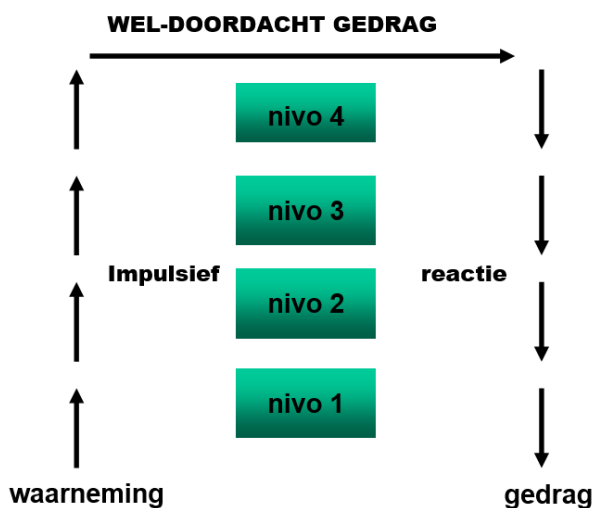
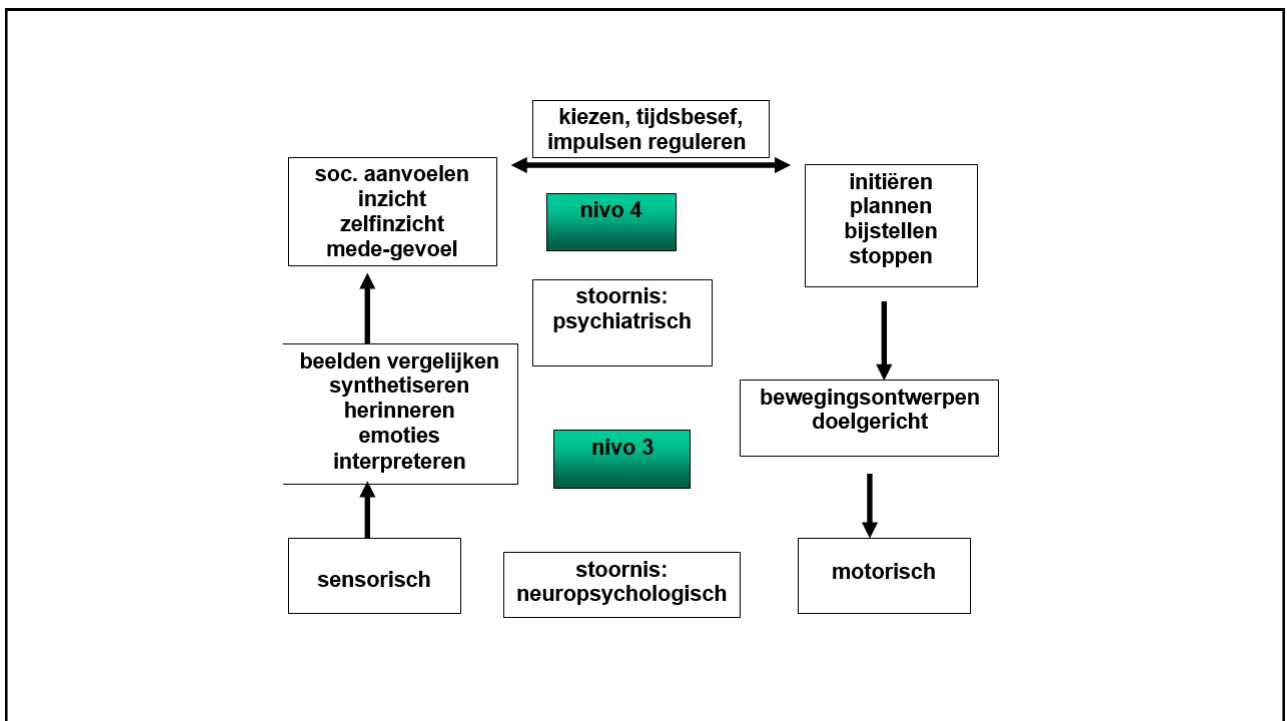
