

Overzichtsfolder dementie

Zojuist is er met u en uw naasten besproken dat er sprake is van een vorm van dementie. Dat kan behoorlijk ingrijpend zijn. Naast alle emoties kan de diagnose ook veel vragen oproepen. In het gesprek zijn er verschillende onderwerpen besproken. Hieronder staan nog enkele adviezen, die voor u mogelijk van toepassing zijn. Het is goed u te realiseren dat de situatie voor u persoonlijk anders kan zijn dan beschreven.

Casemanager

In overleg met u en uw naasten wordt een casemanager dementie aangevraagd. Een casemanager is een gespecialiseerde hulpverlener die informeert, ondersteunt, meedenkt, helpt keuzes te maken en de zorg regelt voor mensen met dementie en hun naasten tijdens het ziekteproces. De casemanager wordt meestal vergoed vanuit de basisverzekering. In Zeeland zijn de meeste casemanagers in dienst van de Zeeuwse Zorgschakels (www.zeeuwsezorgschakels.nl, telefoonnummer 0118 - 851 416, info@zeeuwsezorgschakels.nl)

Huisarts

Uw huisarts is uw eerste aanspreekpunt en een belangrijke gesprekspartner voor u en uw familie. Wij raden u aan om tijdig in gesprek te gaan over wat de huisarts voor u kan betekenen tijdens het verloop van de dementie. Ook is het belangrijk dat uw huisarts op de hoogte is van uw wensen voor de toekomst; blijf deze onderwerpen ook regelmatig met uw huisarts bespreken.

Het kan zijn dat u sommige onderzoeken of behandelingen om bepaalde redenen niet meer wil laten verrichten. Het is belangrijk deze wensen kenbaar te maken bij de huisarts. Ga bij voorkeur niet alleen naar belangrijke afspraken en neem altijd iemand mee. Vraag zo nodig om een schriftelijke bevestiging van de gesprekken die u heeft gevoerd.

Leefstijl

Ieder mens functioneert beter als hij zich goed voelt. Dat geldt ook voor mensen met dementie. Een goede conditie is dus erg belangrijk. Weliswaar zijn aandoeningen die bij de ziekte horen niet altijd te voorkomen. Maar onderstaande adviezen kunnen wel helpen uw gezondheid op peil te houden.

- Voor mensen met dementie is het heel belangrijk dat ze zo lang mogelijk in beweging blijven. Lichaamsbeweging kan het dementieproces vertragen. Het is erg belangrijk voor een goede nachtrust, vermindert stress en depressieve gevoelens en zorgt voor een goede bloedcirculatie en soepele spieren. Daarnaast stimuleert lichaamsbeweging een regelmatige stoelgang.
- Goede voeding is voor iedereen belangrijk. Door de dementie kan het voorkomen dat u onvoldoende gaat eten of drinken, bijvoorbeeld door veranderde smaak of door het vergeten van de maaltijd. Het is belangrijk hier bedacht op te zijn en hierop zo nodig maatregelen te nemen, bijvoorbeeld door middel van maaltijdvoorziening.
- Probeer alcohol te vermijden of tot een minimum te beperken. Alcohol kan ontspannend werken, maar ook tot geheugenverlies en verwardheid leiden.

Autorijden

Als u dementie heeft, vult u dat in op een Gezondheidsverklaring via de website van het CBR. Het is een (morele) plicht dit bij het CBR te melden. Hier zijn kosten aan verbonden. Vraag vooraf wat de kosten zijn, want deze zijn per situatie verschillend. Bij het invullen van een Gezondheidsverklaring is het verplicht deze naar waarheid in te vullen. Het CBR onderzoekt daarna of u nog kunt rijden. Er wordt gekeken naar de ernst van de dementie en naar de gevolgen van dementie voor het rijgedrag. In het geval van een milde ernst dementie kan een speciale rijtest afgelegd worden bij het CBR. Als u daarvoor slaagt, mag u in elk geval nog één jaar rijden. Als u twijfelt over de noodzaak van melding bij het CBR, overleg dan met uw arts. Meer informatie vindt u op www.cbr.nl/dementie. Zie ook de folder 'Dementie en het rijbewijs'

op www.adrz.nl.

Wilsbeschikking

Iemand met dementie gaat op een gegeven moment moeite krijgen met het nemen van beslissingen en het overzien van de gevolgen van deze beslissingen. Het is belangrijk om in een vroeg stadium afspraken te maken rondom de financiën, zorg en welzijn. U kunt iemand machtigen om dit voor u te doen, als keuzes maken niet meer zo makkelijk gaat.

Het is verstandig om, na het stellen van de diagnose, een adviesgesprek bij de notaris aan te vragen. Schets duidelijk wat er aan de hand is om de notaris een zo optimaal mogelijk inzicht te geven in uw situatie. De notaris kan dan een advies op maat geven. Bij de notaris kunt u een levenstestament/wilsbeschikking laten opstellen. In dit document kunt u uw wensen beschrijven voor het moment dat u die zelf niet meer kenbaar kunt maken.

Euthanasie

Het kan zijn dat u in een eerdere fase van uw leven, of nu, denkt aan euthanasie. Bij euthanasie moet een persoon zijn of haar wens weloverwogen uiten en moet er vastgesteld worden dat het lijden ondraaglijk is. Als dit voor u een actuele wens is of in de toekomst mogelijk een wens gaat worden, is het verstandig dit met uw huisarts te bespreken. Uw huisarts kan dan aangeven wat er wel en niet mogelijk is. Euthanasie is een gunst en geen recht, u kunt van uw huisarts niet eisen dat hij de euthanasie uitvoert tegen zijn wil. Het is van belang om uw wens regelmatig te bespreken met de huisarts. Op de website www.nvve.nl kunt u hier meer informatie over vinden.

Vragen?

Heeft u naar aanleiding van deze folder nog vragen? Neem dan contact op met uw huisarts, de casemanager (indien ingeschakeld) of met de behandelend geriater. Op www.adrz.nl vindt u onder specialisme Geriatrie meer informatie en een aantal folders. U kunt contact opnemen met de polikliniek Geriatrie door te bellen naar 088 125 00 00 of te mailen naar secretariaat.geriatriepoli@adrz.nl.

Voor meer informatie over de diagnose kunt u terecht op:

www.dementie.nl (algemene informatie over dementie)

www.alzheimercentrum.nl (algemene informatie over dementie)

www.lewy.nl (informatie over Lewy body dementie)

www.zeeuwsezorgschakels.nl (informatie over casemanagement)