



WHY DO PEOPLE WITH DEMENTIA HAVE TROUBLE WITH BLADDER AND BOWEL CONTROL?

People with dementia have memory loss and may be confused and not know where they are. This can cause or make bladder and bowel control problems worse.

People with dementia may have trouble with:

- "Holding on" until they get to the toilet.
- Finding the toilet.
- Knowing they need to unzip or pull down their pants when going to the toilet.
- Being away from home at places where they don't know where the toilet is.
- Knowing when their bladder or bowel is empty.
- Being aware of the need to pass urine or empty their bowels.
- Urinating or opening their bowels in places they should not.
- Depression, anxiety or stress, or illness, which may make bladder and bowel control problems worse.

CAN ANYTHING BE DONE FOR PEOPLE WITH DEMENTIA WHO HAVE TROUBLE WITH BLADDER AND BOWEL CONTROL?

Yes!

While dementia may rule out some treatments, there are ways to provide comfort and dignity.

There are some broad rules for working in a helpful way with people with dementia:

- Listen with care and respond to the person.
- Get rid of clutter. Keep the space around them simple and well known to them.
- Show respect and sincere care.

Check bladder and bowel control

Seek help from their doctor, physiotherapist, or continence nurse.

A bladder and bowel control check up will include a physical check and questions about when, where and why problems happen.

The carer is often the best person to give the details needed to check bladder and bowel control, such as:

- the time the person goes to the toilet and/or leaks;

PERCHÈ LE PERSONE AFFETTE DA DEMENZA HANNO PROBLEMI DI INCONTINENZA?

Le persone affette da demenza soffrono di perdita della memoria e potrebbero sentirsi confuse e disorientate. Tutto questo può avere ripercussioni sui meccanismi necessari per controllare la vescica e l'intestino.

Le persone affette da demenza possono avere difficoltà a:

- Trattenere il flusso di urina prima di arrivare in bagno.
- Trovare il bagno.
- Riconoscere il bisogno di aprire la cerniera o calare i pantaloni prima di urinare.
- Trovarsi in ambienti inconsueti e non sapere dove si trova il bagno.
- Riconoscere quando la vescica o l'intestino sono svuotati.
- Riconoscere il bisogno di urinare o evacuare le feci.
- Distinguere i luoghi inopportuni per urinare o evacuare le feci.
- Causa di problemi di depressione, ansia o stress, oppure malattie che possono aggravare l'incontinenza urinaria e fecale.

C'È QUALCOSA CHE SI PUÒ FARE PER LE PERSONE AFFETTE DA DEMENZA CHE HANNO PROBLEMI CON L'INCONTINENZA?

Sì!

Anche se la demenza potrebbe escludere determinate terapie, vi sono molti modi per garantire conforto e dignità.

Esistono delle regole generali per lavorare efficacemente con le persone affette da demenza:

- Ascoltare attentamente e rispondere alla persona.
- Creare un ambiente semplice e ordinato che conoscono molto bene.
- Dimostrare un rispetto e un'attenzione sincera.

Accertamento dell'incontinenza urinaria e fecale

Interpellate il medico curante, fisioterapista o infermiere specializzato in problemi di incontinenza.

L'accertamento dell'incontinenza include una visita medica e delle domande su quando, dove e perché certi problemi si verificano.

L'accompagnatore è spesso la persona più adatta a fornire i dati necessari per l'accertamento che includono:

- a quali ore l'interessato va in bagno e/o si bagna;





- how wet the person is:
minor = underwear is damp;
moderate = skirt or trousers are wet; or
severe = chair, floor or bed is flooded; and
- when and how often they open their bowels.

Manage poor bladder and bowel control

- Treat the cause of the problem. Their doctor, physiotherapist or continence nurse can help find the causes and suggest how to treat them.
- Review medicines. Medicines may help, but they can also make people more confused, and make bladder and bowel control problems worse.
- Make sure the person with dementia drinks 1.5 - 2 litres of fluid per day (unless a doctor says this is not okay). Drinking water can help treat bladder infections, make the bowels work better and keep the bladder healthy. Coffee, tea and cola have a lot of caffeine, which can upset the bladder and make the bladder harder to control. Try to cut down on how many of these drinks they have.
- Treat constipation. Make sure they eat lots of fruits and vegetables, drink lots of water through the day, and stay active.
- Watch for signs they want to go to the toilet. Ask them to use the toilet at the times you think they most often go or are most often wet. If you note the time this happens you will be able to see if it gets better.
- If they have trouble with zips and buttons, change to track suits, trousers with elastic waists, or use Velcro.
- Keep the way to the toilet clear. Don't leave things in the way that might make it hard to get to the toilet. A night light may help. Make the toilet door easy to see.
- Think about using community resources to help with the load of caring for a person with dementia – such as laundry, shopping and respite care.

Bladder management products such as pads and pants may improve quality of life. You may be able to get some help to cover the cost of these products. Advice on whether you are able to receive this help and the types of products you can get can be found on the National Continence Helpline (Free call* 1800 33 00 66). These things may reduce how often bladder and bowel mishaps occur and how bad they are.

- la portata delle perdite, ad esempio:
modesta = mutande inumidite;
moderata = passano attraverso la gonna/pantaloni; oppure
severa = inzuppano sedia/pavimento/letto; e
- la frequenza con cui l'interessato evacua.

