

O Dia-a-dia

- Evitar o isolamento do doente, mantendo-o em contacto com a família e amigos;
- Simplificar rotinas;
- Propor e incentivar ocupações e actividades físicas simples e adequadas às capacidades do doente.

Cuidar de um doente de Alzheimer é uma tarefa difícil e exigente. Não se isole, não esqueça as suas necessidades e não exija demasiado de si próprio. Arranje tempo para si e faça coisas que lhe dêem prazer. Partilhe experiências.

Procure apoio na Associação Portuguesa de Familiares e Amigos do Doente de Alzheimer (APFADA) - Av. de Ceuta Norte, Lote 1, Loja 1 e 2 Quinta do Loureiro, 1350-410 Lisboa. Tel. 213 610 460/8. E-mail: alzheimer@netcabo.pt

O Que Pode Esperar do Seu Farmacêutico?

- Informação sobre a doença, sintomas e tratamento;
- Ajuda para resolver as dificuldades que vão surgindo;
- Informação sobre os medicamentos prescritos pelo médico;
- Recomendações para tratar sintomas como constipação, prisão de ventre e outros;
- Recomendações sobre alimentação;
- Encaminhamento para consulta médica, sempre que necessário.

Peça auxílio ao seu médico e ao seu farmacêutico e siga as suas instruções.

ANF/FF-08/2005

anf

Associação Nacional das Farmácias

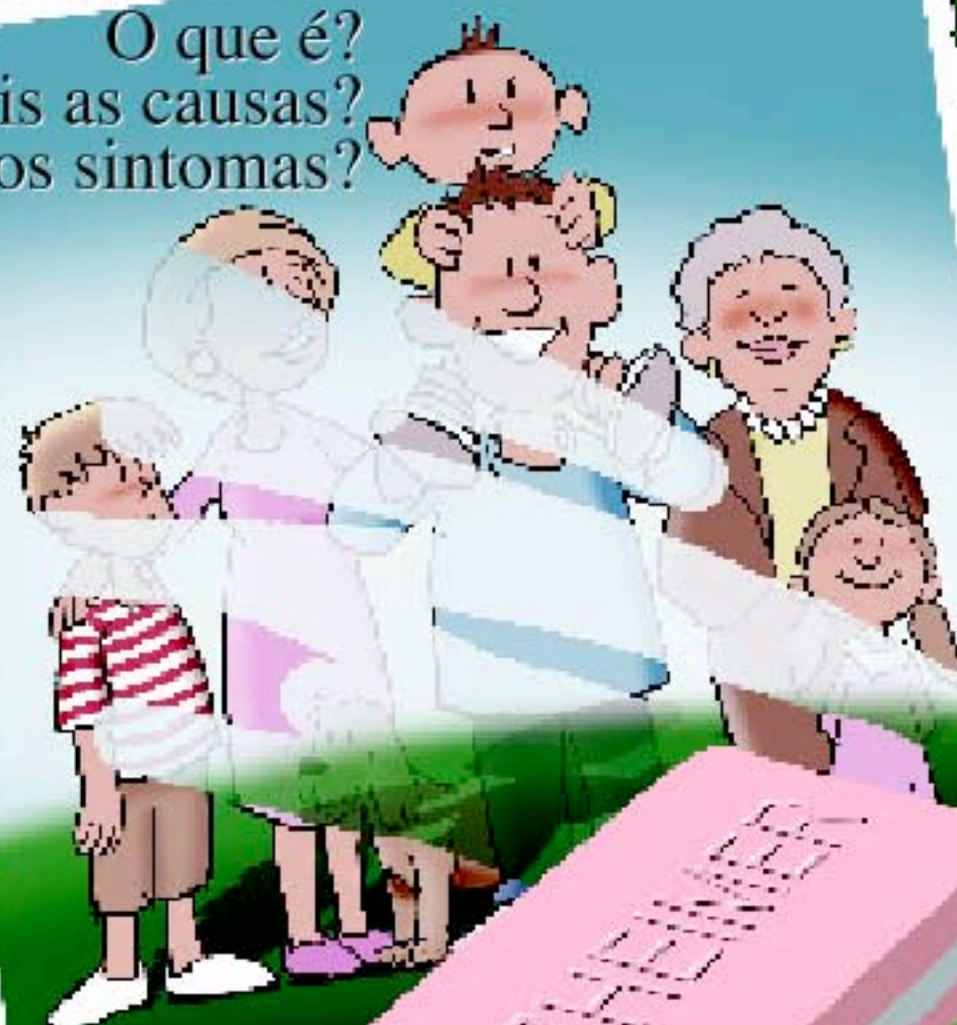
R. Marechal Saldanha, 1 . 1249-069 Lisboa . T. 21 340 06 00
Fax 21 347 29 94 . e-mail: anf@anf.pt . www.anf.pt



**FARMÁCIA
DA FAMÍLIA**

Alzheimer

O que é?
Quais as causas?
Quais os sintomas?



Informação para o doente e família

O que é a Doença de Alzheimer?

É uma doença que afecta o cérebro. O doente vai perdendo capacidades mentais e físicas, ficando dependente de outros. A velocidade de agravamento da doença varia de pessoa para pessoa. É mais frequente depois dos 60 anos, mas pode atingir pessoas mais novas.

Quais as Causas?

Não são conhecidas, mas sabe-se que o risco da doença aumenta com:

- Idade;
- Existência de outros casos na família.

Pode prevenir-se?

Não. Actualmente não se sabe como evitar a doença.

Quais os Sintomas?

Os iniciais também podem surgir em pessoas sem a Doença de Alzheimer, e são:

- Esquecimento – do nome de familiares, dos objectos, acontecimentos recentes;
- Confusão e desorientação – troca o lugar dos objectos; esquece a data; não reconhece locais; repete coisas que já disse;
- Desconfiança e alterações de humor.

O agravamento conduz a outros sintomas, como sejam:

- Deixa de reconhecer familiares, amigos e mesmo a si próprio;
- Tem dificuldade em falar e raciocinar;
- Deixa de ser auto-suficiente para realizar tarefas do dia-a-dia como: andar, comer, lavar-se e vestir-se;
- Pode ficar agitado, apático, agressivo ou deprimido;
- Não controla a urina e as fezes.



Como se trata?

Não existe cura. Os medicamentos para o tratamento da doença atrasam o agravamento e melhoram a agitação e a depressão. É fundamental estimular a memória e as capacidades mentais do doente, assim como o acompanhamento médico.

Informação para a Família Cuidados com o Doente

Numa fase avançada da doença quem cuida do doente deve ter cuidados com:

Alimentação

- Usar copos, tigelas e chávenas que não vertam facilmente;
- Dar refeições a horas certas, variadas, equilibradas, em ambiente calmo, sem pressa e conforme a capacidade do doente;
- Dar os alimentos não muito quentes e ao gosto do doente;
- Se houver dificuldade em engolir, os alimentos devem ser macios, em papa ou líquido espesso, para que o doente não se engasgue.

Segurança em casa

- Vigiar o doente que pode desorientar-se e fugir;
- Simplificar o mobiliário, retirar tapetes e objectos em que o doente se possa magoar;
- Colocar cancelas nas escadas;
- Usar fogões e aparelhos a gás com fechos de segurança;
- Fechar os medicamentos e produtos tóxicos em locais onde o doente não tenha acesso;
- Se o doente for fumador, ajudá-lo a deixar de fumar pelo risco de incêndio.