

# DECALOGO DISTURBI DEL COMPORTAMENTO

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Apatia: la mancanza di volontà di compiere le normali azioni della vita e l'apparente appiattimento dei sentimenti. Disturbo difficile da trattare. Utile programmare la giornata e cercare di rispettare gli impegni. Chi si prende cura del paziente dovrebbe comunque provare a sollecitare le attività o indirizzarlo ad attività piacevoli e di socializzazione.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 2 | Ansia: apprensione, preoccupazione, paura. È un disturbo che può precedere di anni le manifestazioni cliniche della Malattia di Parkinson e disturba molto la qualità di vita dei pazienti. L'“incertezza del futuro”, le difficoltà da affrontare, sentirsi inadeguati, pensieri che ricorrono nelle loro preoccupazioni. Chi si prende cura (familiari, curanti, ....) <u>amorevolmente</u> rappresenta già una preziosa risorsa per attenuare il disturbo. Alcuni farmaci prescritti dal curante e assunti regolarmente, possono curare il disturbo; anche l'intervento dello psicologo, attraverso determinate terapie non farmacologiche (cognitivo-comportamentale), può essere efficace. Valutare con il curante.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 3 | <p>Depressione: senso di tristezza, l'essere pessimista, l'essere irritabile, sentirsi un peso per i propri cari, pianto. È un disturbo che può precedere di anni le manifestazioni cliniche della Malattia di Parkinson ed è uno dei fattori che maggiormente influenzano lo stato di salute delle persone con MP. La depressione causa sofferenza personale e può amplificare i problemi motori e di memoria, oltre ad aggravare l'isolamento sociale.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Discutere tutti i cambiamenti dell'umore con il proprio curante</li><li>• coinvolgere un membro della famiglia alla visita medica di controllo per definire insieme i cambiamenti dell'umore osservati.</li></ul> <p>Alcuni farmaci prescritti dal curante e assunti regolarmente, possono curare il disturbo; anche l'intervento dello psicologo, attraverso determinate terapie non farmacologiche (cognitivo-comportamentale), può essere efficace. Valutare con il curante.</p>                                                                                                                                                                                  |
| 4 | <p>Disturbi impulsivo-compulsivi: eseguire ripetutamente e in modo eccessivo alcuni comportamenti fino a provocare un impatto negativo sulla vita personale, della famiglia e del contesto sociale. Lo shopping compulsivo, la troppa attività sessuale, il mangiare compulsivo, il gioco d'azzardo, eccessiva esecuzione di hobbies, collezionismo sfrenato, uso compulsivo di farmaci.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Riferire sempre ai curanti l'insorgenza di questi comportamenti e descriverli in modo corretto e reale (coinvolgere un membro della famiglia alla visita medica di controllo)</li><li>• Valutare con il curante una eventuale modifica della terapia antiparkinsoniana (sia che si tratti di soli farmaci orali o terapie avanzate- DBS/Apomorfina/Levodopa-Carbidopa gel intestinale)</li><li>• Chiedere aiuto, senza vergognarsi.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| 5 | <p>Psicosi: comparsa di allucinazioni visive transitorie (illusione di presenza di persone, animali) o non visive, del tatto, dell'olfatto e uditive (semplici suoni). Sono manifestazioni di solito legate alla fase avanzata di malattia. Possono insorgere anche deliri di gelosia o di persecuzione. Tutti questi eventi possono essere resi più evidenti da malattie intercorrenti, come le infezioni urinarie, disidratazione, polmoniti e disturbi del metabolismo, soprattutto nei soggetti più anziani, allettati e con uno stadio terminale di malattia.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Riconoscere precocemente queste manifestazioni</li><li>• Escludere eventuali malattie intercorrenti</li><li>• Valutare con il curante una eventuale modifica della terapia in atto</li><li>• Alcuni farmaci antipsicotici prescritti dal curante e assunti regolarmente, possono curare il disturbo, soprattutto se questo causa insonnia e agitazione.</li><li>• Chi si prende cura del paziente, non deve spaventarsi e monitorare l'efficacia delle terapie prescritte al fine di concordare con i curanti la soluzione terapeutica migliore.</li></ul> |

|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>6</b>  | Disturbi cognitivi: disturbi della memoria, del linguaggio, dell'attenzione, rallentamento del flusso dei pensieri possono presentarsi con il progredire della malattia. Questi sintomi vengono facilmente attribuiti agli effetti collaterali delle terapie assunte per controllare la malattia, ad una forma lieve di depressione oppure alle conseguenze del cattivo riposo notturno. È importante invece parlarne con i curanti per accertare la vera natura dei disturbi, anche per una eventuale terapia.<br>Importante è mantenere un esercizio fisico costante che migliora le funzioni cognitive, l'attenzione e la capacità di pensiero. |
| <b>7</b>  | L'importanza dell'OSSERVAZIONE: i cambiamenti dell'umore, degli atteggiamenti, dello stile di vita vanno sicuramente annotati e discussi con i curanti.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>8</b>  | Non dimenticare mai di eseguire attività fisica regolare; possono aiutare il benessere generale, un regime alimentare salutare, il coinvolgimento nelle attività sociali e ricreative, avere un progetto, sia esso un passatempo o la socializzazione con amici e famiglia.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>9</b>  | Una migliore igiene del sonno è sicuramente d'aiuto, riducendo il livello di stress.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>10</b> | Assumere correttamente, secondo prescrizione, la terapia e non abusare in modo autonomo dei farmaci. Attenzione agli effetti collaterali dei farmaci (nausea, sonnolenza, giramenti di testa, aumento del tremore)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |