DEELNEMEN AAN HET LEVEN, ONDANKS DE ZIEKTE

Geleidelijk aan wordt het dagelijkse leven van iemand met dementie bemoeilijkt door het verlies van vaardigheden dat met de ontwikkeling van dementie gepaard gaat. Zonder het te beseffen kan de omgeving de persoon in moeilijkheden brengen door ongepaste interacties of verwachtingen. Deze confrontatie met mislukking en het verlies van zelfbeschikking kunnen het zelfbeeld van de persoon zwaar aantasten. Daardoor kan die zich terugtrekken, situaties vermijden die ongemakkelijk kunnen zijn of zich in zichzelf opsluiten. Vrije tijd, activiteiten en sociale contacten helpen de persoon om ondanks de ziekte te blijven leven, de resterende vaardigheden te behouden, een positief zelfbeeld te bewaren en het welzijn te verbeteren.

Maar hoe kunnen we ruimte creëren zodat iemand ondanks de ziekte en de moeilijkheden die ermee gepaard gaan aan het leven kan blijven deelnemen? Welke houding helpt om daarvoor een gunstige omgeving te scheppen?

UITGAAN VAN DE STERKTES EN BEHOUDEN VAARDIGHEDEN

Dementie tast de cognitieve functies aan en maakt het uitvoeren van bepaalde taken steeds moeilijker. Sommige vaardigheden blijven echter langer behouden dan andere.

Automatische handelingen

Activiteiten die zo vaak zijn geoefend dat ze geen bewuste controle meer vragen (zoals breien, veters strikken, autorijden of lezen) en die jarenlang zijn beoefend, blijven tijdens de ziekte vaak langer behouden. Het hoeft ons dus niet te verbazen dat iemand die op verschillende vlakken grote moeilijkheden ervaart, bijvoorbeeld nog heel goed kan breien. Nieuwe dingen leren, waarvoor veel bewuste controle en aandacht nodig zijn, kan daarentegen moeilijk zijn.

Gebeurtenissen uit het verleden

Gebeurtenissen uit het verre verleden zijn voor mensen met dementie vaak gemakkelijker toegankelijk dan recente gebeurtenissen. De belangstelling voor vroegere activiteiten of relaties opnieuw aanwakkeren kan daarom een manier zijn om contact te maken (bijvoorbeeld praten over het vroegere beroep, de kinderen of de familie).

De vaardigheden die behouden zijn, kunnen een vertrekpunt zijn om ondersteuning te bieden en contact te maken. Zo voelt de persoon zich gewaardeerd en op zijn gemak, en staat die er meer voor open om aan gesprekken en het leven deel te blijven nemen.

DE PERSOON WAARDEREND BENADEREN

De manier waarop we naar iemand kijken, heeft een grote invloed op die persoon. Laten we de ander daarom met welwillendheid benaderen en uitgaan van diens hulpbronnen, sterktes, mogelijkheden en behouden vaardigheden. Een empathische, geduldige en waarderende houding beïnvloedt waarschijnlijk ook de relatie tussen de mantelzorger en de persoon die zorg ontvangt.

AANVULLENDE INFORMATIE De Gids voor mantelzorgers van de Ligue Alzheimer ASBL

DE PERSOON IN STAAT STELLEN ZELF BESLISSINGEN TE NEMEN

© Alle rechten voorbehouden

Zelfbeschikking verwijst naar het vermogen om zelf beslissingen te nemen. Zelf beslissingen kunnen nemen is heel belangrijk om een positief zelfbeeld, een gevoel van vrijheid en bekwaamheid en welzijn te behouden. Ook hier kan de houding worden aangepast zodat de persoon ondanks de moeilijkheden door de ziekte zelf beslissingen kan blijven nemen. We kunnen de keuzemogelijkheden beperken, zodat een beslissing gemakkelijker wordt. Zo kan de persoon beter kiezen tussen twee outfits dan wanneer die een keuze opgedrongen krijgt of uit een groot aantal mogelijkheden moet kiezen. Zo kan die binnen een veilige omgeving zelf beslissen en een gevoel van controle en waardering ervaren.

DE PERSOON IN STAAT STELLEN ZELFSTANDIG TE HANDELEN

Zelfstandigheid verwijst naar het vermogen om zelf dingen te doen. Mensen laten doen wat ze nog zelf kunnen, is heel belangrijk om hun resterende vaardigheden te behouden. Geef de ander dus de kans om zelf te doen waartoe die nog in staat is en beperk de hulp. Mensen met dementie kunnen moeite hebben om een handeling op gang te brengen. Zodra de handeling begonnen is, verlopen de volgende bewegingen soms automatisch. Door de ontbrekende aanzet te geven en de persoon daarna zelf verder te laten gaan, kan die handelen zonder (al te veel) hulp. Door de persoon te laten doen wat nog lukt, blijven de behouden vaardigheden langer intact en voelt die zich nuttig en bekwaam, wat het zelfvertrouwen versterkt.

DE ONDERSTEUNING AFSTEMMEN OP DE PERSOON

Er bestaat geen kant-en-klaar recept voor de omgang met iemand met dementie. De houding moet worden afgestemd op de persoon, diens mogelijkheden, levensverhaal, persoonlijkheid, karakter en interesses. Ook bij één en dezelfde persoon kan de situatie wisselen door de stemming, vermoeidheid of gebeurtenissen eerder die dag.

Om de persoon te helpen aan het leven te blijven deelnemen, moeten de mensen die voor die persoon zorgen zich dus aanpassen, mogelijkheden creëren en voldoende tijd voorzien. In het algemeen kunnen een gunstige situatie en omgeving iemand met dementie helpen zich levend en betrokken te voelen bij de dagelijkse momenten.

© Alle rechten voorbehouden