



COMUNICAZIONE

La malattia di Alzheimer è sovente definita come una malattia della comunicazione. La comunicazione è l'essenza dei nostri rapporti ed è fondamentale per la nostra esistenza. Quando la capacità di comunicare è perduta o danneggiata tutte le nostre relazioni sociali sono compromesse. Sostanzialmente, se non possiamo comunicare perdiamo il nostro posto nella società.

La comunicazione comporta comprendere il linguaggio e produrre il linguaggio. Una persona demente può avere difficoltà con entrambe queste azioni. Il linguaggio è anche strettamente intrecciato alla memoria. È la distruzione della memoria nel processo della malattia che genera le difficoltà nella comunicazione provate dalla persona con la malattia di Alzheimer.

Gran parte del nostro comunicare di cui siamo consapevoli è fatta parlando. Una delle maggiori caratteristiche della malattia di Alzheimer e di altre forme di demenza è l'interferenza con il parlare. Ciò accade in diversi modi. La persona demente può:

- * non essere capace di concentrarsi su un soggetto perché 'perde' le parole.
- * non essere capace di trovare il nome corretto di una persona: persino il nome del coniuge o dei figli non può essere ricordato.
- * avere difficoltà a ricordare i nomi delle cose comuni.
- * confondere le parole, es. chiedere del caffè quando in realtà si desidera del tè.
- * eventualmente non essere capace di formulare le parole del tutto.
- * produrre le parole in modo confuso al punto che non fanno senso.
- * perdere la capacità di capire le parole.
- * perdere la capacità di leggere e scrivere.

- * fare ripetutamente la stessa domanda o raccontare la stessa storia.

Qualsiasi di questi problemi può generare frustrazione e confusione sia la persona che ascolta sia la persona con demenza la quale sa di volere dire qualcosa, ma non sa come fare capire il proprio messaggio.

Ci sono molte tecniche che possono essere imparate e usate per aiutare nel processo comunicativo. Queste tecniche non arrestano la malattia ma possono facilitare a comunicare e a mettersi in relazione con la persona con demenza anche negli ultimi stadi della malattia. Mentre la malattia progredisce le forme di comunicazione non-verbale diventano più efficaci delle forme parlate.

Tenete in mente le seguenti cose:

È assolutamente vitale continuare a comunicare in qualsiasi modo possibile il più a lungo possibile. Essere compiacenti nel vostro approccio è cruciale. La maggioranza tra noi dà per scontata l'abilità di comunicare. Quando questa abilità è indebolita dobbiamo essere preparati a provare altre maniere per comunicare e stabilire un rapporto. È necessario del TEMPO per comunicare efficacemente, e ce ne vuole anche di più con una persona con demenza.

TECNICHE

- * Ridurre il rumore attorno; es. spegnere la radio o la televisione.
- * Assicurarci che ci sia una buona luce e che potete vedervi in faccia quando parlate.
- * Fate frasi corte e specifiche, e limitatevi a una sola idea per volta.
- * Fate domande che richiedono un Sì o un No per risposta, piuttosto che lunghe spiegazioni.

- * Lasciate il tempo per far capire le vostre parole e perché l'altra persona risponda.
- * Se vi pare che la persona con demenza non ha capito ripetete la domanda. Se non c'è risposta di nuovo, cambiate le parole.

ALTRI MODI PER COMUNICARE E STABILIRE UN RAPPORTO

- * Condividete i ricordi che rimangono guardando fotografie di famiglia o altre cose di valore sentimentale.
- * Fate delle passeggiate insieme.
- * Ascoltate la musica favorita insieme. Spesso la musica stimola il ricordo e può cambiare l'umore di una persona. Ballate insieme se vi è sempre piaciuto.
- * Toccarsi è un mezzo di comunicazione molto sottovalutato. Un abbraccio, carezzare le mani, sovente dicono più di mille parole.
- * Fissare un momento speciale ogni giorno, es.: per una tazza di caffè o tè nel pomeriggio, per sedere rilassati insieme e gustare una bevanda e uno spuntino.

Comunicare davanti ad altri

Un aspetto frustrante nell'assistere qualcuno malato di demenza è la loro capacità di apparire 'normale' davanti ad altri. Ciò si avvera particolarmente nel primo stadio della malattia. Le persone che assistono il malato sovente sentono che nessuno gli crede quando parlano delle difficoltà che incontrano.

Parimenti, i visitatori possono criticare il caregiver perché parla 'dall'alto' alla persona ammalata di demenza. Queste critiche offendono molto soprattutto perché vengono da persone ignare della reale situazione. Senza dubbio, cambierebbero presto la loro opinione se dovessero vivere con una persona afflitta da demenza.

La miglior cosa è di parlare a queste persone e spiegare cosa sta succedendo. Incoraggiatele a continuare le visite perché è importante per entrambi, voi e il malato, tenersi in contatto con gli altri e far parte della vita sociale il più a lungo possibile.

Per particolari informazioni su qualsiasi aspetto della demenza contattate la Alzheimer's Association of Queensland Inc. al **1800 639 331**.