

Dementie

als je ermee te maken krijgt



Wat is dementie?

Hoe weet je dat het dementie is?

Kwaliteitsvol leven

Contact met personen met dementie

Vroegtijdige zorgplanning

Editie Nijlen



politeia



Inhoud

Wat is dementie?	4
Bij wie komt dementie voor?	4
Oorzaken van dementie	5
Dementie is méér dan gewoon vergeten	5
De fasen van het dementieproces	6
Wat zijn kenmerken van dementie?	7
Vaak voorkomende kenmerken	8
De verschillende vormen van dementie	10
Werking van het geheugen	12
Hoe weet je dat het dementie is?	13
Dementie op jonge leeftijd	14
Kun je dementie voorkomen?	15
Kan dementie behandeld worden?	16
Vergeet dementie, onthou mens!	17
Diagnose dementie en rijbewijs	17
Zorgen voor een persoon met dementie is niet evident!	19
Contact met personen met dementie	21
Vroegtijdige zorgplanning	23
Contactgegevens voor ondersteuning	24
Literatuur en informatief materiaal	29
Nijlen: een dementievriendelijke gemeente!	30

Voorwoord

Beste lezer,

Dementie. Iedereen kan er zich wel een beeld bij vormen. 1 op 4 mensen komt er helaas rechtstreeks mee in aanraking. Ofwel door zelf de diagnose te krijgen of door een partner, (groot)ouder of vriend(in) met dementie. In beide gevallen dringt het ongevraagd en heel direct meerdere levens binnen. Tegelijk is het voor veel mensen redelijk onbekend. En waar kennis ontbreekt, daar zijn taboes nooit ver weg.



Ongeveer 70% van de mensen met dementie woont nog thuis. Dit brengt heel wat zorgen met zich mee. Heel wat mantelzorgers zoeken daarom naar ondersteuning. Als lokaal bestuur Nijlen vinden we het onze taak om hier de nodige aandacht aan te besteden. Als schepen van senioren, maar ook van zorg en welzijn, ben ik van in het begin actief mee betrokken bij de werkgroep dementievriendelijke gemeente. Al snel bleek dat alle partners met een warm hart en groot engagement willen meewerken aan een dementievriendelijk beleid. Met ondersteuning vanuit het regionale expertisecentrum dementie (ECD) Orion i.s.m. PGN hebben we al heel wat stappen gezet.

In september 2021 keurde de raad voor maatschappelijk welzijn en de gemeenteraad een engagementsverklaring goed. Dit was het officiële startpunt van heel wat acties. Deze gaan personen met dementie en hun mantelzorgers extra ondersteunen. Zo laten we hen voelen dat ze er nog steeds bij horen. We mogen de mens achter dementie niet vergeten.

Eén van de belangrijke acties waar we met die werkgroep voor gaan is het beschikbaar stellen en verspreiden van informatie. Zo kan je dementiekofters uitlenen in de bibliotheek in Nijlen. Dit helpt om dementie bespreekbaar te maken en je kan samen ontdekken dat er nog heel wat mooie momenten te beleven vallen.

Met deze brochure ‘Dementie, als je ermee te maken krijgt’ willen we mensen nog veel uitgebreider informeren. De brochure biedt ook een antwoord op de vele vragen en zorgen waar mensen met dementie en hun naasten mee zitten. Enerzijds geeft het heel wat informatie over wat dementie juist is, met info over de verschillende fasen en kenmerken. Anderzijds bevat de brochure ook heel wat praktische informatie over diensten die extra ondersteuning kunnen bieden. Tot slot vindt u nog meer info over de initiatieven die hier in Nijlen zijn en waar u mogelijks samen beroep op kunt doen.

Hou onze communicatiekanalen zeker in de gaten voor nieuwe acties of initiatieven. Want in een warme, zorgzame gemeente hoort iedereen er bij. Hopelijk komen we elkaar dus binnenkort ergens samen tegen!

