



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