

# Ouderen met dementie leven in een versmalde wereld

De cognitieve lichaamstaal van dementerenden geeft inzicht in hun leefwereld

*Het is een zonnige lentedag als we Annick Vrolijks en Linda de Lausnay ontmoeten voor een gesprek in het woon- en zorghuis Tèn Kerselaere in Heist-op-den-Berg. Annick werkt er als kinesitherapeute op de afdeling psychogeriatric, Linda is een ex-collega van dezelfde afdeling en momenteel actief in het wetenschappelijk onderzoek. Door jarenlange observatie hebben beide professionele hulpverleners meer inzicht gekregen in de leefwereld van dementerende ouderen. De cognitieve lichaamstaal van de dementerenden speelt hierin een grote rol. Ze delen dan ook graag hun bevindingen. "Denk niet dat een dementerende geen trek heeft als hij zijn eten onaangeroerd laat staan. Misschien heeft hij het helemaal niet gezien".*

## Afnemende waarneming

Door middel van video-opnames van bewoonster Jette illustreren Annick en Linda hun betoog. Jette is midden tachtig en dementeert sinds vier jaar. Ze zit aan tafel en krijgt haar eten. Haar mes ligt aan de rechterkant en haar vork aan de linkerzijde. Ze begint te eten met haar mes, de vork laat ze liggen. Ook na diverse aansporingen om de vork te gebruiken, doet Jette verder met haar mes. Waarom doet ze dat? Ziet ze de vork niet? Of eet ze liever met een mes? Pas wanneer de vork ook aan de rechterkant van het bord wordt gelegd, begint ze ermee te eten. Het mes laat ze nu liggen.

"Deze vrouw leeft in een versmalde wereld", legt Annick Vrolijks uit. "Ze kan alleen maar reageren op dingen die in haar rechtergezichtsveld liggen. Ze ziet wel wat er links ligt maar ze houdt er geen rekening mee. Ze verwaarloost alles wat in haar linkergezichtsveld ligt".

Die vernauwde waarneming is bij dementerenden zeer sterk aanwezig. Dat heeft te maken met het dementeringsproces en de achteruitgang van de werking van de hersenen. Allerlei vaardigheden gaan verloren en het lichaam past zich hieraan aan. Hun lichaam wordt star, wat hun waarnemingsmogelijkheid nog verder verkleint. De snelheid waarmee de waarneming van een dementerende afneemt is sterk individueel bepaald. Wel gaat het proces van afnemende waarneming gelijk op met het dementerings-



proces. Hoe sneller dat proces verloopt, hoe sneller hun actiewereld zal verkleinen. Dementie zorgt ervoor dat het waarnemend vermogen in stapjes achteruit gaat. Eigenlijk doorlopen dementerenden in omgekeerde volgorde de ontwikkeling die een baby ondergaat.

Linda de Lausnay (links): "Eigenlijk doorlopen dementerenden in omgekeerde volgorde de ontwikkeling die een baby ondergaat".

## Belevingswereld van dementerenden

Meegaan in de belevingswereld van iemand met dementie en ingaan op en bevestigen van gevoelens heeft een gunstig effect op de manier waarop deze mensen met hun ziekte omgaan.

Aan de hand van enkele concrete voorbeelden willen beide kinesitherapeuten ons enig inzicht geven in de wereld van dementerenden. "Wij hebben het hier vooral over

dementerenden”, zegt Linda de Lausnay “maar ook cardio- en cerebrovasculaire aandoeningen, diverse kankers, of andere sensorische en cognitieve stoornissen kunnen maken dat iemand zich niet gedraagt zoals men van hem verwacht”.

## Observeren

Observeer het gedrag van de dementerende een tijdje. Zo leer je zijn wereld kennen.

“Alles begint met observatie. Gedragsproblemen bij mensen met cognitieve beperkingen kunnen vaak herleid worden tot problemen in de interactie”, stelt Linda de Lausnay. Hoe iemand een voorwerp vastpakt, vertelt al heel veel. “Wanneer iemand bij het eten heel veel moeite moet doen om zijn vork te gebruiken, kan men zich afvragen of dit komt

hoe hij met de wereld communiceert door zijn lichaam. Op die manier kennen wij dat niveau, de manier waarop hij de wereld ziet. Het komt er dan op aan hem geen handelingen te vragen die boven zijn petje gaan”, vervolledigt Annick.

## Vermijd te grote emoties

Door die cognitieve lichaamstaal, door inzicht te krijgen in wat er leeft bij die persoon kunnen we misverstanden vermijden waardoor de bejaarde zich bedreigd of misbegrepen voelt, terwijl het juist goed bedoelde acties zijn van de begeleider. Maar omgekeerd ook. De begeleider kan ook verkeerd interpreteren. De bejaarde verstaat bijvoorbeeld wel de woorden maar ze passen niet in zijn wereldbeeld. Wanneer de zorgverlener zegt ‘zet u op die stoel’ en de patiënt doet niet wat hem gevraagd wordt, verheft de hulpverlener zijn stem en begint zelfs te roepen. Maar die bejaarde ziet geen stoel. En het roepen wekt een sterke emotie op. Daardoor valt hij op een heel laag niveau terug, waarop hij nog maar één ding ziet en dat dan nog eens uitvergroot. De rest bestaat niet meer. Als die begeleider dan weet dat het mogelijk is dat hij die stoel niet ziet staan, dan kan hij een andere strategie toepassen. Bijvoorbeeld door ervoor te zorgen dat die stoel in het gezichtsveld komt van die persoon, die dan zelf wel weet dat hij daarop moet gaan zitten.