*Lien Du Four
schepen van sociale zaken, zorg, welzijn, senioren*



Colofon

Foto's: Evy Raes, Jurn Verschraegen, Leo De Bock, onthoumens.be, Sien Verstraeten, Vlaamse Ouderenraad
Opmaak: Marie Vandevoorde | www.marvaweb.be

ISBN 978-2-509-04115-9
D/2022/8132/52
© Uitgeverij Politeia nv
Keizerslaan 34
1000 Brussel
Tel. (02) 289 26 10
Fax (02) 289 26 19
info@politeia.be
www.politeia.be

Niets in deze uitgave mag worden veeleelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

De basistekst werd aangeleverd door het gewezen Dementienetwerk Provincie Antwerpen (ECD Orion, PGN, ECD Tandem) en heeft zijn oorsprong bij het provinciebestuur Antwerpen. Voor het document ‘houvast na de diagnose’ danken we het regionale ECD Paradox. De uitgave is een gezamenlijke realisatie van alle regionale expertisecentra dementie en het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen, erkende partnerorganisaties van de Vlaamse overheid. Deze uitgave werd gerealiseerd in partnerschap met Alzheimer Liga Vlaanderen (ALV), VVSG, de Vlaamse Ouderenraad en de Diensten Maatschappelijk Werk van de ziekenfondsen.

Met dank aan: Ria Caers, Veerle De Bou, Julien De Leeuw (ALV), Hilde Delameilleure, Iris De Mol (VVSG), Ilse Masselis, Riet Pauwels (ALV), Jef Pelgrims (ALV), Jan Steyaert, Linda Vandeveire (ALV), Liesbeth Van Eynde, Jurn Verschraegen, Herman Wauters, Laura Weyns (ALV)

Raadpleeg extra bronnen op: www.brochuredementie.politeia.be

Wat is dementie?

Algemeen kan je stellen dat dementie de verzamelterm is voor een groot aantal aandoeningen waarbij verstandelijke en lichamelijke vermogens van mensen geleidelijk aan achteruit gaan. Deze achteruitgang duurt gemiddeld 8 jaar na het stellen van de diagnose.

De ziekte van Alzheimer is de meest voorkomende en meest gekende vorm van dementie.

Ondanks de geleidelijke achteruitgang van veel mogelijkheden op vlak van geheugen, taal, leren, oriëntatie, plannen en organiseren kunnen mensen in een beginfase nog behoorlijk zelfstandig functioneren. Naarmate de ziekte verder evolueert worden mensen meer en meer afhankelijk van de steun van hun omgeving om zich te handhaven.

In de medische vaktaal verstaat men onder de term dementie een geheel van ziektes waarbij meerdere stoornissen in het verstandelijk functioneren samen optreden.

Bij wie komt dementie voor?

Dagelijks krijgen minstens 20 Belgen te horen dat ze dementie hebben. Vlaanderen telt vandaag ongeveer 132.000 personen met dementie. Dit cijfer stijgt razendsnel, vooral als gevolg van de sterke vergrijzing van de bevolking.

In tegenstelling tot wat velen denken woont 70% thuis. Pas wanneer de zorgzwaarte te groot wordt, overweegt men een verhuis naar een woonzorgcentrum.

Ook mensen op jongere leeftijd krijgen jammer genoeg te maken met dementie. Hoewel ze in de minderheid zijn, verdienen deze personen bijzondere aandacht omdat hun zorgvragen verschillend kunnen zijn. Dikwijls krijgen deze mensen te maken met het verlies van hun job, dit terwijl er vaak nog kinderen ten laste zijn. Zo schuilen financiële problemen om de hoek.



*Je bent een mantelzorger wanneer je:

- zorg biedt aan iemand die omwille van ziekte, handicap of ouderdom ondersteuning nodig heeft.
- een gevoelsmatige band hebt met de persoon voor wie je zorgt. Je moet dus geen familie zijn om mantelzorger te zijn. Je zorgt bijvoorbeeld voor je buur, je partner, je kind, je ouder, je vriend...
- je op frequente basis hulp en zorg aan die zorgvrager verleent.

Oorzaken van dementie

Er is niet één bepaalde oorzaak. Verschillende ziektes kunnen aan de basis liggen van dementie. Ze beschadigen elk op een andere manier bepaalde delen van de hersenen. Dit uit zich in verschillende symptomen en klachten. Alle vormen van dementie hebben als gemeenschappelijk kenmerk het geleidelijk achteruitgaan van het verstandelijk functioneren. Door de verstoring in de hersenen kunnen ook een aantal organen en lichaamsfuncties minder goed werken. Zo gebeurt het dat de persoon met dementie op termijn bijvoorbeeld slikproblemen krijgt en zo moeilijkheden ervaart bij het eten.

