 21,15* **Dr. DARIO FERRARIO psicologo - "Gruppo ABC
Serata di Mutuo-Aiuto"**

martedì 23 aprile 2024 *h. 21,15* **Serata a cura dei volontari dell'associazione
"FeliceMente Segui l'onda"**

Riceverete per tempo l'avviso relativo al singolo incontro con il link al quale cliccare per accedere alla riunione. Nel caso di connessione tramite smartphone il consiglio è quello di scaricare l'app di "Meet" di Google.

SPORTELLO SOCIALE ALZHEIMER

Prosegue anche l'attività di supporto telefonico individuale alla quale provvedono i nostri volontari e i nostri psicologi, con particolare attenzione alle situazioni di particolare difficoltà e per mantenere viva la relazione, nonostante la distanza.

- *l'ultimo mercoledì di ogni mese su appuntamento*

COME CONTATTARCI

- telefonando Settore Servizi Sociali 0362 987362

- scrivendo a: info@felicementeseguilonda.it

FELICEMENTE SEGUI L'ONDA - Alzheimer Brianza - APS

sede legale: Via Dante Cesana, 22 - 20841 Carate Brianza

C.F. 91139660152 - tel. 3391239685

www.felicementeseguilonda.it - E-mail: segui.onda@gmail.com

ALZHEIMER CAFE'

L'Alzheimer Cafè è uno spazio gratuito dedicato ad attività di stimolo e socializzazione per persone con demenza e a proposte formative e di supporto per i loro familiari.

c/o Istituti Clinici Zucchi di Carate Brianza – Piazza Madonnina, 1

Sabato 16 marzo 2024 h. 15,30

Sabato 13 aprile 2024 h. 15,30

Sabato 25 maggio 2024 h. 15,30



The poster features the title 'ALZHEIMER café' in a large, elegant font, with 'café' in a cursive script and 'edizione 2024' below it. Logos for 'Istituti Clinici Zucchi Gruppo San Donato', 'FELICE MENTE Segui l'Onda ALZHEIMER BIANZA', 'Mente in Salute Dementia Friendly Carate Brianza 2024', and 'COMUNE DI CARATE BRIANZA' are displayed. A central text block describes the event as a free space for stimulation and socialization. A red box provides meeting details: 'Gli incontri si svolgono di sabato pomeriggio dalle ore 15.30 alle ore 17.00 presso gli ISTITUTI CLINICI ZUCCHI, Piazza Madonnina, 1 - Carate Brianza (MB)'. A circular graphic contains the text 'Partecipazione gratuita e senza prenotazione'. The dates '24 febbraio - Open Day', '16 marzo', '13 aprile', and '25 maggio' are listed. A coffee cup is shown on the right. Contact information is at the bottom right.

ALZHEIMER *café* edizione 2024

Istituti Clinici Zucchi Gruppo San Donato

FELICE MENTE Segui l'Onda ALZHEIMER BIANZA

Mente in Salute Dementia Friendly Carate Brianza 2024

COMUNE DI CARATE BRIANZA

L'Alzheimer café è uno spazio gratuito dedicato ad attività di stimolo e socializzazione per persone con demenza e a proposte formative e di supporto per i loro familiari.

Gli incontri si svolgono di sabato pomeriggio dalle ore 15.30 alle ore 17.00 presso gli **ISTITUTI CLINICI ZUCCHI**, Piazza Madonnina, 1 - Carate Brianza (MB).

Partecipazione gratuita e senza prenotazione

24 febbraio - Open Day
16 marzo
13 aprile
25 maggio

Per info:
Tel. 339 1239685
info@felicementesequilonda.it

FELICEMENTE SEGUI L'ONDA - Alzheimer Brianza - APS
sede legale: Via Dante Cesana, 22 - 20841 Carate Brianza
C.F. 91139660152 - tel. 3391239685
www.felicementesequilonda.it - E-mail: segui.onda@gmail.com

Giovedì 14 marzo 2024 h. 21,00 – Briosco, c/o Sala Consiliare – Via Roma n. 4

MARCO ANNICCHIARICO, scrittore – presenta il suo libro "I cura cari" - moderatore Alberto Calori, presidente ass. FeliceMente segui l'onda.

PICCOLO VIAGGIO
tra le pagine chiare
e le pagine scure
DELL'ALZHEIMER

Marco ANNICCHIARICO
"I CURA CARI"
giovedì 14/3/24
dalle ore 21

Interverrà
Alberto CALORI
Presidente Associazione
"Felicamente segui l'onda"
ALZHEIMER BRIANZA APS

Facebook FeliceMente YouTube FeliceMente Segui l'Onda

Comune di Briosco
Sala Consiliare
Via Roma, 4

INGRESSO LIBERO

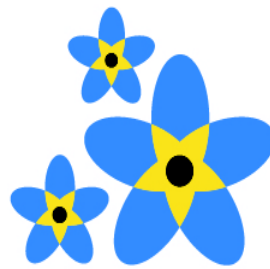
Incontro aperto
alla Cittadinanza,
Associazioni e
Commercianti

"La guardo e non riesco a capire con quale madre ho a che fare, se con quella che ricorda o con quella che dimentica".

FELICEMENTE SEGUI L'ONDA - Alzheimer Brianza - APS
sede legale: Via Dante Cesana, 22 – 20841 Carate Brianza
C.F. 91139660152 – tel. 3391239685
www.felicementeseguilonda.it - E-mail: segui.onda@gmail.com



Lavori in corso



Working to become
**Dementia
Friendly**
Carate Brianza
2023

Logo della Comunità amica della Demenza di Carate