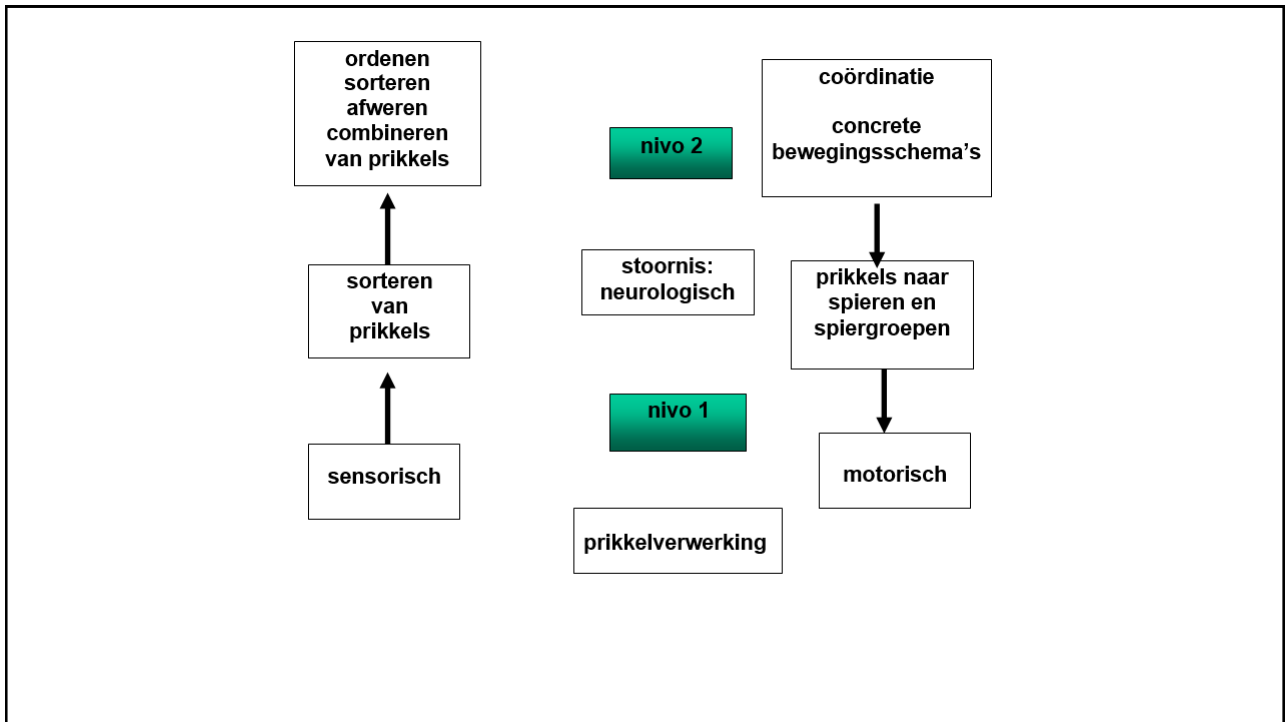