Dementie is méér dan gewoon vergeten

Vergeten doen we allemaal wel eens; bijvoorbeeld waar je de huissleutel hebt gelegd of een plotse afspraak die je niet noteerde. Ongeveer de helft van de 50+ers geeft aan meer te vergeten dan vroeger, ook wel ouderdomsvergeetachtigheid genoemd. Het is een fenomeen dat best wel vervelend kan zijn, maar het zelfstandig functioneren niet verstoort.

Bij dementie kan abnormaal vergeten aan de orde zijn, maar soms ook niet (bij frontotemporale dementie bijvoorbeeld) en zie je ook taalproblemen, oriëntatieproblemen of wanen voorkomen. Gesprekken voeren, een krant lezen, betalingen uitvoeren of de weg terugvinden naar huis, wordt moeilijk. Het is voor mantelzorgers* moeilijk om dementie te herkennen in de beginfase. Soms is het nodig om hetgeen men opmerkt herhaaldelijk aan de huisarts mee te delen.

Ook al zien mantelzorgers tekenen dat er iets niet klopt, toch blijft het lastig om er een vinger op te leggen. Daarom laat de diagnose soms jaren op zich wachten.

Bij dementie verliezen mensen geleidelijk vat op hun leven. Het is belangrijk dat de omgeving hier begrip voor toont. Deze kan een cruciale rol spelen in de manier waarop de persoon met dementie omgaat met zijn beperkte mogelijkheden.

Mensen met dementie kunnen zeer verschillend reageren op het voortdurend verlies van controle over hun eigen leven. Ze kunnen in paniek geraken of angstig worden of ze leren de beperkte mogelijkheden te aanvaarden. In het eerste geval kunnen de emoties zo sterk oplopen dat er gedragsveranderingen ontstaan. Anderen zullen, door het beperkt ziekte-inzicht, dan weer ontkennen dat er iets aan de hand is.



Levenseindezorg

Alle vermelde diensten zijn uiteindelijk ook betrokken in de zorg rond het levenseinde. Wie meer informatie zoekt over levenseinde en euthanasie, vindt dit onder andere via www.leif.be. Ook de ziekenfondsen beschikken over een overzichtelijke folder met alle documenten over het levenseinde (vertrouwenspersoon, orgaandonatie, wilsverklaring euthanasie, negatieve wilsverklaring, palliatieve sedatie ...). Je huisarts kan je een keuze helpen maken tussen de verschillende mogelijkheden.

Zorgvolmacht

Een zorgvolmacht is een volmacht die een bekwame persoon (lastgever) verleent aan een andere persoon (lasthebber) om, met het oog op een latere periode van handelingsonbekwaamheid, die persoon toe te laten welbepaalde handelingen te stellen met betrekking tot zijn vermogen. Dergelijke zorgvolmacht kan later zeker zijn nut bewijzen en je kan je verlangen rond de verdeling van je nalatenschap ook duidelijk omschrijven.

www.notaris.be/erven-schenken/brochures

Opvang buitenshuis

DAGVERZORGINGSCENTRUM OF DAGVERZORGING

Een dagverzorgingscentrum is verbonden aan een woonzorgcentrum of aan een dienst voor gezinszorg en biedt overdag opvang en verzorging aan mensen met dementie. Het centrum zorgt ook voor warme maaltijden en organiseert activatie-, revalidatie- en ontspanningsactiviteiten. In het dagverzorgingscentrum, georganiseerd vanuit een dienst voor gezinszorg, staan er activiteiten als koken, een gezellige babbel, krant lezen, kaarten, boodschappen doen, in de tuin genieten, ... op het programma. De verzorgenden kunnen ook helpen met een ontspannend bad, een haarverzorging of een hand- of voetmassage. Mensen kiezen zelf wanneer en hoe vaak ze naar deze ondersteuningsvorm komen. Er

is ook dagverzorging voor mensen met dementie op jonge leeftijd. Een dagverzorgingscentrum verzorgt ook het vervoer van de bezoekers. Vraag tussenkomst aan je ziekenfonds.

