

WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might:

- trip because of changes in balance or trouble walking
- have problems seeing clearly due to poor eyesight
- forget to turn off water, burners, ovens
- forget how to use knives, etc. or where to safely place burning objects

Keeping Home Safe

People with Alzheimer's or dementia may have trouble knowing what is dangerous or making safe decisions. By helping him or her feel more relaxed and less confused at home, you can help stop accidents.

WHAT CAN YOU DO?

Keep Things Simple

- make sure rooms are neat
- place "often used" items in the same place
- remove things that might break and aren't needed

Look at the Floor

- remove small rugs, rugs that are thick, or rugs that might slide on floors
- don't shine or wax floors
- keep items off floors... cords, books, toys, bags, boxes, etc.
- make sure bathroom and kitchen floors are kept dry and avoid walking with wet feet
- use tables and chairs that are stable enough to lean on

Remove Dangerous Items

- keep all medicines... vitamins, aspirin, prescriptions... in a locked box, cabinet, or drawer
- place knives, scissors, guns, sharp tools, matches, and lighters out of sight or in a locked area
- move all cleaning supplies to a high shelf or lock them away
- take off knobs from the stove and oven

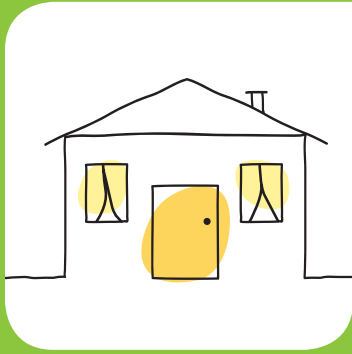
Don't Leave Him or Her Alone

- in the kitchen with the stove or oven on
- in the bathroom with water running
- anywhere with burning cigarettes, cigars, or pipes
- near an open or unlocked door or gate



...also serving San Bernardino & Riverside Counties

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

- por cambios de balance y el equilibrio
- cambios de la vista
- no poder tomar buenas decisiones
- olvidan cómo usar objetos peligrosos (armas, cuchillos, etc.) de forma segura

Seguridad en el Hogar

Las personas con Alzheimer a veces no pueden entender lo que ven. Por ejemplo, los escalones pueden verse planos o las alfombras negras pueden parecer hoyos. También pueden tener problemas para entender situaciones peligrosas o tomar decisiones seguras. Para evitar estas situaciones, le ayudaría si usted hace algunos cambios al hogar.

¿QUÉ PUEDE HACER?

Evite el desorden

- mantenga los cuartos cómodos
- mantenga los artículos de uso diario en el mismo lugar
- guarde las cosas frágiles que estén al alcance, tales como: vidrios, espejos y vajillas

Revise el piso

- quite alfombras pequeñas que puedan causar tropiezos
- no deje cables electrónicos, libros, juguetes o basura en el piso
- asegúrese que el piso del baño y la cocina no estén resbalosos
- asegúrese que las sillas y mesas sean lo suficientemente estables como para apoyarse en ellas

Guarde objetos que puedan ser peligrosos

- mantenga TODOS los medicamentos (incluyendo vitaminas) bajo llave o fuera del alcance
- mantenga herramientas filosas fuera de vista o bajo llave, tales como: cerillos, cuchillos y pistolas
- guarde bajo llave todos los productos de limpieza, tales como: amonía, windex, jabón y detergentes
- quite los apagadores de la estufa y horno, y desenchufe aparatos electrónicos

No deje a la persona con Alzheimer sola

- con cigarrillos o un puro prendido
- en la cocina con el horno o estufa encendida
- con la puerta abierta o sin seguro
- en el baño con el agua corriendo



...sirviendo también a los condados de San Bernardino y Riverside

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might:

- be confused by
 - new places or people
 - something they see and don't know
- become frustrated because they can't
 - pull on a sweater
 - open a door
 - find a lost item like a purse, wallet or glasses
- be frightened or scared of
 - the shower or bath
 - a new place or person

Anger, Frustration & Fighting

People with Alzheimer's or dementia can get confused, depressed, and angry. Their feelings and actions are sometimes hard for them to control.

They may hit and yell.

Don't take their words or actions personally.

Listen to what they mean, not what they are saying.

WHAT CAN YOU DO?

