

VitodS



**Verdwaald , mijn
wereld ziet er
precies anders uit...**

*als ik oud geworden ben
en ik geen mens meer herken
en niet eens jou naam meer weet
pak mijn hand dan even beet*

*en zeg me zo gedag
laat me voelen dat je me mag
wellicht dat ik het gevoel herken
dat ik voor iemand, iemand ben*



Visie

Opdrachthoudende vereniging VitaS staat open voor gebruikers met dementie. Binnen onze dagverzorgingscentra worden alle ouderen met dementie opvangen ongeacht hun zorgnoden. Wij streven naar een huiselijke, veilige en gestructureerde omgeving waarbij de gebruikers centraal staan en omringd worden met een warme zorg.

Wij streven ernaar om de familie te betrekken in deze zorg voor de gebruiker en beseffen maar al te goed dat er heel wat vragen en onzekerheden zijn. Graag willen we in deze folder dan ook wat meer uitleg geven rond dementie en enkele praktische tips aanbieden i.v.m. het omgaan met een dementerende.

Wat is dementie?

De term dementie komt van het Latijn "demens" en is letterlijk vertaald "de geest verliezen". Dementie is een hersenaandoening die het geheugen, het denken, het functioneren en het gedrag aantast.

Bij iedere persoon die aan dementie lijdt, zal het verloop anders zijn omdat het wordt gekleurd door zijn levensgeschiedenis, persoonlijkheid, sociale omgeving en het verloop van zijn ziekteproces.

Het dementieproces vertoont een aantal symptomen, afhankelijk van persoon tot persoon zoals b.v. vergeetachtigheid, onrust, taalstoornissen, buien van agressie, herhalen van woorden, emoties, ...

De fasen in het dementieproces?

Het dementieproces kan opgedeeld worden in 3 fasen.

De eerste fase is deze van **de beginnende dementie**.

De dementerende oudere ervaart dit als de bedreigde-ik fase. Het korte termijngeheugen is gestoord: men weet niet meer wat men gisteren gedaan heeft. Er zijn ook aandachtsstoornissen: men heeft moeite om een gesprek te volgen. De ouderen in deze fase beleven een identiteitscrisis, ervaren hun achteruitgang, zijn bang voor de toekomst, vragen zich af wat er aan de hand is, zijn zich ervan bewust dat alles niet meer is zoals vroeger. In het begin zal de oudere de hierdoor ontstane problemen ontkennen maar daarna volgt een rouwreactie met verdriet, opstandigheid, schaamte en schuldgevoelens.

De tweede fase van dementie is deze van de "verdwaalde-ik" en wordt ook **matige dementie** genoemd.

De oudere wordt steeds meer afhankelijk van anderen, beleeft een identiteitsverwarring. Het verleden komt hier meer op de voorgrond te staan. De oudere beleeft zichzelf terug in een ander leeftijdspectief. De taalproblemen nemen verder toe, het tijds- en ruimtebesef is aangetast, er kan slapeloosheid-verstoring van het dag- en nachtritme optreden. Een oudere in deze fase verliest zijn interesse voor alles wat rond hen gebeurt. Ze ervaren het leven als chaotisch waardoor de angst en onveiligheid toeneemt. De oudere gaat dwalen-verzamelen-herhalen, zijn identiteit verliezen.

De laatste fase van dementie is deze van de "verzonken-ik", ook **ernstige dementie** genoemd.

Het contact met de oudere gaat in deze verloren, het accent ligt op verpleging en verzorging. We kunnen wel contact zoeken op een lichamelijke, zintuiglijke of affectieve manier. Er is geen beleving van tijd, ruimte of eigen lichaam meer. Het dementieproces volgt een aftakelingsweg die het spiegelbeeld lijkt van de ontwikkeling van een kind. Sommige ouderen hebben in deze fase verlatingsangst, wat zich dan uit door roepen.

Omgaan met ouderen met dementie

Communicatie is een cirkelgebeuren waarbij we willen zeggen dat er altijd een interactie is met elkaar. Personen met dementie zijn heel gevoelig voor non-verbale communicatie. We zijn ons dan ook vaak te weinig bewust dat de non-verbale indrukken zoals stemintonatie, sfeer en houding voor hen belangrijker zijn dan wat we zeggen met woorden.

Algemeen bij ouderen met dementie hou je best volgende tips in het achterhoofd:

- ga dicht bij de oudere staan, zeg zijn naam, raak zijn lichaam voorzichtig aan en let op zijn reactie, ga op gelijke ooghoogte staan, maak oogcontact en spreek duidelijk en traag met eenvoudige, korte zinnen
- deel niet meer dan 1 boodschap per keer mee en laat de bewoner ja of nee knikken wanneer je wil weten of hij het begrepen heeft.