Meer informatie vind je bij je OCMW, ziekenfonds of een dienst voor gezinszorg.

CENTRUM VOOR KORTVERBLIJF

Een centrum voor kortverblijf (CVK) biedt tijdelijk verzorging en opvang aan ouderen. Je verblijft er dag en nacht of alleen 's nachts voor een periode van maximaal 60 opeenvolgende dagen en maximaal 90 dagen per jaar. Kortverblijven zijn verbonden aan een woonzorgcentrum. De dienstverlening is grotendeels dezelfde als in een woonzorgcentrum. Tijdig reserveren is nodig, zeker voor de vakantieperiodes. Vraag tussenkomst aan je ziekenfonds.

www.zorg-en-gezondheid.be/centra-voor-kortverblijf

GASTOPVANG

Gastopvang is een vorm van dagopvang in een gastgezin of in een zorgboerderij.

Je gaat op bezoek in een huiselijke omgeving waar de gastvrouw of gastheer je met persoonlijke aandacht ontvangt. Je kiest zelf hoe vaak je op bezoek gaat. Het gastgezin zorgt voor aangepaste activiteiten binnen of buitenshuis. Op een zorgboerderij leef en werk je mee op het ritme van het land- of tuinbouwgezin. Je draagt mee zorg voor de dieren en planten, of helpt met andere activiteiten.

Ferm | Thuiszorg
T 0800 112 05
www.samenferm.be

RESIDENTIËLE OUDERENZORG

Een woonzorgcentrum werd vroeger 'rusthuis' genoemd. Een woonzorgcentrum biedt permanente opvang, verzorging en verpleging aan zorgbehoevende ouderen, bijvoorbeeld personen met dementie. Naast een eigen leefruimte zijn er ook gemeenschappelijke ruimtes waar de bewoners elkaar kunnen ontmoeten en kunnen deelnemen aan de activiteiten.

www.zorg-en-gezondheid.be/Zorgaanbod/residentiele-ouderenzorg/

Literatuur en informatief materiaal

In je openbare bibliotheek vind je informatie over dementie. Informatieve boeken vind je met trefwoord 'dementie' of met het logo



Ziekten - kwalen ; Alzheimer - Dementie
Verhalende boeken vind je met themawoord 'dementie'.

zoeken.bibliotheek.be

Ook zijn al heel wat bibliotheken in Vlaanderen in het bezit van een EHBD koffer of rugzak die je kan ontlennen. EHBD staat voor Eerste Hulp Bij Dementie. De koffer, rugzak of trolley is gevuld met zorgvuldig geselecteerde materialen over dementie.

Hij is ontworpen om iedereen die van ver of dichtbij te maken krijgt met dementie, te begeleiden in de eerste zoektocht naar informatie over dementie.

Deze EHBD koffer of rugzak bevat een tiental voorwerpen, maar telt slechts als één ontlening en kan doorgaans gedurende de normale uitleentermijn ontleend worden.

Het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen bundelt ook informatie rond dementie en stelt die beschikbaar via enkele documentatiecentra. Uitleen-informatie en catalogus zijn te vinden op: www.dementie.be/documentatiecentrum/.

Lees- en informatietips zijn te vinden op: www.dementie.be/documentatie/lees-en-informatietips

Portaalwebsite dementie: www.dementie.vlaanderen

Onderstaande publicaties kan je raadplegen op: www.brochuredementie.politeia.be



Nijlen: een dementievriendelijke gemeente!

In september 2021 ging Lokaal bestuur Nijlen het engagement aan om Bevel, Nijlen en Kessel dementievriendelijker te maken. Er werd een werkgroep opgestart die op regelmatige basis samen komt om te bekijken waar Lokaal bestuur Nijlen iets kan bijdragen om onze gemeente dementievriendelijker te maken.

Heb jij een goed idee, een vraag of opmerking? Laat het dan zeker aan de werkgroep weten!