Keep Things Simple

- try to match tasks and what you expect with what your person can do
- keep your home quiet and calm when you can
- speak slowly and try not to say too much at one time

Make a Change

- offer a treat like a cookie or some ice cream
- lead your person to a different room
- offer to watch a TV show or listen to music
- ask a question about a topic your person enjoys

Be Safe

- remove or lock away all weapons (guns, knives, etc.)
- back away slowly if the behavior is scary
- call 911 if you are afraid for your or someone else's safety



...also serving San Bernardino & Riverside Counties

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

La persona con Alzheimer se frustra porque:

- no puede abrir la puerta
- no puede vestirse
- no puede encontrar algo que perdió como el bolso, la cartera o los lentes
- no reconoce donde está
- desconoce a sus familiares

La persona con Alzheimer puede tener miedo

- del baño o la ducha
- de una persona o un lugar nuevo
- de su propio reflejo

Enojo, Peleas y Desesperación

Las personas con problemas de memoria se confunden fácilmente. También pueden enojarse, gritar y hasta pegar. No se ofenda por lo que digan o hagan. Trate de comprender lo que están tratando de decir.

¿QUÉ PUEDE HACER?

Recomendaciones

- mantenga el hogar tranquilo y calmado
- hable lentamente usando frases cortas y sencillas
- busque actividades que la persona con Alzheimer todavía pueda y quiera hacer

Cambie el ánimo de la persona con Alzheimer

- háblele de un tema agradable
- llévelo a otro cuarto
- ofrézcale algo para comer como fruta o un dulce
- mantenga la calma y trate de distraer a la persona con una actividad

Manténgase seguro

- ponga armas y cuchillos bajo llave
- si usted no se siente seguro, aléjese lentamente y pida ayuda
- si usted u otra persona están en peligro, llame al 9-1-1



...sirviendo también a los condados de San Bernardino y Riverside

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might:

- be confused... mainly in the afternoon or evening
- feel fearful ... home may not seem the same
- try to go somewhere they used to go often... work, church, etc.
- attempt to get away from noise or too much activity
- be bored – not having anything to do
- have a reaction to a new medicine

Getting Lost

People with Alzheimer's disease or dementia can get lost outside of their home. Sometimes they wander away in a public place. They may go for a walk or to the store and not be able to find their way home. They may not remember their address or phone number.

Getting lost is scary and can be dangerous.

WHAT CAN YOU DO?

Be Prepared

- get a MedicAlert® bracelet for your person with dementia
- sew or write his or her name and your phone number onto clothes
- don't leave him or her alone near an unlocked door
- ask your neighbors to keep an eye out and to tell you if they see your person with dementia outside alone or walking away from home
- help him or her exercise during the day... take a walk or dance to music
- put away purses, coats, keys, sunglasses... things that might make your person think about leaving
- close the curtains so he or she doesn't think about going outside

Make Home a Safe Place

- put child-proof locks on doors, gates, and windows
- place locks very high or low so your person with dementia can't see or reach the locks
- place a bell on doors, gates, or windows so you know if they are opened

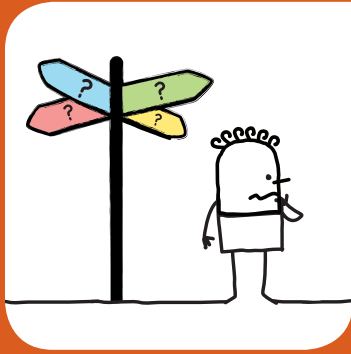
Be Comforting

- offer food or do something that will take his or her mind off wanting to leave
- ask for help... folding clothes, making dinner, etc.
- sit quietly with him or her... listen to music or watch a TV show



...also serving San Bernardino & Riverside Counties

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

- Una persona con Alzheimer se puede confundir especialmente por la tarde y por la noche
- a veces puede ser una reacción a un medicamento nuevo
- tiene miedo—se siente inseguro al no reconocer donde está
- puede tratar de ir a trabajar o hacer algo que hacía antes
- quizás esté tratando de escapar del ruido o de la actividad en el cuarto
- está aburrido
- puede sentir algún malestar
- puede tener hambre, frío o necesita usar el baño



...sirviendo también a los condados de San Bernardino y Riverside

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org

© 2015 Alzheimer's Greater Los Angeles
Supported by DHHS, ACL (#90AL0002-01-00)

Perderse

Algunas personas con Alzheimer se pueden perder al salir de casa. Estas personas se pierden fácilmente y olvidan el camino de regreso a casa, su dirección o número de teléfono. Perderse puede ser peligroso para la persona con Alzheimer.

¿QUÉ PUEDE HACER?

