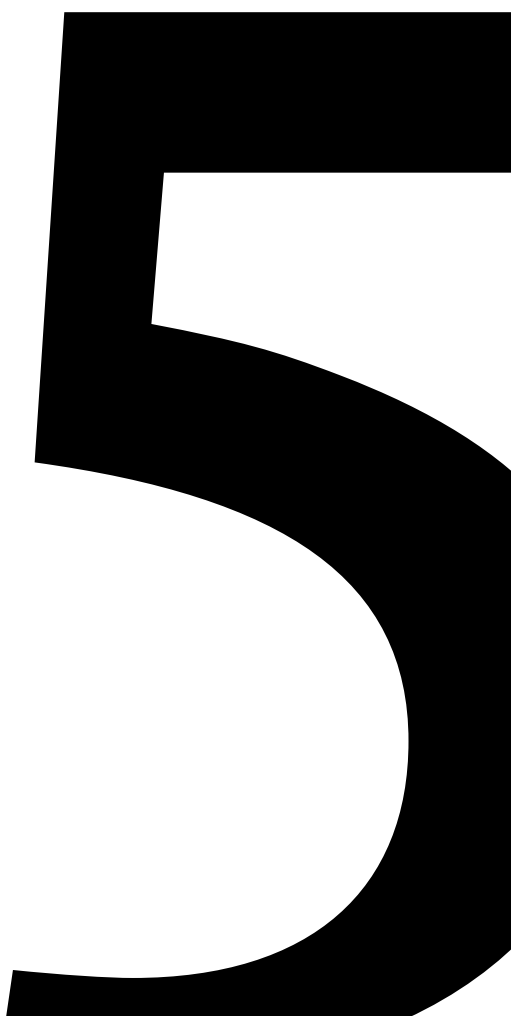


# HULP MIDDELEN

BIJ DEMENTIE



**T**en aanzien van de inzet van hulpmiddelen is een belangrijk uitgangspunt dat deze pas worden ingezet als ze daadwerkelijk nodig zijn. Wanneer te snel te veel hulpmiddelen worden ingezet, kan de persoon met dementie dit, vanwege het versterkte gevoelsleven, als stigmatiserend ervaren. De behoefte aan zelfstandigheid moet recht gedaan worden en niet ondermijnd worden door het inzetten van hulpmiddelen. Andersom werkt het ook. Hulpmiddelen voor mensen met dementie kunnen bijdragen aan gevoelens zoals zelfredzaamheid, trots, vrijheid, veiligheid, eigenwaarde, onafhankelijkheid. Sommige hulpmiddelen zijn er vooral ten behoeve van de persoon met dementie. Andere hulpmiddelen vooral voor de partner, andere familieleden en zorgverleners. In dit hoofdstuk hebben wij ervoor gekozen de hulpmiddelen bij elkaar te zetten rond inhoudelijke thema's. Bij ieder thema staan zowel hulpmiddelen ten behoeve van de persoon met dementie zelf als ten behoeve van hun begeleiders/ondersteuners.

### **Algemene uitgangspunten hulpmiddelen bij dementie**

Zoals de naam al zegt, de middelen moeten tot hulp zijn in het dagelijks leven en leiden tot een betere kwaliteit van leven. Acceptatie is bij de inzet van hulpmiddelen dan ook een belangrijk aandachts-

punt. Schat van tevoren in hoe iemand zal reageren op een bepaald hulpmiddel. Overleg waar mogelijk met de persoon met dementie zelf over hulpmiddelen waarvan u wilt dat hij/zij die gaat gebruiken. De manier waarop u een hulpmiddel introduceert, heeft grote invloed op het gebruik ervan. Ga hier slim mee om en maak er van tevoren een plannetje voor.

De meeste hulpmiddelen hebben voor- en nadelen. Zoals hiervoor beschreven, is het een kwestie van dingen tegen elkaar afwegen. Deskundigen die u desgewenst kunnen helpen bij deze afwegingen, zijn ergotherapeuten en casemanagers of trajectbegeleiders.

