

estratto da

Pietro Vigorelli

ALZHEIMER SENZA PAURA

Rizzoli

I disturbi psicologici e comportamentali

Nel corso della malattia compaiono vari disturbi psicologici e del comportamento (sono noti anche con l'acronimo americano *BPSD – Behavioural and Psychological Signs and symptoms in Dementia*) e sono proprio questi che rendono più difficile la vita in famiglia.

All'inizio si tratta spesso di depressione o di irritabilità; nella fase intermedia possono comparire comportamenti aggressivi e agitazione psicomotoria; nella fase avanzata sono frequenti l'apatia e l'appiattimento emotivo.

Abbastanza frequenti sono anche i fenomeni di vagabondaggio (*wandering*) per cui il malato gira continuamente per la casa o cerca di uscire o cammina di notte quando gli altri dormono, apparentemente senza scopo.

In alcuni malati compaiono fenomeni di disinibizione, per cui si svestono o fanno *avance* sessuali o insultano, creando imbarazzo in chi li assiste e in chi li incontra per caso.

Il senso dei BPSD

Alcuni familiari pensano che i BPSD siano immotivati, senza senso, altri invece pensano che nascano dalla cattiva volontà del malato che *fa apposta* a comportarsi così (spesso mi sento dire: *fa i capricci* oppure *mi fa i dispetti*).

Entrambe le posizioni sono sbagliate e non aiutano a far fronte ai problemi creati dai BPSD.

Bisogna ricordare che questi disturbi fanno parte delle manifestazioni della malattia (il malato *non fa apposta*).

D'altra parte i BPSD si manifestano solo in qualche momento e non in tutti i malati per cui è ragionevole pensare che quando compaiono ci sia un motivo scatenante.

Che cosa fare quando ci sono i BPSD

Ti consiglio alcune semplici linee di comportamento:

- non colpevolizzare il malato, infatti *non fa apposta*, il suo comportamento è influenzato dalla malattia
- non sentirti colpevole, infatti se il malato si comporta *male* non è colpa tua
- non reagire in modo impulsivo e eccessivo, perché il disturbo potrebbe accentuarsi
- cerca di capire perché il sintomo è comparso. Spesso riuscirai a trovare una causa scatenante in quello che è successo subito prima della comparsa del disturbo
- non essere ripetitivo. Se ti accorgi che di fronte allo stesso problema reagisci sempre allo stesso modo e non ottieni dei buoni risultati, cerca di cambiare strategia
- cerca delle soluzioni nuove per prevenire e gestire i BPSD, per quanto possibile
- parla dei problemi che incontri con chi li ha già affrontati (per contattare l'Associazione di familiari più vicina telefona a Pronto Alzheimer 02.809767)

Basandomi sull'esperienza delle famiglie che ho assistito e degli operatori che hanno partecipato ai miei Seminari mi sono reso conto che il modo migliore per prevenire e gestire i disturbi psicologici e comportamentali consiste nell'adottare l'Approccio Conversazionale e Capacitante, tutti i giorni e in ogni momento.