Lokaal bestuur Nijlen
03 410 02 11 of senioren@nijlen.be
Kerkstraat 4, 2560 Nijlen

Of neem contact op met één van de partners die vertegenwoordigd zijn in de werkgroep:

• Regionaal expertisecentrum dementie Orion ism PGN

PsychoGeriatrischNetwerk (PGN)
Antennepunt Regionaal Expertisecentrum Dementie Orion ism PGN, zorgregio Mechelen
Lange Ridderstraat 20, 2800 Mechelen (postadres)
Paradeplein 2/B3, 2500 Lier
Telefoon: 0476 93 49 56
pgn@dementie.be
<https://www.dementie.be/orionenpgn/>



• Lokaal dienstencentrum De Geburen

Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen
Telefoon: Tel. 0479 58 49 77
LDC.Nijlen@zusters-berlaar.be
<https://www.facebook.com/DeGeburen/>

• Woonzorgcentra

WOONZORGCENTRUM HEILIG HART
Kerkeblokken 11
2560 Nijlen
Tel. 03 410 14 00
info.hh@zusters-berlaar.be
<https://heilighartnijlen.be/>

WOONZORGCENTRUM SINT-JOZEF

Gasthuisstraat 10
2560 Kessel
Tel. 03 491 96 50
info.sjk@zusters-berlaar.be
<https://sintjosefkessel.be/>

• Familiegroep dementie Kessel, Nijlen, Bevel

Zie p. 31 voor de info

• Seniorenraad Nijlen

<https://www.nijlen.be/bestuur/deelnemen-aan-het-beleid/adviesraden/seniorenraad>

Waar in onze gemeente/regio vind je hulp of informatie?

Bibliotheek Nijlen

De bibliotheek heeft drie uitleenkoffers dementie ter beschikking. Een koffer op maat van kinderen, jongeren en volwassenen. Een koffer bevat informatie, verhalen, brochures, DVD's en zelfs doe-activiteiten voor personen met dementie.

Kerkstraat 4 - 2560 Nijlen, T 03 410 03 60
<https://nijlen.bibliotheek.be/>

Familiegroep Dementie - Alzheimerliga

In de Familiegroep Dementie komen mantelzorgers en familieleden samen om informatie, ervaringen en steun uit te wisselen. Ze delen hun zorgen met lotgenoten.

Kerkeblokken 11 - 2560 Nijlen of Gasthuisstraat 10 - 2560 Kessel, T 03 410 14 00
nijlen@alzheimerligavlaanderen.be

Buurtzorg De Geburen

Heb je een zorgvraag en weet je niet goed waar je terecht kunt? Neem dan contact op met Buurtzorg De Geburen. Zij zijn een centraal aanspreekpunt voor diverse zorgvragen.

Kerkeblokken 11, 2560 Nijlen, T 0470 89 90 90
buurtzorg.degeburennijlen@zusters-berlaar.be



Praatcafé dementie

Het praatcafé gaat afwisselend door in de gemeenten van Eerstelijnszone Pallieterland en vindt driemaandelijks plaats. Er wordt telkens een deskundige uitgenodigd die een bepaald aspect van dementie toelicht. Inschrijven om uitnodigingen te ontvangen kan via: <https://www.eerstelijnszone.be/praatcafe-dementie-pallieterland>.

Wanneer het praatcafé in Kessel, Nijlen of Bevel doorgaat wordt dit ook verspreid via de communicatiekanalen van Lokaal bestuur Nijlen, de woonzorgcentra en Lokaal dienstencentrum De Geburen.

Hulp- en zorgverlening aan huis

Lokaal bestuur Nijlen biedt ondersteuning aan mensen met dementie en hun mantelzorgers, in de vorm van informatie, hulp bij (financiële) aanvragen, thuiszorg,

Kerkstraat 4 - 2560 Nijlen, T 03 410 02 11
info.ocmw@nijlen.be
<https://www.nijlen.be/sociaal/hulp-en-zorgverlening>

Nachtzorg Mechelen

Van Benedenlaan 73, 2800 Mechelen, T 015 29 25 75
info@nachtzorgmechelen.be

't MoNUment - inloophuis dementie

Lijsterstaat 2 (LDC De Schijf), 2800 Mechelen
T 0477 96 99 37, dementie@mechelen.be
www.mechelen.be/tmonument

En uiteraard ook bij **Regionaal expertisecentrum dementie Orion ism PGN** (zie p.30)



Extra materiaal:
www.brochuredementie.politeia.be