Bij **beginnende dementie** zijn volgende zaken belangrijk:

- structuur en houvast aanbieden, vertrouwde activiteiten stimuleren
- contact zoeken door gevoelens bespreekbaar te maken.

Bij **matige dementie** leeft de oudere meer en meer in het verleden waardoor hij paniekerig kan zijn, angst kan vertonen. Hierbij zijn volgende zaken belangrijk:

- biedt structuur en houvast aan
- corrigeer handelingen op een tactvolle manier
- benader de oudere vanuit zijn eigen beleving i.p.v. continu te zeggen dat het niet waar is
- biedt veiligheid naar de oudere toe en wees in zijn nabijheid.

Bij **ernstige dementie** wordt het lichamelijke contact steeds belangrijker. Volgende zaken zijn dan belangrijk:

- maak contact met rustige trage bewegingen waarbij je aangename gevoelens geeft zoals warmte, liefde en rust
- tracht tegemoet te komen aan de primaire behoeften van de oudere met dementie zoals eten en drinken.

Welke activiteiten organiseren we?

In onze dagverzorgingscentra nemen activiteiten een bijzondere plaats in.

Tijdens activiteiten proberen we bij dementerende gebruikers:

- rekening te houden met de levensloop
- aan te sluiten bij de belevingswereld
- structuur te bieden
- de zintuiglijke waarneming te stimuleren
- sociale contacten te onderhouden.

Voorbeelden van activiteiten zijn: een wandeling in de buitenlucht maken, een handmassage, herinneringen ophalen van vroeger a.d.h.v. foto's, eenvoudige kook- en bakactiviteiten, relaxatiebad geven, eenvoudige geheugenspellen, koffie maken op ouderwetse manier, enz.

Daarnaast vinden we het belangrijk om de gebruiker een huiselijke omgeving te bieden. Een huiselijke omgeving straalt warmte uit. Onze leefruimte wordt steeds seizoensgebonden versierd.

Binnen onze organisatie wordt iedereen betrokken bij de bovenvermelde animatieve grondhouding. Op regelmatige basis krijgen de medewerkers vorming over dementie en animatie. Daarnaast willen wij er als dagverzorgingscentrum zijn om u te ondersteunen in de zorg voor jullie dementerend familielid. U kan steeds met vragen bij ons terecht. Wij maken graag tijd voor u, om samen de zorg te dragen.

De impact van dementie op de familie

Een oudere met dementie heeft een impact op zijn familie en omgeving. Dikwijls gaat dit voor de familie gepaard met heel wat emoties. De persoon met wie ze jarenlang hebben samengeleefd en met wie ze een relationeel evenwicht hadden gevonden, of die hen verzorgd en opgevoed heeft, verandert, wordt in hun ogen iemand anders en later onbereikbaar. Verdriet, woede en vooral heel veel vragen maken zich van hen meester.

Ieder stadium van dementie gaat men de oudere anders benaderen. In onze dagverzorgingscentra proberen we voor iedere oudere de beste benaderingsvorm toe te passen met het oog op een optimaal comfort en kwaliteit van leven.

Onze benaderingen en handelingen stellen we regelmatig in vraag en steeds opnieuw is het contact met onze gebruikers een intensief gebeuren. Door het delen van de ervaringen vullen we elkaar aan. En daarom is het zinvol om als familie of naaste regelmatig te praten met de medewerkers van het betrokken dagverzorgingscentrum.

Zelfzorg voor de naasten van een oudere met dementie

Zorg dragen voor een oudere met dementie kan je niet alleen. Daarom willen we je nog wat tips voor jezelf meegeven want je dient in de eerste plaats lief te blijven voor jezelf.

Om te kunnen omgaan met deze gevoelens is het belangrijk dat je:

- goed voor jezelf zorgt
- voldoende ontspanning neemt
- niet te lang wacht met hulp vragen of erover te praten met anderen
- laat de misschien minder fijne gevoelens toe bij jezelf, vlucht er niet van weg
- voel je zeker niet schuldig maar blijf geloven in jezelf.

Vragen

Dementie roept vele vragen op bij zowel onze gebruikers als hun familie. Misschien heeft u na het lezen van deze folder nog vragen. Stel deze gerust aan de verantwoordelijken van het dagverzorgingscentrum of de zorgkundigen die op dat moment aanwezig zijn of maak een afspraak met de betrokken huisarts.