De wondere wereld van de dementie, Gebaseerd op de neurowetenschappen

De wondere wereld van de dementie, Gebaseerd op de neurowetenschappen



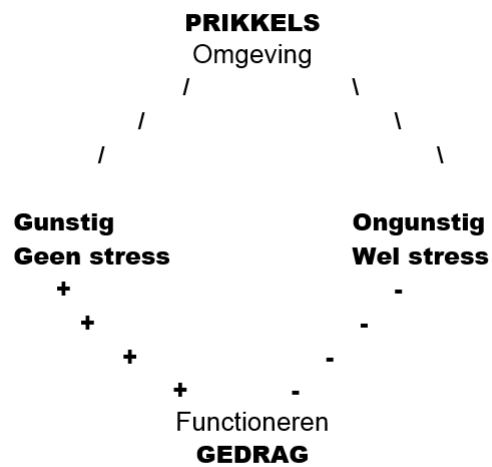
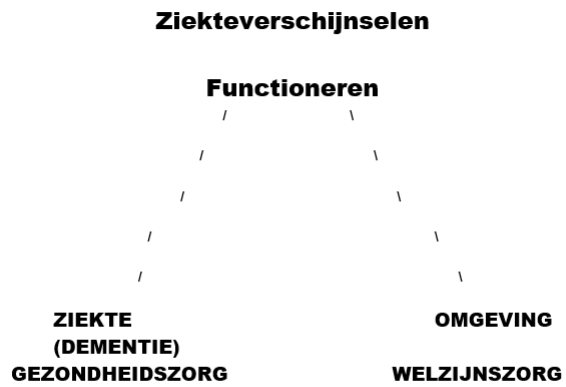


hogere hersenfuncties

- inzicht in situaties
- zelfinzicht
- sociaal aanvoelen
- medemens aanvoelen
- geweten
- als dan (abstractie)
- besef van tijd en ruimte
- kiezen weloverwogen
- plannen, organiseren
- initiatief nemen
- aan een taak beginnen die volhouden, volbrengen
- adapteren, bijstellen, flexibiliteit
- stoppen, impulsen tegenhouden
- uitstellen

de gedragsstoornissen zijn samen te vatten als:

- het niet kunnen uitstellen van behoeftes
- het niet kunnen matigen van gedrag
- moeite met zelfbeheersing
- verminderd sociaal medegevoel en inzicht
- het ontstaan van onfatsoenlijk gedrag
- moeite met zelfregie van ADL en HDL
- verminderd probleemoplossend vermogen
- niet kunnen kiezen
- niet kunnen vertellen waarom men iets doet of deed
- niet creatief kunnen omgaan met ruimte en tijd
- weinig of geen cognitieve flexibiliteit
- motorische en mentale traagheid/onhandigheid
- snel uit evenwicht, emotioneel labiel
- geringe "Antrieb" zonder uitwendige prikkels



Gunstig is: alle prikkels die met laag 3 en 4 bedacht moeten worden, weghalen.

- LANGZAAM, VEILIG
- GEEN DWANG
- AFSTEMMEN EN VERLEIDEN
- NIET LATEN FALEN
- LIEFST WAT BESLOTEN RUITES
- JUISTE PRIKKEL TOT HANDELEN
- ALLE ANDERE PRIKKELS WEG
- TELETUBBY
- HERKENBARE, OUDE BEELDEN
- BIO RITME, DAG-INDELING
- NATUUR, BUITEN
- EMPATHIE GEVEN / ONTVANGEN
- MEEGAAN MET GEVOEL, BV BOOS
- BEWEGINGEN VOOR DOEN
- NA-APEN
- VOORAL GEBAREN
- GEEN WAAROM-VRAGEN

TIPS VOOR OVERDAG EN NACHT

- *LAAG 2, IEDEREEN GELIJK
- *MUZIEK EN TV VOOR LAAG 2
- *STIJGEN IN JE HOOFD VAN 2 NAAR 3
- *ZITPLAATS MET RUGDEKKING
- *GEEN BINNEN-RUITEN
- *GÉÉN STILTE LATEN VALLEN
- *ÉÉN BRON VAN DYN.PRIKKELS
- *EETHOEK EN ZITHOEK
- *BIJ IEDERE ACTIVITEIT WISSELEN
- *KOFFIE EN THEE AAN DE TAFEL
- *VOORDEKKEN VOOR MAALTIJD
- *MIDDAG-DUT, BELANGRIJK
- *AFRUIMEN ALLEN AAN TAFEL
- *NA ETEN EN KOFFIE NAAR ZITHOEK
- *BOOS WORDEN IS ANGST!
- *'S AVONDS DE AVONDSTEMMING
- *TV NIET ABRUBT UIT
- *HUP NAAR BED, LUKT NIET
- *VOELBAAR MATRAS
- *EIND VAN LICHAAM VOELEN
- *EVT BEWEGENDE LICHTJES IN BED

