

DEMENTIE IN DE THUISZORG

ERGOTHERAPEUTISCH ADVIES

ENKELE WEETJES

Personen met dementie hebben een **verminderd vermogen om prikkels te filteren** en te **begrijpen**:

- verschillende omgevingsfactoren roepen stress op
- stress zorgt voor innerlijke spanning
- dat leidt dan weer tot doolgedrag in de late namiddag

Personen met dementie hebben vaak **meer visuele problemen** dan andere generatiegenoten:

- verminderde gezichtsscherpte
- verminderde contrastgevoeligheid
- verstoorde diepteperceptie
- bemoeilijkte bewegingsperceptie: wanneer je snel voorbijloopt, dan zal hij/zij je niet direct opmerken
- verminderd waarnemen in kleurverschil bij blauw/violet

Voor personen met dementie is **controle op de omgeving** belangrijk. Simpele dingen kunnen voor stress zorgen, bijvoorbeeld:

- een radio niet kunnen bedienen
- gordijnen niet kunnen sluiten

Veranderingen zijn belastend. Ze moeten een **duidelijke meerwaarde** bieden en aansluiten bij de gewoontes en mogelijkheden van de persoon met dementie.

- verander geleidelijk aan
- bewaar huiselijkheid, heb aandacht en respect
- doe de aanpassingen samen, in een aangename sfeer en laat de persoon met dementie zoveel mogelijk mee beslissen
- bekijk wat de knelpunten zijn, bv. iets niet meer vinden
- let op interesses, levensstijl, vroegere gewoontes: een woning moet niet plots kraaknet zijn als de persoon vroeger zelf niet ordelijk was
- voer zeer gerichte observaties uit, bv. is hij/zij bang, zoek uit waarvan en pas de situatie daaraan aan
- blijf zulke observaties doen, de situatie kan veranderen
- geef voorrang aan eenvoudige en weinig ingrijpende maatregelen, bv. zorg dat alles wat in de kast staat zichtbaar wordt





NUTTIGE TIPS OVER DE WOONOMGEVING

De **oorzaak van incontinentieproblemen** is niet altijd lichamelijk. Soms kan de persoon het **toilet niet vinden**.

Tips:

- lijn het af met een contrasterende tape
- gebruik een toiletbril in een andere kleur
- laat de bril openstaan
- plak een sticker op de deur

Geboende of blinkende vloeren worden soms als glad beschouwd, **kleurverschillen in de vloer** als een hoogteverschil. Hierdoor zal de persoon met dementie er traag over gaan. Soms leiden deze observaties zelfs tot valangst.

Tips:

- pas je stapnelheid aan
- laat de persoon met dementie op zijn/haar tempo stappen
- probeer pas geboende vloeren te mijden

Zorg nog voor **voldoende bewegingsvrijheid**. Dit geeft de persoon met dementie een gevoel van autonomie en controle. Het moet wel veilig zijn én veilig aanvoelen.

Tips:

- zorg voor een vrije doorgang naar de aanpalende ruimtes
- doe geen deuren op slot
- als er onveilige situaties dreigen te ontstaan, begrensd de ruimte dan op een onopvallende manier

Betrek de persoon met dementie in dagelijkse **activiteiten**, zoals tafel mee dekken, opruimen. Zeker als hij/zij dat wil.

Tip: zet alle benodigdheden zichtbaar (bv. glazen deur gebruiken voor kast ...)

Geef **structuur** aan de ruimtes en kasten, bv. zet enkel boeken in het boekenrek.

Visuele prikkels kunnen verminderd worden door **effen oppervlakken** te gebruiken of **spiegelingen te vermijden**.

Tips:

- hang geen kaders op een bloemetjesbehang
- gebruik fotokaders met mat glas of zonder glas

Voldoende licht is belangrijk. Dit kan zorgen voor een betere oriëntatie, betere stemming en beter slaap-waakritme.

Geluiden zijn **extra prikkels** die we niet in de hand hebben en voor stress kunnen zorgen.

Tips:

- beperk omgevingsgeluiden zoals machines, druk verkeer ...
- gebruik eventueel camouflerende geluiden zoals muziek, maar doe dit zo weinig mogelijk
- gebruik geluidsabsorberende materialen en aankleding zoals zachte vloeren
- hou het tijdens de maaltijd stil (geen radio ...)

OZ Sociale Dienst* kijkt samen met de mantelzorger hoe de woonomgeving kan worden aangepast om de persoon met dementie het leven zo makkelijk mogelijk te maken.

Meer informatie? Contacteer OZ Sociale Dienst:

OZ SOCIALE DIENST

Team Ergo
tel. 03 201 85 75
ergo@oz.be

De adressen en de openingsuren van de OZ Sociale Dienst vind je op www.oz.be

* OZ Sociale Dienst is de dienst maatschappelijk werk van OZ501.