

Belevingsgerichte zorg

In oktober 2008 is de scholing belevingsgerichte zorg "de wondere wereld van dementie" gestart in De Stelle.

De keuze viel op Fortia (www.fortia.nl) omdat die een volledig programma bieden t.a.v. het betrekken van de hele organisatie:

De aftrap werd gedaan door het geven van een tweetal lezingen, waarvoor iedereen, betrokken bij de organisatie, zich als uitgenodigd mocht beschouwen. Zo kon iedereen op de hoogte zijn van het traject en daarmee beoogde doelen.

Alle medewerkers van de beide PG afdelingen, maar ook maatschappelijk werk, fysiotherapeut en ergotherapeut kregen een basiscursus in groepen van max. 15 medewerkers.

Begin 2009 startte er een multidisciplinaire groep van 10 medewerkers die werden opgeleid als coaches om te observeren, feedback te geven en, door als intervisie groep verder te gaan, bij te dragen aan de borging blijvende voortgang in het proces.

Eind april is dit scholingstraject afgesloten.

De wondere wereld van dementie

1. Er zijn vier hersenniveaus met een heel eigen functie.

- Eerste niveau: ongerichte bewegingen en enkelvoudige prikkels
- Tweede niveau: het coördineren van handelingen. Het gelijktijdig voelen van een aanraking, de richting van de aanraking en het vormen van een beeld wat iemand voelt hoort en ziet.
- Derde niveau: emoties. Op niveau 1 en 2 spelen ook emoties, maar niet bewust. Het is impulsief, reflexmatig of ondoordacht. Pas op niveau 3 en 4 kan iemand nadenken.
- Vierde niveau: plannen, bewuste keuzes maken, tijdsbesef, motivatie, plannen en organiseren.

Binnen de hersenen bevinden zich de niveaus 1 en 2 op vaste plek, maar 3 en 4 binnen de gehele hersenen. Daarom zijn bij mensen met een niet aangeboren hersenletsel, waaronder ook dementie, deze hogere hersenfuncties altijd aangetast en dat betekent dat veel handelingen meer onbewust en reflexmatig worden uitgevoerd. Angst speelt dan een grote rol en die wordt vaak omgezet in agressie. Deze persoon wordt onredelijk en egocentrisch, verliest zelfinzicht en kan minder goed omgaan met kritiek. Gaat reageren op niveau 1 en 2.

2. Een dementerende is afhankelijk van zijn omgeving.

- Een gunstige omgeving geeft minder probleemgedrag. Gedrag ontstaat als reactie op prikkels van buiten.
- De omgeving moet veilig voelen, er moet een prettige sfeer zijn en geborgenheid.
- Er wordt geen dwang of macht ervaren, door niet te commanderen of te overvragen.
- De omgeving is herkenbaar.
- De juiste prikkel komt op het juiste moment. Zoveel mogelijk gerichte prikkels en zo min mogelijk storende of afleidende prikkels want deze laatste prikkels veroorzaken onrust.
- Bejegening, waarbij het afstemmen (oogcontact) een belangrijk aspect is.
- De kunst van het verleiden: willen versus moeten.
- Woorden ondersteunen met gebaren.
- Buiten zijn.

3. Bij een dementerende is het doseren van prikkels heel belangrijk.

- Rust. Het is moeilijk voor hen om prikkels weg te filteren. Teveel drukte leidt af en dat geeft onrust wat zich uit in friemelen, tikken of lopen. Activiteiten mislukken dan.
- Materialen. Zoals te harde stoelen die opsta prikkels afgeven. Weerkaatsen van geluid doordat er geen gordijnen of tafelkleden zijn.
- Afwezigheid van prikkels. Mensen gaan zelf prikkels maken door te roepen of te bewegen.

Hier zijn rituelen, structuur, een belevingsgericht loopcircuit en trage films(Sissy)

4. Het is ongunstig een dementerende te laten falen.

Probleemgedrag begint vaak bij het falen. Dan ontstaat er angst en vervolgens boosheid.

- Niet corrigeren, geen moeilijke vragen stellen, niet steeds keuzes laten maken.

5. Het geheugen bestaat uit plaatjes.

Er komen geen nieuwe plaatjes meer bij en de oude plaatjes vervagen. De omgeving moet daarom passen bij de plaatjes, anders is er geen herkenning en, bij taal, geen begrip.

Het is van belang de juiste vraag te stellen zodat daar het juiste plaatje bij gevonden kan worden.

6. Externe prikkels kunnen bij dementerenden doelgerichte bewegingen bevorderen. Voor een doelgerichte beweging is niveau 4 nodig. De bewegingen van een dementerende verlopen via de lagen 1 of 2.

- Door de beweging in te leiden kan de dementerende die beweging soms zelfstandig overnemen.
- Door muziek en liedjes, door emoties komen vaak spontane bewegingen los.
- Humor kan ook helpen.
- Als de bewoner het juiste plaatje ziet (tafel dekken) lukt het soms ook ineens.
- Kinderen en dieren kunnen veel spontane bewegingen oproepen.

7)

. Dementerenden kunnen impulsen, emoties en stemmingen niet meer bedwingen. Een rotbui kan spontaan opkomen en de stemming neemt compleet bezit van de dementerende. Deze is niet in staat dit om te buigen of anderszins op te vangen, maar het kan ook zomaar weer omslaan. "Fatsoen" is een dun laagje vernis. Ook impulsen kunnen niet meer worden ingehouden.

8. Dementerenden hebben minder behoefte aan slaap en meer behoefte aan dutten en veel licht overdag.

- Weinig slaapbehoefte, 4-6 uur REM slaap die het liefst 's nachts moet gebeuren. Dit zorgt voor lange dagen van wakker zijn en ruimte voor de "slow sleep" die een goede opkikker geeft.
- Overdag niet naar bed, om REM slaap te vermijden en omdraaien van dag/nacht ritme.
- Loungen (heerlijk ontspannen zitten) met een rustige video of ontspannend muziekje, na de lunch.
- Overdag helder zonlicht, 's avonds schemeren. Dat heeft beide invloed op beter slapen.

M. Villerius
Manager Psychogeriatric