Esté preparado

- obtenga un brazalete/pulsera de MedicAlert[®]
- cosa o escriba el nombre de la persona con Alzheimer y un número de emergencia en la ropa
- no deje a la persona con Alzheimer sola o cerca de una puerta que no tenga seguro
- pídale a sus vecinos que le avisen si la persona con Alzheimer se sale a la calle
- si es posible, saque a la persona con Alzheimer a caminar o hagan algún tipo de ejercicio en casa
- guarde monederos, llaves y abrigos que puedan causar que la persona con Alzheimer quiera salir de casa

Mantenga el hogar seguro

- instale seguros a prueba de niños en puertas y ventanas
- cierre las cortinas para evitar que la persona quiera salir
- coloque los seguros en puertas y ventanas fuera del alcance de la persona con Alzheimer
- instale una campanita en la puerta para que suene cuándo se abra

Si la persona con Alzheimer se encuentra nervioso

- trátelo con cariño, y dígame “No se preocupe. Yo estoy aquí. Yo le ayudo.”
- ofrézcale algo de comer o hagan alguna actividad juntos que le guste para distraerlo
- pídale que le ayude a doblar la ropa o preparar la cena
- siéntese en silencio con la persona con Alzheimer o escuche música agradable



WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might be:

- afraid of falling
- feeling uneasy getting undressed in front of you
- scared or confused
- feeling helpless

Bathing

People with Alzheimer's disease or dementia may be afraid of bathing or uneasy with having someone help them with bathing. Sometimes they worry about falling or can have trouble knowing which is the hot versus the cold water faucets.

WHAT CAN YOU DO?

Prepare the Bathroom in Advance

- make sure the room is calm and warm
- run the water so it is not too hot or too cold
- don't use bright lights if possible

Make the Bathroom Safe

- use a non-slip mat in the tub or shower and as a bath mat
- consider a tub seat
- fill the tub with only 4 inches of water
- remove things that may be dangerous such as razors, nail clippers, hair dryer, etc.
- watch carefully – don't leave him or her alone

Allow Time & Be Positive

- allow your person to enjoy it... if he or she finds bath time relaxing
- stay calm
- be direct... "Your bath is ready now" instead of "Do you want to take a bath?"
- give one step directions...
"Let's wash your left arm...good!, now your other one"
- be patient... don't rush

Be Realistic

- don't argue or get frustrated... a daily bath may be too much
- consider a sponge bath instead of a tub bath
- show what you need from them... pretend to wash your arm so that he or she can copy



...also serving San Bernardino & Riverside Counties

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

- tiene miedo a caerse
- no se siente cómodo desvestiéndose enfrente de otros
- está asustado
- puede sentirse sin control

Bañarse

Algunas personas con Alzheimer pueden tener miedo al bañarse. Creen que se van a caer o les da vergüenza desvestirse enfrente de otra persona.

¿QUÉ PUEDE HACER?

Primero prepare el baño

- asegúrese que el ambiente esté calmado y cómodo para la persona
- mantenga el agua a una temperatura agradable

Seguridad en el baño

- use alfombras que no resbalen
- use una silla de baño
- ponga solo 4 pulgadas de agua en la tina
- saque del baño lo que puede causarle daño a la persona con Alzheimer, tales como: rastrillos, cortaúñas y secadoras de pelo
- nunca deje a la persona con Alzheimer sola en la tina o ducha

Sea positivo, directo y paciente

- si a la persona le gusta bañarse, deje que disfrute su baño
- sea paciente, trate de no forzar ni apresurar a la persona
- de una instrucción a la vez...“Lávese el brazo. Bien. Ahora lávese el otro brazo”
- muéstrole con ejemplos; haga como usted se lava el brazo y pida que copie sus movimientos

Evite las discusiones y sea realista

- un baño diario puede ser mucho
- considere un baño de esponja
- escoja una hora cuando la persona con Alzheimer este relajado y no muy agitado



...sirviendo también a los condados de San Bernardino y Riverside

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



WHY DOES THIS HAPPEN?

People with Alzheimer's or dementia might:

- forget to take their medications
- forget that they took their medication, so they take them again and again and again
- get sick or be poisoned because the wrong pills or too many pills were taken

Medications

People with Alzheimer's or dementia may need help with taking their medicine. Taking too much... or too little... or not following the directions... can be dangerous.

WHAT CAN YOU DO?

Watch Closely

- make sure he or she
 - takes the right number of pills at the right times
 - follows the directions on the medication
- do not leave medications in a pill box or cup on the counter
- do not leave him or her alone to take their medicine

Lock Away Medicine

- make sure all medications are out of sight and out of reach

Talk to ALL the Doctors

- do not stop giving any medicine without asking the prescribing doctor first
- bring all medicines in a bag or box to every doctor
 - include vitamins, herbs, teas, creams, and other pills from the drugstore
- ask the doctor if medicines can be mixed into foods or drinks
 - this is helpful if you are having trouble getting your person to take their pills

NOTE: If you notice sudden changes like violent behaviors or trouble with bathroom accidents, call the doctor.

