

Come garantire la sicurezza: prevenire la fuga

Scheda 5

Una delle maggiori preoccupazioni di chi si occupa di un malato affetto da deterioramento cognitivo, riguarda la possibilità che questi possa allontanarsi senza controllo, perdersi e mettersi in pericolo.

Vediamo cosa si può fare per impedirlo o cosa fare se ciò dovesse accadere.

Cerchiamo di capire perché un malato può cercare di "scappare":

- Potrebbe non riconoscere più il posto dove abita, i suoi oggetti, i suoi occupanti: per questo potrebbe sentirsi perduto in un ambiente nuovo ed estraneo.
- Potrebbe cercare di ripetere antichi compiti: tornare al lavoro, assistere un bambino, ecc..., convinto di doversene ancora occupare.
- Potrebbe cercare qualcosa, come cibo, bevande, il gabinetto, o compagnia.
- Potrebbe aver assunto farmaci che hanno effetti collaterali come ansietà o confusione.
- Potrebbe cercare di sfuggire da stress causati da rumore, folla, isolamento, oppure avere paura di situazioni nuove o incomprensibili, o di allucinazioni.

- Potrebbe essere diventato confuso a causa del variare della luce, o per stanchezza, in certe ore del giorno o della notte.

- Potrebbe desiderare fare dell'attività fisica oppure, semplicemente, avere voglia di uscire di casa.

Ecco alcuni suggerimenti:

Stabilire un programma giornaliero uniforme, con attività consuete, esercizio fisico incluso, riduce la tentazione alla fuga, risolvendo alcune delle ragioni che abbiamo elencato più sopra, così come può funzionare tenere il malato occupato chiedendogli di aiutarvi in azioni semplici: piegare panni, scopare... facendogli sentire la musica che sapete piacergli, facendolo ballare, portandolo a spasso e cercando di capire quali potrebbero essere le ragioni per cui cerca di uscire.

Rendiamo sicura la sua casa

Malgrado gli sforzi che si possono fare nella direzione che abbiamo indicata, è possibile che resti una tendenza ad uscire appena se ne presenti l'occasione. Affinché il malato non si metta in pericolo uscendo senza controllo, a volte non resta che risolversi a recintare con siepi e cancelli i giardini e gli orti, e a mettere catenacci o serrature a porte e finestre: fate in modo che siano poco visibili (molto in alto o molto in basso) e che solo

voi possiate aprirli. Allo scopo di impedire le fughe, è utile anche installare dispositivi di una certa complessità come segnalatori elettronici che avvertono quando qualcosa viene aperto o pedane sensibili alla pressione che avvertono la presenza di qualcuno.

Informare i vicini

Nonostante tutte le precauzioni che possiamo prendere, il malato può riuscire ugualmente a "scappare". Anche per questo è utile che i vicini siano informati delle condizioni del malato: chiedete loro che vi chiamino se dovessero vedere il malato fuori casa da solo. Allo stesso modo può essere opportuno informare della situazione i vigili del quartiere.

Conoscere ciò che vi circonda

Identificate le aree pericolose attorno a casa: pozzi d'acqua, scalinate, boschi, gallerie, fermate d'autobus, balconate, strade a traffico pesante.. sono i posti dove correre subito nel caso il malato si perda, per essere pronti a tutto, per quanto è possibile.

Raccogliere informazioni importanti

- Abbiate pronta una lista scritta con: età, altezza, peso, colore dei capelli e degli occhi, segni particolari, caratteristiche sanitarie, medicazioni, condizioni dentarie, allergie, carattere...
- Abbiate più foto recenti somiglianti
- Fate una lista dei posti in cui è solito andare: strade che conosce bene, quartieri in cui ha abitato, posti di lavoro, chiese, giardini ecc..

- Tenete pronti dei vestiti sporchi da dare come traccia ai cani poliziotti. (Mettete questi capi in sacchetti di plastica utilizzando dei guanti e sostituiteli una volta al mese).
- Fate la lista delle aree pericolose già identificate.

Consigli finali per impedire le fughe

- Fate attenzione che i bisogni del malato siano il più possibile soddisfatti: che non sia affamato, che non desideri andare al gabinetto o non sia a disagio.
- Fategli fare del moto per ridurre l'ansia e soddisfacendo la voglia di muoversi.
- Coinvolgetelo in attività quotidiane piacevoli e che lo facciano sentire utile come piegare panni o fare da mangiare.
- Avvertite in anticipo chi potrebbe aiutarvi, che state curando un malato con caratteristiche molto particolari.
- Pianificate il da farsi prima che si verifichi la fuga.