

MODULO 3. UNITÀ 3.

Come gestire situazioni complesse

Autovalutazione

1. In relazione alla stitichezza segna la risposta errata:

- a) Aumentare il più possibile l'esercizio fisico e l'assunzione di liquidi, così come l'assunzione extra di fibre, sono alcune raccomandazioni per migliorare la stitichezza.
- b) È importante anche consumare carne rossa e cibi astringenti, nonché utilizzare lassativi quando necessario.
- c) Alcuni dei sintomi causati dalla stitichezza sono: feci dure e scarse, dolore durante la defecazione e alla schiena, gonfiore addominale, affaticamento e stanchezza.

2. I blocchi della deambulazione sono interruzioni della deambulazione, con impossibilità di proseguire nonostante lo sforzo volontario da parte del soggetto, segnare la risposta corretta:

- a) Sono più frequenti all'inizio del cammino, in luoghi stretti o affollati, quando si riprende a camminare e a girarsi.
- b) Come parte del consiglio per uscire dal blocco, dovremmo dare le nostre mani al paziente e tirarle delicatamente per farlo iniziare a camminare.
- c) Sono più frequenti nella fase ON che nella fase OFF.

3. In relazione alla disfagia indicare la risposta corretta:

- a) Se il paziente soffoca, dovrebbe prima tossire aria e solo in casi estremi dovremmo eseguire la manovra di Heimlich.
- b) Se il paziente ha difficoltà a deglutire i liquidi è utile utilizzare addensanti ed evitare consistenze miste, mentre se il paziente ha difficoltà a deglutire i solidi utilizzare diete morbide o turmix.
- c) A e B hanno ragione.

4. Riguardo ai disturbi del sonno, quale delle seguenti affermazioni non è corretta?

- a) Il problema più comune è l'insonnia, la sonnolenza diurna (ipersonnia) e i disturbi del comportamento del sonno (parasonnie) come incubi, sogni vividi e terrori notturni.
- b) Rimanere attivi ed esercitarsi regolarmente non influenza il comportamento del sonno.
- c) Alcuni principi dietetici di base per un sonno ristoratore possono includere: consumare una cena leggera e anticipata, consumare la cena due ore prima di andare a dormire e mangiarla lentamente, masticando bene il cibo e prendendo il tempo appropriato tra i pasti.

5. Il trattamento delle complicanze respiratorie si basa fondamentalmente su:

- a) Il trattamento preventivo è essenziale fin dalle fasi iniziali della malattia, mediante esercizi respiratori quotidiani, nell'ambito di un trattamento riabilitativo globale.
- b) Il paziente può necessitare di cure con antibiotici, broncodilatatori, farmaci antinfiammatori e, nei casi più gravi, anche del ricovero ospedaliero.
- c) Entrambe le risposte precedenti sono corrette.

6. Quando ci sono problemi emotivi come ansia, depressione... segna la risposta corretta:

- a) È sempre necessario che il neurologo aggiusti la terapia e/o aggiunga altri nuovi farmaci.
- b) Sono indicate terapie psicologiche e talvolta è necessario anche un trattamento psichiatrico.
- c) Si consiglia di ridurre l'esercizio fisico e mentale fino a quando non si sarà recuperati maggiormente.

7. Le allucinazioni e i deliri più frequenti nella malattia di Parkinson sono i seguenti:

- a) Dei cinque tipi di allucinazioni, le allucinazioni gustative sono le più frequenti.
- b) I deliri di gelosia e di persecuzione sono i più frequenti.
- c) Non vengono mai provocati da farmaci antiparkinsoniani.

8. Il disturbo del controllo degli impulsi è caratterizzato da:

- a) Nella maggior parte dei casi questi comportamenti sono adattivi, temporanei e reversibili, senza conseguenze personali, familiari e/o professionali.
- b) Non è mai correlato ai farmaci e pertanto non può essere migliorato mediante aggiustamenti o modifiche dei farmaci.
- c) Alcuni dei comportamenti più frequenti sono lo shopping compulsivo, l'alimentazione compulsiva, i disturbi sessuali...