



## Dementie en autorijden

---

*Informatie over autorijden met dementie en vervoersmogelijkheden*

---

### Dementie tast de rijvaardigheid aan

Een rijbewijs hebben en autorijden is voor veel mensen belangrijk, omdat het vrijheid en onafhankelijkheid biedt. Voor sommigen is autorijden een hobby. Voor veilig autorijden heeft iemand een snel reactievermogen, goede coördinatie en probleemoplossend vermogen nodig. Deze gaan allemaal achteruit als we ouder worden. Voor mensen met dementie gaan ze sneller achteruit. Mantelzorgers en mensen met dementie maken zich vaak zorgen of het nog wel veilig is om te blijven autorijden.

### Een keuring bij het CBR

Als iemand een diagnose dementie krijgt moet dit aan het CBR doorgegeven worden. Het CBR toetst of je nog veilig de weg op kan. Dit gebeurt vaak door een rijtest te doen in de eigen auto. Voor mensen in een vroeg stadium van dementie is het in principe mogelijk om auto te blijven rijden als ze een verklaring van het CBR hebben. Als iemand rijgeschikt bent bevonden is het rijbewijs een jaar geldig. Het CBR neemt de volgende dingen mee in het besluit:

- Een gezondheidsverklaring van het CBR die de persoon met dementie zelf invult
- Een medische keuring van de huisarts of specialist
- Het CBR kan aangeven dat er een rijtest nodig is

Het is verstandig om de verzekering in te lichten dat iemand dementie heeft. Als iemand met dementie blijft autorijden zonder dat het CBR dit weet, kan de verzekering weigeren schade te vergoeden bij ongelukken, ook als diegene daar geen schuld aan heeft.

### Sommige mensen met dementie besluiten om hun rijbewijs in te leveren

Sommige mensen besluiten zelf of samen met hun naasten om te stoppen met autorijden. Ze maken zich vaak zorgen over de veiligheid in het verkeer, hun rijvaardigheid of het vinden van de weg. Ze voelen zich steeds onzekerder in de auto. Stoppen met autorijden is voor



veel mensen een moeilijke beslissing. Vaak wordt deze beslissing in overleg met naasten genomen, soms is hier ook een zorgverlener bij betrokken.

## Iemand ondersteunen bij het stoppen met autorijden

Gesprekken over stoppen met autorijden zijn vaak lastig en emotioneel. Als mantelzorger ken je de persoon met dementie vaak goed en kun je misschien voorspellen hoe iemand zal reageren. Begin zo vroeg mogelijk het gesprek over stoppen met autorijden en probeer te anticiperen op de verwachte reactie van je naaste met dementie.

We geven een aantal belangrijke aandachtspunten die het stoppen met rijden makkelijker zouden kunnen maken voor je naaste met dementie:

- Gevoel van controle over de situatie.
- Het autorijden langzaam beperken en alternatieven uitproberen.
- Een rijtest bij het CBR laten doen.
- Eventueel vrijwillig besluiten te stoppen met autorijden.
- Alternatieve vervoersmogelijkheden onderzoeken.

Als jij of je naaste met dementie twijfelt kun je de Rij Bewust Test invullen. Dit is een korte test die je kan helpen bij het besluit om wel of niet te blijven autorijden.

Soms heeft iemand met dementie zelf inzicht in dat zijn of haar rijvaardigheid beïnvloed wordt of gaat worden in de toekomst. Het is dan makkelijker om hier een gesprek over te voeren. Andere mensen met dementie schieten misschien in de verdediging of ontkennen dat hun rijvaardigheid veranderd is. In deze gevallen kan het handig zijn als iemand naar wie je naaste met dementie luistert het gesprek hierover voert. Dit kan bijvoorbeeld een zorgverlener zijn zoals de huisarts, of een ander familielid. Vaak zijn er meerdere gesprekken nodig over het stoppen met autorijden.

Bereid je goed voor op wat je gaat zeggen. Soms kan het benadrukken van de gevolgen voor anderen als zij onverhoopt een ongeluk krijgen een beroep doen op hun 'betere aard'. Soms helpt het om te vertellen dat hun verzekering kan worden opgezegd of dat ze altijd schuldig



worden geacht als ze bij een ongeval betrokken zijn (zelfs als ze niet schuldig zijn). Het is daarom belangrijk om het onderwerp stap voor stap te benaderen, gevoelens over en weer te respecteren en alternatieven voor het rijden aan te bieden.

In sommige gevallen wordt iemands rijbewijs ingetrokken en mag iemand niet meer autorijden. In enkele gevallen blijft iemand toch nog rijden, bijvoorbeeld omdat je naaste mogelijk is vergeten dat het rijbewijs is ingetrokken. Als je tegen je naaste zegt dat hij of zij 'niet meer mag autorijden', dan kan dit tot een conflict leiden. Je kan dan beter meelevend reageren en de nadruk leggen op mogelijke alternatieven.

Je kunt benadrukken dat het de arts of specialist is geweest die heeft gezegd dat je naaste niet mag autorijden. Soms helpt het om je naaste te laten weten dat je trots bent dat ze zelf de verantwoordelijke beslissing hebben genomen. Het verstopten van de autosleutels of de auto verkopen is een wat rigoureuze oplossing wanneer bovenstaande adviezen niet helpen.

## **Het is nooit een goed idee om 'samen' auto te rijden**

Soms is het lastig om je naaste met dementie te laten stoppen met autorijden. In sommige gevallen zijn er mantelzorgers die er naast gaan zitten als een soort copiloot, die een tweede set ogen heeft en aanwijzingen geeft. Dit is geen goed idee, omdat het onveilig is. In plaats daarvan kun je onderzoek doen naar alternatieven voor vervoer. Vooral wanneer je als mantelzorger niet zelf autorijdt kunnen vervoersalternatieven handig zijn.