AGRESSIEF GEDRAG

Wanneer iemand de ziekte van Alzheimer of een verwante vorm van dementie heeft, kan die persoon gedrag vertonen dat als 'agressief' wordt omschreven. Dat gedrag kan ontstaan door frustratie, boosheid, angst, vrees of zelfs een slechte nacht! De persoon uit via emoties wat hij of zij misschien niet meer onder woorden kan brengen. Bij mensen met dementie is de ontremming veel sterker dan bij mensen die niet ziek zijn. Daardoor valt de 'filter voor gepast gedrag' weg die anderen wel hebben. De persoon met dementie uit emoties en gevoelens dus rechtstreeks, zonder ze eerst te beredeneren. Hoewel dit gedrag soms indrukwekkend en verontrustend is, komt het vaak voor en is het belangrijk erop voorbereid te zijn.

Factoren die agressief gedrag beïnvloeden

Ongeacht de situatie is het belangrijk te onthouden dat zo'n plotselinge of hevige emotie doorgaans door de ziekte wordt veroorzaakt en niet noodzakelijk tegen de mantelzorger persoonlijk gericht is.

Een persoon met dementie kan agressief reageren wanneer:

- De persoon niet begrijpt wat er rondom hem of haar gebeurt (veel mensen, veel lawaai, verschillende gesprekken tegelijk...). Dat kan intense angst veroorzaken, die de persoon niet altijd op een passende manier kan uiten.
- De persoon het niet eens is met iemand of iets. Ook iemand met dementie kan het oneens zijn met een situatie en dat laten merken. Ook hier moet rekening worden gehouden met ontremming, die een belangrijke rol speelt bij het uiten van gevoelens en het aanpassen van gedrag in gezelschap.
- De persoon merkt dat hij of zij geleidelijk achteruitgaat. De persoon beseft dat de situatie niet meer is zoals vroeger en dat zijn of haar toestand verslechtert. Die gedachte kan veel frustratie en verdriet oproepen. De persoon voelt de controle over het eigen leven wegglippen. Dat is erg moeilijk te aanvaarden, vooral in het begin van de ziekte. De boosheid kan zich uiten in gedrag dat soms ongepast is.
- De persoon bang is voor het onbekende. Denk bijvoorbeeld aan een verpleegkundige die langskomt om iemand met de ziekte van Alzheimer te wassen. Zij wordt mogelijk niet goed ontvangen, omdat de persoon bang is voor deze onbekende in huis. Dat kan tot een agressieve reactie leiden.
- De persoon taalproblemen heeft of de betekenis van woorden verwart. Dit kan tot misverstanden leiden bij de omgeving, maar ook bij de persoon zelf wanneer die niet begrijpt wat de mantelzorger wil overbrengen.
- ...

Hoe reageren?

Er bestaat geen 'handleiding' voor de omgang met iemand met de ziekte van Alzheimer. Toch zijn er enkele aanknopingspunten die kunnen helpen.

- Observeren: goed kijken naar de persoon en zijn of haar reacties op bepaalde situaties kan duidelijk maken welk gedrag men beter niet herhaalt. Als lawaai de persoon bijvoorbeeld boos maakt, is het beter de televisie uit te zetten voordat u iets wilt vertellen.

© All rights reserved

- Respecteren: de emoties van een persoon met dementie kunnen in de loop van de dag verschillen in duur en intensiteit. Het is belangrijk dat de mantelzorger respect heeft voor de manier waarop de persoon gevoelens uit. Laat merken dat u de boodschap begrijpt en blijf luisteren naar de persoon en zijn of haar gevoelens.
- Praten: als de mantelzorger zich door de situatie overbelast voelt, is het goed erover te praten met mensen uit de omgeving. De arts kan bijvoorbeeld nagaan of de medicatie van de persoon met dementie passend is.
- Relativeren: agressief gedrag kan een symptoom van de ziekte van Alzheimer zijn. De boosheid is niet noodzakelijk gericht tegen degene die probeert te helpen, en die is er ook niet noodzakelijk de oorzaak van.
- Kalm blijven: als mantelzorger is het belangrijk rustig te blijven wanneer iemand agressief reageert. Harder roepen of zelf agressief worden helpt niet! Dat maakt de situatie juist erger. Als de mantelzorger zich overweldigd voelt, kan hij of zij even de kamer verlaten of iemand anders om hulp vragen.

De kaart is niet het gebied

Als mantelzorger is het belangrijk te beseffen dat er niet slechts één juiste kijk op de dingen bestaat. Een situatie kan anders worden uitgelegd naargelang het standpunt dat men inneemt. Wanneer de persoon met dementie gefrustreerd of boos is over iets wat u als een detail beschouwt, is het belangrijk zijn of haar standpunt te respecteren. Dat is de werkelijkheid van die persoon; probeer daarbij aan te sluiten.

Aanvullende informatie

Le guide des aidants, Alzheimer Europe, uitgave 2013, 158 blz.

© All rights reserved