Gestione dell'incontinenza

- Curare la causa del problema. Il medico curante, fisioterapista o infermiere esperto di incontinenza può aiutare a identificare le cause del problema e suggerire una terapia.
- Controllare i farmaci. I farmaci possono essere utili ma possono anche aumentare lo stato confusionale e far peggiorare l'incontinenza.
- Assicuratevi che la persona affetta da demenza beva da 1,5 a 2 litri di liquidi al giorno (salvo contrario avviso del medico). Bere acqua contribuisce a prevenire le infezioni del tratto urinario, la stitichezza e mantiene sana la vescica. Cercare di bere meno caffè, tè e bibite a base di cola che contengono molta caffeina e possono irritare la vescica e causare un bisogno frequente di urinare.
- Curare la stitichezza. Assicurarsi che l'interessato mangi tanta frutta e verdura, che beva molta acqua durante il giorno e che sia attivo.
- Fare attenzione ai segnali che indicano che deve andare in bagno. Dire alla persona interessata di andare in bagno negli orari abituali o quando sapete che di solito si bagnano. Riconoscere gli orari vi aiuterà a capire se ci sono dei miglioramenti.
- Se la persona interessata ha difficoltà con zip e bottoni, sostituite gli indumenti con tute sportive, pantaloni con l'elastico in vita, oppure con chiusure con velcro.
- Tenere sgombro e senza ostacoli il tragitto che porta al bagno e usare una luce notturna. Rendere la porta del bagno facilmente individuabile.
- Considerare l'uso di risorse comunitarie per alleggerire il lavoro legato alla cura di una persona affetta da demenza, come ad esempio fare il bucato, fare la spesa, e l'assistenza di sollievo.

Gli accessori per l'incontinenza quali assorbenti e biancheria speciale possono migliorare la qualità della vita. È possibile ottenere contributi di carattere economico per far fronte al costo degli accessori per l'incontinenza. Consigli sui requisiti necessari e sul tipo di accessori disponibili si possono ottenere telefonando al numero verde dell'assistenza telefonica nazionale per la continenza (National Continence Helpline) (Numero Verde* 1800 33 00 66). Queste regole generali potrebbero aiutare a ridurre il numero di incidenti vescicali e fecali e la loro gravità.



CAN MEDICINE HELP WITH BLADDER AND BOWEL CONTROL?

Yes!

- Antibiotics may be given to treat a bladder infection.
- Hormone replacement therapy (tablets, patches or creams) may make it easier for post menopausal women to control their bladder.
- Tablets to relax the bladder may be given to settle an upset bladder, so it can store more urine. This can cut down the number of times the person needs to go to the toilet.
- Some medicines may cause bladder and bowel control problems, or make them worse. Medicines should be checked by a doctor, to see if any need to be changed.
- Some medicines for bladder and bowel control problems may cause problems like dry mouth, constipation, poor balance and lack of energy. For people with dementia, there is also a risk they may get more confused. Use of medicines should be watched with care by their doctor. Tell the doctor about any problems the medicines cause.

SEEK HELP

Qualified nurses are available if you call the National Continence Helpline on 1800 33 00 66* (Monday to Friday, between 8.00am to 8.00pm Australian Eastern Standard Time) for free:

- Information;
- Advice; and
- Leaflets.

If you have difficulty speaking or understanding English you can access the Helpline through the free Telephone Interpreter Service on 13 14 50. The phone will be answered in English, so please name the language you speak and wait on the phone. You will be connected to an interpreter who speaks your language. Tell the interpreter you wish to call the National Continence Helpline on 1800 33 00 66. Wait on the phone to be connected and the interpreter will assist you to speak with a continence nurse advisor. All calls are confidential.

Visit bladderbowel.gov.au or continence.org.au/other-languages

* Calls from mobile telephones are charged at applicable rates.

I FARMACI POSSONO ESSERE UTILI PER CURARE L'INCONTINENZA?

Sì!

- Potrebbero venir prescritti degli antibiotici per curare un'eventuale infezione del tratto urinario.
- Una terapia di sostituzione ormonale (compresse, cerotti o pomate) potrebbe migliorare il controllo vescicale nelle donne che hanno avuto la menopausa.
- Si potrebbero somministrare compresse rilassanti per calmare un'eventuale vescica irritabile, migliorarne la capacità e quindi ridurre l'urgenza e la frequenza di urinazione.
- La somministrazione di certi farmaci potrebbe causare o peggiorare l'incontinenza e richiede il controllo da parte di un medico che dovrà valutare se devono essere sostituiti.
- Alcuni farmaci prescritti per l'incontinenza possono produrre effetti collaterali come bocca asciutta, stitichezza, equilibrio instabile e letargia. La persona affetta da demenza è anche più propensa ad accusare stati confusionali. La somministrazione di farmaci richiede un attento controllo da parte del medico curante il quale deve essere informato di qualsiasi eventuale disturbo causato dal loro uso.

CHIEDETE AIUTO

Infermieri qualificati sono disponibili gratuitamente chiamando il servizio di assistenza telefonica nazionale per la continenza (National Continence Helpline) al numero verde 1800 33 00 66* (dal lunedì al venerdì, dalle 8.00 alle 20.00 (Australian Eastern Standard Time):

- Informazioni;
- Consigli; e
- Opuscoli.

Se avete difficoltà con l'inglese potete contattare la Helpline tramite il servizio di interpretariato telefonico al numero 13 14 50. Un operatore risponderà in inglese, voi dovete dire la lingua che parlate e dovete rimanere in linea. Successivamente verrete messi in comunicazione con un interprete che parla la vostra lingua al quale dovete comunicare che desiderate chiamare la National Continence Helpline al numero 1800 33 00 66. Rimanete in linea e l'interprete vi assisterà a parlare con un consulente per la continenza. Le chiamate sono riservate.

Visitate il sito bladderbowel.gov.au oppure continence.org.au/other-languages

* Le chiamate dal cellulare sono addebitate secondo le tariffe applicabili.

