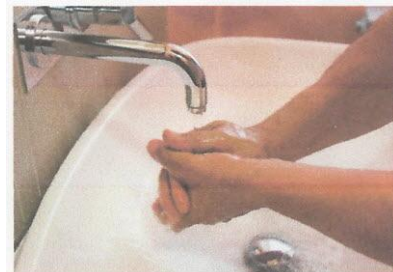


## L'IGIENE

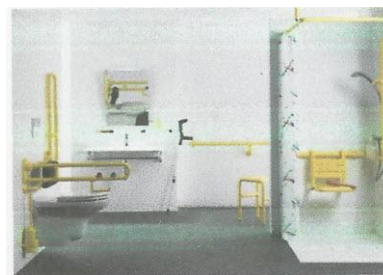
La persona affetta da demenza può presentare difficoltà nel ricordare di prestare attenzione alla propria igiene personale. Molto spesso capita che non siano coscienti della necessità di tale azione e nei casi più gravi dimenticano la sequenza delle azioni da compiere. In questa situazione è di fondamentale importanza rispettare la dignità della persona, non forzandola e non pretendendo che faccia quello che non è più in grado di fare: evitando di alterare le precedenti abitudini sarà più semplice per la persona affetta da demenza mantenere una propria autonomia in merito alle attività che è ancora in grado di compiere.

Il contatto con l'acqua può provocare ansia e timore, a tal proposito si consiglia di evitare la doccia e di fare il bagno o in alternativa, di aiutarlo nel lavaggio a pezzi.



La persona affetta da demenza necessita di un'assistenza meticolosa e costante per le operazioni di pulizia del proprio corpo: può avere difficoltà a tenere in mano il sapone, non ricordare a cosa serve o per quali parti del corpo va utilizzato. È importante ricordare che la persona con demenza può avere paura dell'acqua o di farsi male entrando o uscendo dalla vasca, a tal proposito ricordiamo alcuni consigli per la persona che assiste:

- restate sempre tranquilli, sorridenti e rispettosi, abbiate pazienza e calma: se pensiamo di non riuscire a comportarci così, è meglio farsi sostituire.
- rendere sicuro il bagno: lasciando in vista solo gli oggetti di uso quotidiano, non lasciare medicinali alla portata di mano, fornire WC, vasca e doccia di maniglioni; utilizzare tappetini antiscivolo nella vasca e nella doccia.
- se la persona con demenza appare imbarazzata, tenere alcune parti del corpo coperte, mentre la si aiuta a fare il bagno;
- rendere piacevole il momento dell'igiene, non costringendo o sgridando l'anziano, che altrimenti potrebbe agitarsi; utilizzate la musica o il canto se ci sono disturbi del comportamento
- se la persona con demenza rifiuta di farsi il bagno, provare in un altro momento;
- utilizzare un sapone delicato e possibilmente neutro;
- controllare attentamente la temperatura dell'acqua;
- usare un asciugamano morbido e asciugare piano con dolcezza senza strofinare.
- invitatelo a lavarsi da solo le zone genitali; abbiate attenzione per le zone "difficili" del corpo, come la regione sottomammaria, le pieghe dell'inguine, la regione anale;
- controllare spesso la pulizia delle unghie sia delle mani che dei piedi, qualora dovessero risultare troppo lunghe procedere con il taglio, evitando così graffi e ferite.



**Fare il bagno o la doccia deve essere una cosa piacevole.**