

Incontinence



Incontinence

Incontinence

Les personnes atteintes de démence ont une perte de contrôle sur la vessie ou les intestins (incontinence). Les causes de cette incontinence incluent l'incapacité de reconnaître les urgences mictionnelles, l'oubli de l'emplacement de la salle de bains ou les effets secondaires des médicaments. Demandez au médecin traitant d'éliminer d'éventuelles causes d'origine médicale.

Causes de l'incontinence

Si une personne atteinte d'Alzheimer a récemment commencé à perdre le contrôle de sa vessie et de ses intestins, la première et plus importante étape est de déterminer les causes possibles de cette perte.

Considérez ce qui suit :

Conditions médicales

- Infection de l'appareil urinaire, constipation ou un problème de prostate.
- Diabète, attaque d'apoplexie ou un trouble musculaire tel que la maladie de Parkinson.
- Inaptitudes physiques qui empêchent la personne d'atteindre la salle de bains à temps.

Médicaments et diurétiques

- Les comprimés de somnifères et les anxiolytiques peuvent relâcher les muscles de la vessie.
- Les boissons telles que le cola, le café et le thé peuvent agir en tant que diurétiques; un diurétique augmente la fréquence urinaire.

Environnement et habillement

- Assurez-vous que la personne peut trouver la salle de bains.
- Enlevez les obstacles tels que les meubles sur le parcours de la salle de bains ; assurez-vous que le parcours est bien éclairé.
- Fournissez des vêtements qu'il est facile d'ôter.

Déshydratation

- N'empêchez pas la personne de prendre des fluides. Le fait de supprimer les fluides pourrait causer la déshydratation, qui pourrait mener à une infection de l'appareil urinaire et à une incontinence accrue.

Soyez compréhensifs

- Les accidents de vessie et d'intestins sont embarrassants. Trouvez des manières d'aider la personne à garder sa dignité. Dites par l'exemple, « vous avez renversé quelque chose sur vos vêtements » au lieu de dire, « vous vous êtes mouillé. »
- Soyez pratique; ne réprimandez pas ou ne culpabilisez pas la personne.
- Respectez le besoin d'intimité autant que possible.

Communiquez

- Encouragez la personne, quand elle a besoin d'utiliser les toilettes, à vous le dire.

- Observez les indices non-verbaux tels que l'agitation ; émettre des sons ou faire des grimaces peu communes ; arpenter la pièce ; le silence soudain ; ou se cacher dans les coins. Ces indices indiquent la nécessité d'utiliser les toilettes.
- Utilisez des mots d'adulte, pas un langage de bébé, en vous référant à l'utilisation des toilettes.
- Apprenez les mots ou les expressions déclencheurs qu'utilise la personne pour exprimer son besoin d'utiliser les toilettes. La personne peut employer des mots qui n'ont rien à faire avec la salle de bains (c.-à-d., « je ne peux pas trouver la lumière »). Pour elle, cela signifie aller à la salle de bains.

Facilitez le fait de trouver et d'utiliser les toilettes

- Gardez la porte de salle de bains ouverte, de la sorte, le bassinet est visible.
- Apposez le dessin d'un bassinet sur la porte de salle de bains.
- Peignez la porte de la salle de bains avec une couleur contrastant avec celle du mur.
- Rendez l'usage de la salle de bains sûr et facile. A titre d'exemple, soulevez le siège de la cuvette, installez des barres qui servent à s'agripper des deux côtés de la cuvette et placez des veilleuses pour illuminer la chambre à coucher et la salle de bains.
- Pensez à une commode portable ou un urinoir pour la chambre à coucher.
- Enlevez les plantes, les corbeilles à papiers et d'autres objets qui pourraient être pris pour un bassinet.
- Enlevez les carpettes ou les tapis qui peuvent provoquer un trébuchement et une chute.

Planifiez pour l'avenir

- Observez et identifiez la routine quotidienne de l'utilisation des toilettes.
- Rappelez-lui d'utiliser la salle de bains juste avant son heure habituelle.
- Essayez d'établir un programme régulier pour l'usage des toilettes. Par exemple, aidez la personne à se diriger vers la salle de bains à peine elle se réveille le matin, toutes les deux heures durant la journée, juste après les repas et juste avant l'heure du coucher.
- Cherchez à savoir à quel moment se produisent les accidents, faites alors un plan qui vous permettrait de les éviter. S'ils se produisent toutes les deux heures, emmenez la personne à la salle de bains avant l'écoulement de ces deux heures.

Faites un suivi

- Examinez la cuvette pour voir si la personne a uriné et/ou déféqué.
- Aidez la personne à essuyer et rincer le bassinet.
- Lavez régulièrement les parties sensibles de la peau et appliquez sur la peau de la poudre ou l'onguent.

Surveillez les fluides

- Limitez chez la personne la prise de liquides avant l'heure du coucher.
- Limitez les boissons qui provoquent une fréquence urinaire tel que le cola, le café, le thé et le jus.

Ajustez et innovez

- Choisissez les vêtements qu'il est facile d'enlever et de nettoyer.
- Pensez à lui faire porter des sous-vêtements capitonnés.
- Donnez à la personne tout le temps de vider sa vessie et entrailles dans la salle de bains.

- Ouvrez le robinet d'eau dans l'évier ou donnez à la personne une boisson pour stimuler l'urine.
- Les feuilles de gommage ou les tampons d'incontinence sur le lit d'une personne peuvent empêcher le liquide de tremper le matelas.