



Help iemand met de diagnose dementie vooruit

Maak dementie en de impact ervan bespreekbaar en help mensen om vooruit te gaan

Een diagnose dementie kan iemands leven veranderen. Mensen die deze diagnose krijgen reageren hier heel verschillend op. Ze kunnen geschokt zijn, overstuur, angstig of opgelucht, of een mengeling van deze emoties ervaren. Sommige mensen hebben heel veel vragen, en anderen juist geen. Mensen kunnen hun diagnose in twijfel trekken of niet accepteren. Hoe de zorgverlener omgaat met de reacties van iemand op de diagnose dementie is belangrijk. Het heeft invloed op hoe mensen leren omgaan en zich aanpassen aan hun diagnose en deze accepteren. Dit zijn allemaal essentiële stappen om verder te komen met een diagnose dementie

Help de persoon met dementie het ‘dementie nieuws’ te verwerken

Jouw hulp aan de persoon met dementie en zijn/ haar naaste bij het omgaan met de diagnose begint op het moment dat je de diagnose brengt. Hoewel sommigen al een vermoeden hebben van dementie, kan het voor hen nog steeds een shock zijn deze diagnose te horen en op papier te zien. Misschien ga je als professional voor de eerste keer iemand een diagnose dementie geven en hierover spreken.

Hoe dan ook, deze onderwerpen aansnijden en omgaan met reacties op de diagnose dementie kan soms lastig zijn. Er zijn 5 praktische stappen voor om dit ‘slechte nieuwsgesprek’ te voeren.

Deze zijn:

- Bereid je goed voor – wees er zeker van dat je alle noodzakelijke informatie hebt om de diagnose te brengen.
- Maak verbinding – neem de tijd om een persoonlijk contact te leggen en om uit te vinden wat zij al weten
- Waarschuw eerst, en vertel het dan – geef de informatie in kleine, te behappen porties en in duidelijke en eenvoudige taal.



- Erken dat dit een shock kan zijn, en bespreek hun zorgen - geef hen de tijd om de informatie op te nemen en hun zorgen onder woorden te brengen
- Ga verder met praktische hulp: – beschrijf wat de volgende stappen zijn, en welke hulp beschikbaar is.

Help de persoon met dementie en mantelzorger bij het accepteren van de diagnose

De manier waarop jij als zorgverlener over dementie praat is vaak bepalend voor het toekomstbeeld dat mensen hebben. Als je je focust op de dingen die iemand wél nog kan, zelfstandig, of met wat ondersteuning, dan heeft dit een positieve invloed op het toekomstbeeld dat mensen hebben. Probeer een realistisch toekomstbeeld te schetsen en benoem daarbij het belang van ondersteuning en welke mogelijkheden daarvoor beschikbaar zijn. Hier een aantal tips voor en door zorgverleners:

- Erken hoe iemand zich voelt

Stel iemand gerust dat zijn gevoelens over de diagnose dementie normaal en begrijpelijk zijn. Of het nu gevoelens van angst, ontkenning, afwijzing, ongeloof, opluchting, verwarring of overweldiging is, het is allemaal oké. Bespreek dat deze gevoelens in de loop van de tijd gaan veranderen, en bespreek ook wie kan helpen bij het omgaan met deze gevoelens.

- Erken de impact van de diagnose

Laat weten dat je begrijpt dat de diagnose een grote impact heeft op iemands leven en dat van naasten. Dit kan helpen om de persoon gerust te stellen dat zijn of haar zorgen serieus worden genomen.



- Praat op een positieve manier over een leven met dementie

Moedig de persoon aan om na te denken over welke positieve stappen ze kunnen zetten nu ze de diagnose dementie hebben. Leg uit hoe hun diagnose hen kan helpen om de veranderingen die ze ervaren te begrijpen en hoe ondersteuning hen kan helpen.

- Bespreek de noodzaak / het belang van vroegtijdige hulp

Leg uit dat hulp juist ook in een vroege fase belangrijk is om om te gaan met veranderingen en om vooruit te komen met de diagnose dementie. Hulp is een breed begrip. Soms gaat het over ondersteuning van familie en vrienden, maar er is ook een breed aanbod van professionele ondersteuning, zoals een casemanager of thuiszorg.

- Bespreek verwachtingen over genezing en behandeling

Hoewel er momenteel geen geneesmiddel voor dementie bestaat, zijn er veel behandelmogelijkheden, zowel medicamenteus als niet medicamenteus. Medicatie is niet voor iedereen geschikt en geeft vaak bijwerkingen. Er zijn veel behandelmogelijkheden zonder medicijnen die zich richten op het behouden van zelfstandigheid en een goede kwaliteit van leven.

Besteed aandacht aan de fysieke gezondheid

Dementie kan soms gepaard gaan met andere (chronische) aandoeningen. Zorgen voor een goede algemene gezondheid kan bijdragen aan een betere kwaliteit van leven.

- Zorg voor een regelmatige algemene controle van de fysieke gezondheid.
- Zorg voor systemen die de trouw aan het innemen van medicatie vergroten, zoals een baxterrol of pillendoos met dagen van de week.
- Bespreek het belang van goede gebitsverzorging.
- Bekijk of er sprake is van een verhoogd valrisico. Eventueel kan je mensen doorverwijzen naar een valpreventie cursus.
- Cognitieve klachten kunnen verergeren door slecht zicht of gehoorsproblemen. Zorg ervoor dat je hiervan op de hoogte bent.