

Toileting



WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might:

- have poor control of their body functions
- be taking medications that cause them to urinate a lot
- forget what the bathroom and toilet are used for
- feel embarrassed and ashamed to ask for help
- might not be able to find the bathroom in time
- might not be able to remove their clothes in time

People with Alzheimer's disease or dementia can have accidents when they want to go to the bathroom.

WHAT CAN YOU DO?

ALLOW TIME & BE POSITIVE

- plan for extra time... be patient... don't rush
- stay calm and use a gentle voice
- give one step directions — "let's walk this way, let's come in here"
- think about if the person is embarrassed to get undressed in front of you or a person of a different sex

KEEP THINGS SIMPLE

- find clothes that are easy to take on and off, such as pants with an elastic waist or Velcro instead of buttons
- try to seat the person closer to the bathroom so they don't need to walk as far
- keep a light on in the bathroom so it can be seen when needed
- use a toilet seat with a bright color so that it can be seen easily
- install a raised toilet seat and grab bars – some individuals feel like they are falling when sitting down on a low toilet
- remove anything that looks like a toilet, such as a trash can

KEEP A SCHEDULE

- create a regular schedule for using the toilet: when they wake up, before and after meals, and just before bed
- limit water and other drinks close to bedtime

ACCIDENTS HAPPEN

- be understanding when accidents happen
- stay calm and comfort the person if they are upset
- be prepared with supplies, such as extra clothes and wipes
- if accidents happen suddenly or more often, talk with their doctor about possible reasons — for example, a new medication or an infection may cause this to happen



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

© 2018 Alzheimer's Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)

Uso del baño



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

Personas con Alzheimer o demencia pueden:

- tener poco control de sus funciones corporales
- estar tomando medicamentos que los hacen orinar mucho
- olvidar para qué sirven el baño y el inodoro
- sentirse avergonzados de pedir ayuda
- no encontrar el baño a tiempo
- no poder quitarse la ropa a tiempo



844.HELP.ALZ
AlzheimersLA.org

© 2018 Alzheimer's Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)

Personas con la enfermedad de Alzheimer o demencia pueden tener accidentes cuando necesitan ir al baño.

¿QUÉ PUEDE HACER?

DARSE TIEMPO SUFICIENTE Y MANTENERSE POSITIVO

- de tiempo adicional... sea paciente... no apesure
- mantenga la calma y la voz suave
- de instrucciones sencillas de un solo paso — “caminemos por acá, bien, ahora entremos aquí”
- considere que la persona puede sentirse avergonzado al tener que quitarse la ropa delante de usted o de una persona del sexo opuesto

TRATE DE FACILITAR LAS COSAS

- utilice ropa que sea fácil de poner y de quitar: como pantalones con cintura elástica o velcro en lugar de botones
- siente a la persona cerca del baño para que no tenga que caminar muy lejos
- mantenga una luz prendida en el baño para que se pueda ver cuando sea necesario
- use un asiento de inodoro de color brillante para poder distinguirlo con facilidad
- instale un asiento de inodoro elevado con barras de seguridad para sujetarse; algunas personas tienen la sensación de caerse cuando se sientan en un inodoro bajo
- saque o cubra cualquier cosa que se pueda confundir con un inodoro, como el bote de basura, por ejemplo

MANTENGA UN HORARIO

- establezca un horario regular para ir al baño: al despertarse, antes y después de cada comida, y justo antes de acostarse a dormir
- limite el consumo de agua y otras bebidas antes de dormir

LOS ACCIDENTES SUCEDEN

- sea comprensible cuando pasen accidentes
- mantenga la calma y consuele a la persona si se altera
- tenga suministros listos, tales como: ropa y toallas húmedas
- si la persona tiene accidentes súbitos o con mayor frecuencia, hable con el doctor sobre las posibles causas — por ejemplo, un medicamento nuevo o una infección