## Hulpmiddelen leren gebruiken

Alvorens te beginnen met het omschrijven van hulpmiddelen, leggen wij hier eerst uit hoe mensen met dementie is aan te leren een hulpmiddel te gebruiken. Voor meer informatie over dit lerend vermogen – dat zowel bij beginnende als gevorderde dementie nog aanwezig is – verwijzen wij graag naar het tweede boek uit deze reeks onder de titel *(Op)nieuw geleerd, oud gedaan*, dat helemaal over dit lerend vermogen van mensen met dementie gaat. Meer info over dit boek vindt u op [www.opnieuwgeleerdoudgedaan.nl](http://www.opnieuwgeleerdoudgedaan.nl).

Tijdens het dementieproces zal het regelmatig voorkomen dat iemand met dementie moet leren omgaan met een nieuw hulpmiddel. Vaak zal dit lukken, maar vraagt het wel om een consequente en bewuste aanpak door de begeleider van deze persoon.

Bij het aanleren van het gebruik van hulpmiddelen zijn er de volgende 'leervormen'.

**Foutloos leren:** hierbij wordt het hulpmiddel dat wordt aangeleerd, aanvankelijk samen bediend. Letterlijk hand in hand, waardoor alle handelingen samen gedaan worden. Het vermijden van fouten is hierbij de achterliggende doelstelling. Veel samen oefenen, steeds maar herhalen en 'inslijpen' zijn hierbij van belang. Pas als u merkt dat het goed gaat, gaat u steeds meer en steeds vaker de handen loslaten.

### Voorbeeld

Koffiezetten met een gewoon apparaat lukt niet meer. Daarom wilt u iemand aanleren om een Senseo-apparaat te bedienen. U doet alle handelingen samen hand-in-hand, oftewel het waterreservoir vullen, het apparaat openen, de koffie-pad uit een doosje halen, de koffie-pad in het apparaat plaatsen, op de juiste knop drukken. Pas als u merkt dat het steeds makkelijker gaat, kunt u de handen loslaten.

### Nog een voorbeeld

Om de achteruitgaande geheugenfunctie te ondersteunen, wilt u dat iemand gebruik maakt van een vast 'geheugensteuntje' zoals een prikbord of whiteboard. Hier is het leerproces dat u de persoon met dementie aanleert om naar die specifieke plek te gaan, als hij of zij iets niet meer weet. Steeds maar herhalen en samen naar die plek toelopen, kan dan een handige strategie zijn, in plaats van alleen maar uitleggen 'daar is je geheugensteun'. Als betrokkene 'beloond' wordt voor dit loopje, doordat de relevante informatie daar inderdaad te vinden is, werkt dit leerproces nog beter. Een aandachtspunt bij deze leervorm is dat mensen met dementie zich vaak betutteld voelen. Goede communicatie, een fijne sfeer creëren en uitleggen waarom u het een tijdje samen hand-in-hand doet, is van belang. Blijft iemand weerstand hebben vanwege mogelijke betutteling, gebruik dan een andere leervorm.

Associatieleren: hierbij maakt u gebruik van associaties (logische verbanden) die herkenbaar zijn voor de persoon met dementie.

### Voorbeeld

Iemand gaat steeds slechter lopen. Daarom wordt gebruik van een rollator wenselijk. Als u het gebruik van de rollator aan wilt leren bij iemand die veel op het land gewerkt heeft, kan het benadrukken van de vergelijking met het duwen van een kruiwagen wellicht helpen. Soms kan het handig zijn om een plaatje van een kruiwagen op een rollator te plakken, of in de mondelinge begeleiding deze vergelijking te maken.

In dit voorbeeld ging het over het gebruik van oude associaties. Een tweede vorm van associatieleren betreft het aanleren van nieuwe associaties. Zo zal het bij veel mensen met dementie lukken om aan te leren dat een bepaalde handeling bij een bepaald geluid hoort. Het geluid herinnert iemand aan een handeling.

### Voorbeeld

Iemand vergeet wanneer het tijd is voor medicatie. Er zijn pillendozen die een piepje geven wanneer het tijd is voor medicatie. Veel mensen met dementie zullen vrij snel doorkrijgen dat een piepje en een pil bij elkaar horen als zij hier als leervorm regelmatig op gewezen worden en het lopen naar de pillendoos bij het afgaan van de piep wordt voorgedaan.

**Belonen:** Belonen is een zeer krachtig hulpmiddel bij het aanleren van het gebruik van hulpmiddelen. De belangrijkste beloning is het bereiken van resultaat. Een andere beloning is het uitvergroten van positieve gevoelens, door het geven van complimenten en iemand trots te laten zijn op zichzelf als iets lukt.



