



SAMEN GEZOND

INFORMATIE VAN SAMEN GEZOND
GEZONDHEIDSCENTRA

INFORMATIE HERFST 2020



*Huisarts Ellie Jacobs (l) en
zorgtrajectbegeleider Marjolijn Boeren*

Dementie: tijdig herkennen is belangrijk

Dementie is een gevolg van een hersenaandoening of hersenziekte, waardoor mensen op den duur minder goed zelfstandig functioneren. Door de vergrijzing is er een sterke toename van mensen met dementie, ook in onze eigen regio. We spraken met huisarts Ellie Jacobs en zorgtrajectbegeleider Marjolijn Boeren over symptomen en het belang van tijdige herkenning van dementie.

“Soms vragen mensen je in de praktijk of ze misschien dementie hebben, omdat ze bijvoorbeeld vergeetachtig worden”, opent Ellie Jacobs. “Soms valt het de

partner op dat iemand bepaalde normale dagelijkse activiteiten of handelingen niet meer kan: afspraken vergeten, de weg kwijtraken of in de supermarkt rond-

dwalen. Mensen met dementie kunnen zichzelf ook minder goed gaan verzorgen, zonder dat ze het zelf in de gaten hebben.” Marjolijn Boeren: “Mensen schamen zich voor de vergeetachtigheid en dagelijkse ‘foutjes’ en trekken zich terug uit het sociale leven, stoppen met het kaartclubje of de sportvereniging. Als iemand merkt dat hij/zij niet goed meer kan meekomen, wordt diegene onzeker en faalangstig. Het sociale isolement is ingezet.”

Lichte vergeetachtigheid hoort bij het ouder worden. Iedereen kan weleens een afspraak vergeten, maar als iemand je aan een afspraak herinnert en je bent vergeten dat je überhaupt een afspraak hebt gemaakt, dan is er meer aan de hand.

Ellie Jacobs vervolgt: “Dementie is een verzamelnaam voor verschillende hersenaandoeningen, zoals de ziekte van Alzheimer, Vasculaire dementie, Lewy-body-dementie, Parkinson-dementie of Fronto-temporale dementie (FTD) die soms op jongere leeftijd begint.”

Marjolijn Boeren: “De symptomen variëren van geheugenverlies, concentratie-

Ergotherapie bij dementie

Lidwien Arts en Kim Bakker zijn ergotherapeuten bij Ergotherapie in de wijk en werken met mensen met dementie en hun mantelzorgers. Ze komen meestal op huisbezoek. Dementie heeft invloed op belangrijke dagelijkse activiteiten, zoals: wassen en aankleden, boodschappen doen, koken,

fietsen of tuinieren maar ook werken met de computer.

Samen met de persoon met dementie en de mantelzorger zoeken Kim en Lidwien naar mogelijkheden om deze activiteiten toch te blijven doen. Indien nodig geven ze advies over het aanpassen van de

woonomgeving of het gebruik van hulpmiddelen.

Lidwien en Kim werken samen met de zorgtrajectbegeleider, huisarts maar ook met een geriatriefysiotherapeut, de thuiszorg, een logopedist, diëtist en/of psycholoog.

Ergotherapie in de Wijk

Tel: 06 - 408 205 18

Craniosacraal therapie bij dementie

Al ruim 10 jaar helpt Janneke Borghans, als craniosacraal therapeut, mensen met dementie met hun lichamelijke en emotionele spanningsklachten. Dit doet ze in alle fases van dementie. Ook begeleidt ze de familie als spanning en verdriet van het zorgen te hoog oplopen.

Dementie brengt onzekerheid en angst rond de diagnose. Het steeds minder kun-

nen volgen van de wereld om je heen, het steeds meer in het verleden gaan leven met alle leuke, maar ook misschien nare herinneringen en emoties van vroeger, levert stress op. Deze stress kan pijnklachten, slaapproblemen en veel onrust geven.

Janneke zorgt met zachte, manuele ontspanningstechnieken voor ontspanning in

het lijf. Al na een paar sessies verminderen onrust en pijnklachten maar ook het slapen gaat beter. Het geeft rust in de chaos van dementie.

Behandeling vindt plaats in haar praktijk in Malden of aan huis.

Praktijk voor Craniosacraal Therapie

Tel: 06 - 187 157 63

problemen, gedragsverandering, traagheid, loopproblemen, spraakproblemen en waanvoorstellingen. Het symptoombeeld is bij dementie niet eenduidig, alle symptomen zijn mogelijk in grote of milde vormen.

Effectieve medicatie voor dementie zelf is er niet, wel voor mogelijke gevolgproblemen zoals depressie, onrust of gedragsveranderingen. Het is belangrijk om mogelijke signalen van dementie zo vroeg mogelijk te herkennen.

Ellie Jacobs: Voor de cliënt zelf is de achteruitgang van geest en lichaam soms moeilijk te accepteren of wordt zelfs ontkend, omdat men het zelf anders ervaart. Familie

en vrienden hebben de eerste signalen gelukkig vaak snel in de gaten. De huisarts kan dan een diagnose stellen. Hoe eerder

"Beweging, sociale contacten, dagbesteding en een gezonde leefstijl kunnen de symptomen wat uitstellen."

het zorgtraject in gang is gezet, des te beter is het ziekteverloop te begeleiden."

Marjolijn Boeren vervolgt: "Het is fijn als mensen al in een vroeg stadium naar ons worden doorverwezen. Je kunt dan al iets in gang zetten in de periode waarin het allemaal nog haalbaar is en een vertrouwensrelatie opbouwen met de cliënt. Als de gevolgen heftiger worden is dan veel zorg erom heen al geregeld. Door sport en beweging, sociale contacten, dagbesteding, gezonde leefstijl e.d. kun je soms het ziekteproces vertragen en de symptomen wat uitstellen. Als zorgtrajectbegeleider bespreek ik graag zo vroeg mogelijk samen met de cliënt en mantelzorgers ook de mogelijkheden voor zorg en ondersteuning. Men maakt daarbij zelf de keuzes, samen voeren we de regie en begeleid ik het hele proces."

Zowel huisarts als zorgtrajectbegeleider zijn enthousiast over de prima samenwerking in onze regio met collega's in de eerste lijn en andere betrokkenen: fysiotherapeuten, apotheek, ergotherapeuten, diëtisten, huishoudelijke ondersteuning, thuiszorgorganisaties, ouderenadviseurs, mantelzorgondersteuners, mantelzorgers en vrijwilligers. Tijdens overleg met de verschillende disciplines wisselen zorgverleners hun ervaringen en signalen uit m.b.t. de cliënt. Zo blijven ze alert en kunnen de zorg erom heen goed organiseren.

Meer informatie over dementie:

- www.malderburch.nl/dementiewijzer
- www.netwerk100.nl/wat-wij-doen/dementieprogramma/zorgtrajectbegeleiding
- www.thuisarts.nl/dementie
- www.dementie.nl
- www.alzheimer-nederland.nl



**GEZONDHEIDSCENTRUM
DE KROONSTEEN 1 EN 8**
SCHOOLSTRAAT 8
6581 BG MALDEN

KLOOSTERHOF 1
6581 BT MALDEN



**GEZONDHEIDSCENTRUM
DE VUURSTEEN**
PRINSENWEG 6
6584 AZ MOLENHOEK

**HUISARTSENPRAKTIJK
OVERASSELT**
BEATRIXSTRAAT 6
6611 BT OVERASSELT