

Inleiding

Dit boek is een praktische handleiding voor partners, familieleden, mantelzorgers, professionele zorgverleners en andere geïnteresseerden die omgaan met iemand met dementie.

Uit eigen ervaring weten we hoe moeilijk het is om te merken dat je partner, vader of moeder, familielid of vriend aan het dementeren is. Soms moet je toezien hoe iemand die je dierbaar is langzaam maar zeker achteruitgaat, steeds meer dingen vergeet, hulpbehoevender wordt en verandert als persoon. Hierbij kunnen allerlei vragen naar voren komen, zoals: wat kan ik doen met iemand die steeds passiever wordt, hoe ga ik om met zijn of haar boosheid of achterdocht, hoe reageer ik bij vergeetachtigheid, welke technische toepassingen en hulpmiddelen kunnen nuttig zijn, en bij wie kan ik met mijn juridische vragen terecht?

De zorg voor mensen met dementie is enorm in beweging. In dit boek hebben wij de nieuwste inzichten verwerkt. Het geeft u handige en praktische tips en veel informatie over de omgang met iemand die aan het dementeren is. Tips over de communicatie met uw dierbare, maar bijvoorbeeld ook over activiteiten die u kunt doen met uw dementerende familielid of bekende. We laten u zien welke vernieuwende hulpmiddelen er zijn. Wij helpen u met het maken van keuzes als de zorg thuis niet meer gaat: wat zijn de alternatieven en hoe selecteert u een goede zorginstelling? Ook bevat dit boek een hoofdstuk over het bewaken van uw eigen grenzen, om zo de zorg en ondersteuning zo lang mogelijk vol te houden.

Naar aanleiding van vele onderzoeken en op basis van onze eigen ervaringen zijn wij ervan overtuigd dat het noodzakelijk is dat de normale basisbehoeften goed geregeld zijn. Komt iemand met dementie onvoldoende buiten, dan kan er daarnaast ook depressiviteit optreden. Slaapt iemand slecht, dan ontregelt dit veel. Goed eten en drinken zijn cruciaal; het is onze brandstof. Kauwen is belangrijk en daarmee ook goede mondzorg. Aantoonbaar blijkt dat bewegen deze ziekte kan remmen. Wij doen in dit boek op vele plekken suggesties om dementerenden en verzorgende familieleden uit te dagen vooral goed te letten op die basisbehoeften. Technologisch kan er steeds meer. Maandelijks komen nieuwe techno-

logische producten op de markt die kunnen helpen bij de zorg voor een dementerende thuis. Van speciale verlichting tot communicatieapparatuur, van tilhulpmiddelen tot dwaalsensoren. In dit boek komen veel van die technologische en ondersteunende oplossingen voorbij. Sommige ondersteunen de dementerende zelf om beter te blijven functioneren, andere ontlasten de verzorgende familieleden en professionele zorgverleners. Technologie en warme menselijke zorg lijken tegenstrijdig, maar dat is niet zo: technologie kan juist een heel goede ondersteuning zijn om de zorg zo menselijk mogelijk in te richten.

We hebben ons uiterste best gedaan om dit boek zo praktisch mogelijk te houden. Beelden zeggen vaak meer dan teksten, vandaar de vele foto's ter illustratie van de verschillende tips en suggesties. We hebben ook anekdotes over bestaande situaties toegevoegd om het zo herkenbaar mogelijk te maken. Achter in dit boek vindt u meer informatie over de auteurs, evenals over de groep deskundigen en mantelzorgers die hebben meegedacht over de inhoud. Ook vindt u er een begrippenlijst, een overzicht van alle tips en een verzameling van interessante websites, boeken en dvd's.

De actrice/cabaretière Adelheid Roosen, Tweede Kamervoorzitter Gerdi Verbeet en de Vlaamse actrice Sandrine André hebben in interviews hun ervaringen verteld aan het dementievakblad Denkbeeld. Wij hebben deze interviews integraal overgenomen en tussen de hoofdstukken geplaatst, net als de tekst van het lied 'Meneer Alzheimer', dat Youp van 't Hek heeft geschreven aan de hand van zijn ervaringen met zijn dementerende moeder.

Een boek leent zich niet altijd voor de meest actuele informatie, bijvoorbeeld over financiering van zorg en hulpmiddelen. Mede daarom zijn er twee websites aan dit boek gekoppeld: www.hadikhetmaargeweten.nl en www.moderne-dementiezorg.nl.