### Voorbeeld

*U wilt iemand het gebruik van een tabletcomputer aanleren om foto's te bekijken. Als eerste stap is het van belang iemand te laten wennen: ga samen foto's bekijken, terwijl u de tabletcomputer bedient. Stimuleer de nieuwsgierigheid naar het apparaat. Als iemand het zelf gaat proberen, zorg dan eerst dat het startscherm vereenvoudigd is. Zorg dat er niet te veel programma's zijn. Een andere optie is om het fotokijkprogramma vast 'klaar te zetten'. Stel de computer zo in dat iedere keer als iemand van de ene foto naar een andere gaat, er een muzikje wordt afgespeeld dat de betrokkene leuk vindt. Zo wordt iemand dubbel beloond: enerzijds met een nieuwe foto, anderzijds met favoriete muziek. Tijdens de begeleiding kunt u zelf door mondelinge complimenten nog meer beloningen toevoegen. Ook de trots die iemand voelt dat hij of zij dit zelf gedaan heeft, is een krachtige beloning die zal helpen bij het leerproces.*

Bij het aanleren van het gebruik van hulpmiddelen geldt als basisregel dat het raadzaam is om leerprocessen zo eenvoudig en overzichtelijk mogelijk in te richten. Heeft een bepaald apparaat bijvoorbeeld meerdere functies, leer dan eerst een eenvoudige functie aan en ga pas als dit goed lukt, ook andere functies aanleren.

Bedien de  
tabletcomputer eerst  
zelf en stimuleer de  
nieuwsgierigheid  
naar het apparaat.



Ook kan het soms handig zijn om een leerproces in stapjes onder te verdelen. Pas als een eerste stap lukt, gaat u naar een volgende stap. Zo vormen verscheidene kleine leerprocessen samen een grotere. In het vakjargon spreken we dan van *chaining*, de diverse afzonderlijke leerprocessen zijn schakels in een ketting.

#### Voorbeeld

*U wilt iemand leren om de afstandsbediening van de tv weer te bedienen. Alles in één keer blijkt te ingewikkeld. Leer dan eerst aan dat afstandsbediening en tv bij elkaar horen. Leer dan bijvoorbeeld aan hoe de aan- en uitfunctie werkt. Als dat goed gaat, dan het volume en pas als dat is gelukt, ook het zoeken naar zenders. Uiteraard zoekt u naar stapjes die passen bij de persoon met dementie.*

Het interessante van voorafgaande leervormen is dat u ze kunt combineren. We komen weer even terug op het voorbeeld van het leren gebruiken van de rollator door iemand die veel op het land heeft gewerkt. Uiteraard is een logisch leerproces daar ook: het samen doen en zorgen dat het gebruik een automatisme wordt. Bij veel mensen met dementie is het zaak om alternatieven achter de hand te heb-



ben die u kunt toepassen. Als iets niet op de ene manier werkt, dan probeer ik het op een andere. Juist daarom is het onderscheid tussen de afzonderlijke leervormen zo belangrijk.

Daarnaast is een aantal algemene uitgangspunten in de communicatie met mensen met dementie extra van belang als u het gebruik van een hulpmiddel aan wilt leren.

U kunt hierbij denken aan:

- zorg dat de sfeer goed is;
- wees consequent;
- geef complimenten;
- observeer goed wat wel/niet goed gaat en speel hierop in;
- verleid mensen om dingen uit te proberen;
- neem faalangst en onzekerheid zoveel mogelijk weg, creëer een ‘veilige’ omgeving;
- het moet leuk blijven.

Realiseer u goed dat u bezig bent om iemand met beschadigde hersenen iets aan te leren. Uitleggen waarom u iets doet of hoe een hulpmiddel precies werkt, is lang niet altijd nodig. Sterker nog, dit maakt dingen vaak verwarrend en stimuleert de onzekerheid van iemand met dementie. Dit soort informatie kunnen mensen met dementie ook niet goed verwerken. Gewoon doen en samen aan de slag gaan met een hulpmiddel is vaak een veel makkelijker toepasbare en effectievere strategie.

Vermijd te allen tijde het woord ‘moeten’. Als iemand iets moet of ergens te hard toe gepusht of gedwongen wordt, zal de weerstand alleen maar toenemen.

### **Indeling hulpmiddelen**

Wij hebben de hulpmiddelen bij dementie ingedeeld in de volgende categorieën: