

Aanbevelingen voor zorgmedewerkers - Mantelzorgers en mensen met dementie blijven sociaal actief

Mensen met dementie trekken zich vanwege hun aandoening vaker terug uit sociale situaties. Zelf vinden ze dit vaak niet erg, hun mantelzorgers vinden dit vaak wél erg. Mantelzorgers ervaren meer druk om thuis te blijven met degene voor wie ze zorgen. Daardoor doen zij ook minder mee in de samenleving. En ze merken dat passiviteit een negatieve invloed heeft op de kwaliteit van leven van de partner.'

Dat blijkt uit een onderzoek van Hanneke Donkers waarop zij op 6 juli 2018 promoveerde aan de Radboud Universiteit.

Schaamte

Ouderen met dementie trekken zich terug uit de samenleving door de sociale barrières die zij ervaren. Zoals angst om namen te vergeten of de draad van een gesprek kwijt te raken. Zo schamen ze zich voor hun geheugenproblemen. Ook geven ouderen met geheugenproblemen vaak aan dat het verlies van sociale contacten erbij hoort en berusten ze erin.

Interventie

Donkers ontwikkelde een interventie om ouderen en hun mantelzorgers weer mee te laten doen in de samenleving, sociaal te laten participeren: het Sociaal Fit Programma. In deze interventie werken fysiotherapeuten, ergotherapeuten en welzijnsprofessionals samen. Zo keek de ergotherapeut samen met de cliënt naar wat die hij of zij zou kunnen doen om sociaal actief te blijven. 'Tijdens de intake stellen deelnemers echt een doel op sociaal gebied. Als iemand bijvoorbeeld zelfstandig boodschappen wil kunnen doen, om zo onder de mensen te komen, kijken ze naar wat er nodig is om dat voor elkaar te krijgen. Zoals een training of het gebruik van hulpmiddelen,' zegt Donkers.

Resultaten

De resultaten van de pilot zijn veelbelovend. 78 procent van de deelnemers ondernam nieuwe activiteiten. 'Helaas waren er te weinig deelnemers om de effectiviteit van het Sociaal Fit Programma vast te stellen.'

Aanbevelingen voor zorgverleners

Donkers doet een aantal aanbevelingen voor zorgmedewerkers:

Neem niet alles uit handen: Laat mensen met dementie zoveel mogelijk zélf doen. Als ze zelf boodschappen willen doen, laat ze dat dan ook zelf doen. Ga mee om te ondersteunen indien nodig, maar benoem dat je meegaat voor de gezelligheid.

Dementievriendelijke samenleving: Als we gedrag van mensen met dementie 'snappen', voorkom je problemen en conflicten. De reactie van anderen op bijvoorbeeld het vergeten van namen, kan een grote invloed hebben op de schaamte die mensen ervaren.

Ontlast mantelzorgers met het buddiesysteem: Iemand met dementie en diens mantelzorger kunnen vaak wel een steuntje in de rug gebruiken. Vrijwilligers ('buddy's') kunnen hulp en ondersteuning bieden. Bij voorkeur is dit iemand die uit de buurt komt.

Kijk ook naar het sociale aspect: Kijk niet alleen naar iemands fysieke gezondheid en functioneren, maar heb ook aandacht voor de sociale gezondheid van een cliënt.

Bron Zorg voor Beter – 14 september 2018