- these changes could be caused by a reaction to a medication or a new illness



...also serving San Bernardino & Riverside Counties

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

- a menudo, una persona con Alzheimer puede olvidarse de tomar sus medicamentos
- a veces olvida de que ya tomó sus medicinas y las vuelve a tomar
- si se toma los medicamentos incorrectamente podría enfermarse o hasta envenenarse

Medicamentos

Una persona con problemas de memoria necesita ayuda para tomarse sus medicinas de una manera segura. Puede ser peligroso si la persona con Alzheimer toma demasiada o poca medicina, o no sigue las instrucciones correctamente.

¿QUÉ PUEDE HACER?

Vigile que la persona con Alzheimer este:

- tomando la medicina correcta
 - a la hora que debe
 - el número exacto de pastillas
- siguiendo las instrucciones del doctor
- tomando sus pastillas con agua antes o después de la comida (algunas medicinas no se deben tomar con jugos cítricos, tales como: naranja, limón, toronja y mandarina)
- no piense que la persona con Alzheimer se tomará la medicina correctamente sin ayuda

Siempre guarde la medicina fuera de vista y del alcance de la persona con Alzheimer

- guarde todos los medicamentos bajo llave o fuera de vista

Hable con todos los doctores que atienden a la persona con Alzheimer

- no le de pastillas de otras personas
- hable con su doctor antes de dar vitaminas, remedios caseros u otras pastillas a la persona con Alzheimer
- no pare de dar la medicina sin primero hablar con el doctor
- lleve las vitaminas, los tés, las cremas y pastillas que usted ha comprado sin receta a las citas con el doctor

NOTA: Si usted ve cambios fuera de lo normal como agresividad o la persona se hace del baño accidentalmente, llame a un doctor

- el cambio puede ser causado por una enfermedad o reacción a los medicamentos



...sirviendo también a los condados de San Bernardino y Riverside

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org



WHY DOES THIS HAPPEN?

Your person with Alzheimer's or dementia might be:

- having a reaction to medicine
- taking the wrong amount of medicine
- going through changes in the brain due to the disease

Hallucinations

People with Alzheimer's or dementia can sometimes hear, see, smell, taste, or feel something that is not really there. They may talk to someone from the past who is no longer in the home or even still alive or is a pretend friend. This can alarm family and friends.

WHAT CAN YOU DO?

See a Doctor

- visit the doctor to find out the cause (bring ALL medications with you)
- tell the doctor about every time you think this has happened (keep a log — day, time, and what was going on around the person with Alzheimer's or dementia)

Think About the Cause

- change the possible reason
 - if the person doesn't know who is in the mirror, cover the mirror
 - if things come out in the dark, turn on the lights or use a nightlight
 - if the TV or radio is confusing or scary, turn it off

Be Reassuring

- say things like “don't worry, I'm here and will take care of you”
- agree, don't argue, about whether what's happening is real... it is real to them
- involve him or her in something pleasant to distract them



...also serving San Bernardino & Riverside Counties

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgl.org



¿POR QUÉ PASA ESTE PROBLEMA?

- Las alucinaciones pueden ocurrir por cambios en el cerebro causados por el Alzheimer que hacen que la persona vea las cosas diferente
- puede ser una reacción a algún medicamento
- puede estar tomando su medicina incorrectamente

Alucinaciones

Las alucinaciones es cuando una persona oye, ve, huele o saborea algo que no existe. Esta persona puede tener conversaciones que para él o ella son reales. El Alzheimer causa alucinaciones en algunas personas.

¿QUÉ PUEDE HACER?

Si nota alucinaciones, hable con el doctor

- lleve todas las medicinas a la visita con el doctor
- reporte los cambios de comportamiento, incluyendo cada cuándo y por cuanto tiempo sucede

Piense en lo que puede estar causando las alucinaciones

- cambie el ambiente
 - si la persona no se reconoce en el espejo, cubra el espejo con una sabana
 - si cosas salen en la oscuridad, prenda la luz o use una luz de noche
 - si la televisión o la radio lo esta confundiendo o asustando, apágelo

Tranquile a la persona con Alzheimer

- diga, “No se preocupe. Yo estoy aquí. Yo le ayudo.”
- no discuta. Lo que la persona con Alzheimer ve o escucha es real para él



...sirviendo también a los condados de San Bernardino y Riverside

24/7 Helpline
844.HELP.ALZ
alzgla.org