- *BIJ ANTI-DEC.BED: STEVIGE KUSSENS LANGSZIJ
- *GEEN BENEN LATEN BUNGELLEN
- *LIEFST GEEN WITTE MUREN
- *KAMER ZICHTBAAR BEGRENSD
- *KLEURENGBRUIK MET CONTRAST
- *IN BED OMSLOTEN VOELLEN
- *EIGEN KUSSEN EN DEKEN MEE
- *ZICHTBARE RELINGEN EN PLINTEN IN DE GANG
- *EIGEN FAUTEUIL IN DE HUISKAMER
- *BEWEGING VOORDOEN IVM NA-APEN
- *BEWEGEN VÓÓR HET AVOND-ETEN
- *VOOR HET GAAN SLAPEN DOET MEN EEN PLAS,
DUS MINDER INCO'S

Aanpassing (dus denken) niet mogelijk

Falen-----**Afweer, ontkenning**

(eventueel zwijgen)

Catastrofe

Reactie

Probleemgedrag, opstandig, dwars

Faal-gevoel ontstaat door

verbeteren
 testen
 corrigeren
 terechtwijzen
 overvragen
 discussiëren: ja maar...., nee maar....
 “dodelijke omgangs-strategieën”
 “als dan”

Standje geven**Verbieden**

OPLOSSING = zelf de fout laten ontdekken

De juiste prikkel = structuur

de tijd is geen prikkel
 sfeer, ritueel om te snappen wat men moet gaan doen
 geluidsprikkel van achteren geeft angst en onrust
 pas op voor teveel geluid en beweging
 pas op voor te weinig geluid en beweging
 kies ouderwetse, herkenbare vormen
 ouderwetse muziek
 ouderwetse, langzame beelden
 pas de prikkels aan aan de tijd
 niet te veel praten, gebaren zijn beter
 activiteiten laten zien, dan kan men spontaan mee doen
 voor “elke toestand van de hersenen” wat wils
 hersenen zijn gauw “verveeld”
 aantrekkelijke loopcircuits met voldoende licht, beweging,
 geluid
 meer stoffen in de ruimte gebruiken, dat dempt
 luie stoelen, tegen de muur aan
 één verzorgster tegelijk inde huiskamer
**het z.g. teletubbie principe: alleen dààr waar de
 aandacht moet zijn is beweging en geluid, verder
 staat/is alles stil**

Het geheugen, herkennen

taferelen, plaatjes = herinneringen
 voorwerpen
 begrippen
 symbolen, waarden/normen
 gevoelens, geuren
 lichaamsschema, spiergevoel
 automatische bewegingspatronen
 automatische taalpatronen

**bij dementie lopen de plaatjes terug, ze vervagen.
 De laatst bijgekomen het eerst. Uiteindelijk komen
 de plaatjes terecht in de periode van 5^e tot 25^e
 jaar, dus in de jeugdige periode.**

Consequenties van de plaatjes, wat is herkenbaar ?

woorden, gesproken taal is moeilijk
 gebaren beter
 niet te snel, niet te veel praten
 niet zomaar wisselen van onderwerp
 soms aanspreken bij de voornaam
 naar "thuis" en naar "moeder" zoeken
 geen moderne woorden gebruiken
 ouderwets meubilair gebruiken
 geen ramen tot aan de grond
 onbegrepen gedrag stoelt op oud plaatje
 praten over zichtbare, herkenbare beelden
 praten over gevoel en over vroeger
 maak gebruik van symbolen
 dwangmatigheid mag

