

e facile occuparsi di loro

A CURA DI NUCCIA NUNZELLA



quando la nonna si dimentica di chiudere il gas

ALZHEIMER, UN FENOMENO IN CRESCITA CHE CREA NUOVE ANSIE MA CHE SI AFFRONTA PIÙ SERENAMENTE CON QUALCHE SUGGERIMENTO E CON GLI AIUTI GIUSTI

Il nonno o la nonna che ricordano perfettamente la filastrocca dell'infanzia ma non sanno più se hanno già mangiato o no, se questa è la loro casa e cosa ci fa quel pentolino sul fornello acceso. E tu che un giorno ti accorgi che non puoi più lasciarli soli, che devi organizzarti però non sai da dove incominciare e a chi rivolgerti. Solo in Italia, l'Alzheimer colpisce oggi circa 500.000 persone. E altrettante famiglie quindi, improvvisamente si trovano a dover fronteggiare una inedita e complessa realtà. È normale abbattersi,

soprattutto all'inizio, quando si devono fare i conti non solo con il nostro disorientamento (il nostro caro è lì ma non è più la stessa persona) ma anche con tutte le incombenze pratiche e amministrative che ne derivano.

Ma non perdiamoci d'animo! Col cuore - il più valido aiuto anche in questo caso - e con una corretta informazione tutto può essere migliorato. Magari non la memoria dei nostri cari vecchi ma la nostra serenità di figli, o nipoti, e a volte purtroppo anche di coniugi (il vero Alzheimer può colpire anche a 50-60 anni, le altre forme sono spesso una conseguenza dell'invecchiamento di questa nostra società così longeva).

Tra i primi provvedimenti quello di mettere in sicurezza la casa dove vive il malato: fornelli a spegnimento automatico in caso di fuga di gas; copri-prese; chiusure di sicurezza per finestre; appigli in vasca e doccia; eliminazione di tappeti e passatoie, e della scala con cui finora la mamma saliva a pulire i lampadari...

Disporre l'abitazione in modo essenziale affinché non ci sia più bisogno di cambiamenti, anche piccoli: indebo-



lendosi la consapevolezza del tempo e dello spazio, per questi malati è fondamentale la continuità dei piccoli riti quotidiani. E naturalmente farsi aiutare, se si può, da una badante. Sia per l'accudimento pratico del nostro congiunto e sia per assicurargli la compagnia che in casi come questi diventa un nutrimento più importante del cibo.

Affidare a una persona che non conoscevamo la cura dei nostri "smemoratelli" comporta a sua volta una serie di interrogativi e ansie. E non basta certo un contratto - anche se

ben articolato e giusto - a farci sentire sereni. Occorre stabilire con lei il massimo della fiducia e della chiarezza. Rispettarla nei suoi diritti ma esigere da parte sua un'assunzione di responsabilità che solo il dialogo continuo e la stima reciproca possono garantire.

Per questo è bene farsi assistere da specifiche figure professionali o Associazioni nate proprio per sostenere le famiglie in questi casi. Come AIMA - Associazione Italiana Malattia di Alzheimer - (N.V. 800/371332), per un'assistenza rapida da parte di psicologi e operatori competenti. O la Fondazione Manuli Onlus (Milano Tel. 02/6703140), associazione senza scopo di lucro che, tramite i suoi medici (psicologi, geriatri ecc) e con il supporto di volontari, fornisce consulenza ai familiari, addestramento delle badanti e in più organizza periodicamente incontri assolutamente speciali. Più che incontri medicalizzati possiamo chiamarle Feste, lo dice anche il nome: Alzheimer Café, un momento di gioco e socializzazione guidati, messi a punto per mantenere attive le capacità del malato e far sentire meno isolate le famiglie.

Per gli aspetti burocratici come il pagamento dei contributi per la badante, il contratto, le ferie ecc. esistono invece uffici che a fronte di una modesta quota annuale provvedono alle varie incombenze nel rispetto di norme e leggi. **Per curiosità**, siccome ogni esperienza della vita - soprattutto le più difficili - ha qualcosa da insegnarci, vale la pena affrontare anche questa, non solo con tutto l'amore di cui si è detto prima (dovuto e ricambiato dai nostri cari!) ma anche con una buona dose di curiosità: ci sono libri bellissimi al riguardo (*Mia madre, la mia bambina* di Tahar Ben Jelloun). E film (*Lontano da lei* - USA 2008 - di Sarah Polley e con Julie Christie) in grado di cambiare la nostra prospettiva sulle cose importanti dell'esistenza.

Associazioni e consigli utili

Per una casa protetta

- ✓ Se ci sono problemi di deambulazione, meglio eliminare tappeti e passatoie. Per superare pochi gradini, acquista rampe leggere e componibili come Ireda excellent-system di Ireda & C. (in polietilene, da € 120 + Iva).
- ✓ In cucina accertati che fornelli, forno e scaldabagno abbiano la termocoppia, dispositivo che automaticamente interrompe l'erogazione del gas nel caso di spegnimento della fiamma.
- ✓ Aggiungi parasigoli (sui tavoli in cristallo in particolare) e paracolpi sugli stipiti delle porte, se usa la carrozzina.
- ✓ Sono importanti i blocchi per le finestre (meccanici o elettrici), per impedire che il malato butti oggetti. Come per i bambini, aggiungi i copripresa e i dispositivi di chiusura per mobili, elettrodomestici, cassette (serie *Patrull* di Ikea).
- ✓ In bagno: maniglioni e impugnature; seggiolino specifico per la doccia o la vasca (anche con elevatore); box doccia in acrilico e non in cristallo; ciambella rialzata per il wc; lavabo-consolle, rubinetto con leva a gomito, specchio a parete inclinabile in modo che il malato si possa vedere anche da seduto (Bocchi - Ceramica Dolomite - Ponte Giulio)

La ricerca della badante

Fino a poco tempo fa esisteva solo il passaparola o ci si rivolgeva a centri religiosi, senza troppe referenze. Ora esistono uffici che incrociano domande e offerta (a Milano, Brescia e Roma gestiti dal Comune, in altri luoghi da Centri per l'impiego, dalla Provincia o dai Sindacati), accertando che le candidate abbiano i documenti in regola.

Assunzione e gestione del lavoro

Volendo si può fare tutto da soli, ma esistono enti come l'Assindatcolf (N.V. 800-162261 - www.assindatcolf.it), presente in tutta Italia, oppure Nuova Collaborazione (02/2046998) che offrono assistenza nella gestione del lavoro, preparando contratto, buste paga e contributi.

(Michela Savio)

GRANDE CONCORSO COMPO

"Il verde che diverte"

Acquista un qualsiasi prodotto Compo, invia un sms al n.3404335577 oppure collegati a www.compoagricoltura.it. Puoi vincere subito 1.000 MondoParchi Familycard 2009 e 2010 e ad estrazione una divertente vacanza* per 4 persone sulla riviera adriatica!



COMPO. Pianta meraviglioso con semplicità.

Come trasformare la tua abitazione in un'oasi fiorita? Con l'utilizzo regolare dei prodotti COMPO le tue piante crescono rigogliose, regalandoti l'ambiente ideale per il tuo relax.

50 anni di ricerca ed esperienza.



*Hotel a spalla della catena AzzurroClub, trattamento pensione completa, viaggio escluso.

Concorso valido dal 15 gennaio al 15 giugno 2009 - Montepremi complessivo a no. 3404335577 - Modalità di partecipazione: Acquisti di prodotti Compo direttiamente sul punto vendita o consultando il regolamento completo su www.compoagricoltura.it