Voorbeelden van de “verkeerde plaatjes:

- je meisjesnaam nog wel weten maar je gehuwden-naam niet meer
 - onbegrepen gedrag: verzorger roept per ongeluk het verkeerde plaatje op
 - menen dat je niet meer in je eigen huis bent
 - bij verandering in de kamer, menen dat je niet meer thuis bent
 - gesproken woorden niet begrijpen omdat je er geen plaatje bij krijgt
 - dwangmatigheid omdat je nú het plaatje hebt en dus nú actie wilt ondernemen
 - plaatje blijft hangen- steeds hetzelfde verhaal.
- Oplossing: plaatje afmaken

Doelgericht bewegen ontstaat spontaan door

niet door verbale commando's
 wel door niet-verbale commando's
 wel door gebaren met gevoel erin
 via muziek zoals wals, mars
 via emotie zoals humor, kwaadheid
 via ritueel zoals bidden voor het eten
 via ritme en meebewegen zoals 1,2...3!
 via “na-apen”
 via bekende plaatjes zoals een ouderwets toiletje, een perzisch tapijtje op tafel
 via “tegendruk” d.w.z. een glas oppakken niet vrij vanuit de lucht maar via bewegen met druk op de tafel
 via dieren, kinderen. Zij wekken spontane bewegingen op via de juiste uitgangshouding
via meehelpen, dus de beweging helpen inleiden.

De hersenschors reguleert

impulsen

emoties

stemmingen

24-uurs ritme (op tijd op, 's middags dutten zeker anderhalf uur, 17 uur bewegings-activiteit, daarna eten en plassen, dan evt naar bed of avond-stemming)

Gevolgen van niet meer reguleren

onbehoorlijk gedrag

directe lustbeleving

“verlaging van niveau”

gauw bang → boos

gauw huilen

“witzel-sucht” = kinderachtige grapjes

ander bio-ritme

boze buien

gauw blij, tevreden

Stilte, geen beweging, te weinig adequate prikkels, veroorzaakt:

dolen

onrust, zelf prikkels maken (geluid, beweging, repeterend)

slapeloosheid

leeg hoofd (Zen)

slapen

Dit alles kan **ook** door **te veel prikkels** (alsmaar onherkenbaar bewegen en geluid) ontstaan. Dit soort prikkels worden in de hulpverlening veel en vaak verspreid. Wij menen dat het “gezelligheid” is. Maat ze brengen onrust in de hersens van dementerenden omdat zij geen prikkels kunnen afweren
Structuur betekent de juiste prikkels afgeven op het juiste moment, maar dan ook géén andere prikkels!

Agressie ontstaat door het "aanslaan" van de amandelkern ofwel de "angst"-kern. Wanneer deze aanslaat dan komen heel veel stress-hormonen in het bloed en dan kan men vechten of vluchten.

Vechten uit zich in verbale en fysieke agressie.

Vluchten uit zich door niet mee te willen werken.

Agressie en niet-mee-willen-werken ontstaat dus altijd uit angst. Hoe groter de angst hoe erger de reactie (bv stijf en stram houden, bijten, schoppen, slaan, schreeuwen duidt op een soort dood-angst). Dus word niet boos, maar probeer na te gaan waar deze enorme angst vandaan komt.

Oorzaken voor aanslaan van de angst-kern:

- teveel prikkels
- niet afstemmen, zomaar "inbreken"
- laten falen
- teveel handelingen aan de pers. doen
- per ongeluk het "verkeerde"plaatje
- tegenhouden, verbieden
- bewegingsvrijheid ontnemen
- dwang uitoefenen

OOZAKEN VAN NIET SLAPEN

- te weinig prikkels in de kamer
- te harde of te zachte matras
- te lichte deken
- alleen slapen
- te koud onderzijl
- honger of dorst

Anneke vd Plaats 0651170658