## In hun gezichtsveld

Benader dementerende ouderen in hun gezichtsveld. Je voorkomt er onnodige angsten en spanningen mee. Veel dementerenden kunnen geen rekening meer houden met wat achter hen gebeurt. Alleen datgene wat zich voor hen afspeelt, telt. Wanneer je hen langs achter benadert, op hun schouder klopt of roept, kunnen ze dat niet plaatsen. “Een persoon benaderen in zijn gezichtsveld, geeft hem een gevoel van veiligheid”. Zijn lichaam neemt waar dat er iemand komt maar geeft geen alarm, wat het wel doet wanneer je hem langs achter benadert. “Het uitgangspunt hierbij is wat de persoon zich op dat moment voorstelt van de persoon die hem benadert. Er is een groot verschil als bijvoorbeeld Annick hem benadert of ik, ”stelt Linda. “Die persoon ziet Annick en denkt ‘die lijkt goed op mijn dochter’. Dat is een heel ander gevoel dan als ik hem benader en hem eerder doe denken aan iemand die hem kwaad heeft gedaan. Hij zal dan meer op zijn qui-vive zijn”.



Annick Vrolijk (rechts): “Iemand die dementeert maakt gebruik van zijn lichamelijke kennis en dat is juist die cognitieve lichaamstaal”.

door een teveel of eerder een gebrek aan spierspanning. Wanneer iemand een glas vastpakt met de beide handen, is dat dan omdat hij schrik heeft om het te laten vallen of komt het omdat hij het niet goed voelt”, vertelt Linda. Aan de hand van diverse stappen kan men nagaan hoe het lichaamssysteem functioneert in de omgeving. Welk gedrag stelt het? Er zijn verschillende fases waarop het kan misgaan en waar het eventueel moet bijgestuurd worden. Iemand die dementeert maakt gebruik van zijn lichamelijke kennis en dat is juist die cognitieve lichaamstaal. “Door de manier waarop hij eet of door de gang wandelt laat hij zien

## Voorkeurskant

Het waarnemingsvermogen van dementerenden is beperkt. Sommige dementerenden hebben bijvoorbeeld meer oog voor wat rechts van hen is, anderen zien of horen vooral dingen die zich recht voor hen bevinden. Een bejaarde dame staat aan de wastafel met twee kranen: links de warm- en rechts de koudwaterkraan. Hoewel ze beide handen kan gebruiken, hanteert ze alleen de linkse kraan. Hoewel ze zich bijna verbrand, reageert ze niet op de vraag om de andere kraan te gebruiken. Ze verstaat wel wat er gevraagd wordt maar haar actiefeld blijkt links te liggen. Alleen wat links ligt bestaat voor haar en ziet ze dus echt. De juiste spierkracht, handeling en motivatie komen tot interactie in haar linker actiefeld. Door als begeleider hiermee rekening te houden en haar links te benaderen, zal ze veel gemakkelijker de taak kunnen aanvangen.

## Vermijd complexe situaties

Schep zoveel mogelijk orde en structuur in de leefwereld van de dementerende.

Omgevingsstructuren en omstandigheden hebben invloed op het motorisch-cognitief niveau van de bejaarde en zo ook op zijn psychische toestand. Laat geen onnodige dingen in hun gezichtsveld liggen, want dit leidt hen af. Zorg bijvoorbeeld voor een overzichtelijke tafel, ruim lege borden af en serveer de diverse gangen van de maaltijd apart.

Een oudere persoon, die lijdt aan een beginnende demantie, zit aan tafel met een dessert voor zich. Hij heeft een lepel in zijn hand en op het bord ligt nog een lepel. Hij komt er evenwel niet toe om te beslissen welke lepel hij zal gebruiken. Het resultaat is een feitelijke blokkade van de eethandeling omwille van besluiteloosheid. De situatie is voor deze man te complex en staat eenvoudig handelen in de weg. Ingrijpen van buitenaf, door het wegnemen van de lepel op het bord, kan deze complexe situatie ophef-

DENK NIET DAT EEN DEMENTERENDE  
GEEN TREK HEEFT ALS HIJ ZIJN ETEN ON-  
AANGEROERD LAAT STAAN. MISSCHIEN  
HEEFT HIJ HET HELEMAAL NIET GEZIEN.

## ENKELE RICHTLIJNEN BIJ BEGELEIDING VAN DEMENTERENDEN

- Observeer het gedrag van de dementerende een tijdje. Zo leer je zijn wereld kennen.
- Neem de tijd om contact te maken met de dementerende zodat hij zich kan voorbereiden op de opgedragen taak.
- Benader dementerende ouderen in hun gezichtsveld. Je voorkomt er onnodige angsten en spanningen mee.
- Ontdek hun voorkeurskant en leg medicijnen of eetgerei rechts of links naargelang de voorkeur. Trek er ook nog even de aandacht op.
- Plaats voorwerpen niet te dichtbij of te ver weg. Hun aandacht is meestal net tussen hun handen gericht.
- Schep zoveel mogelijk orde en structuur in de leefwereld van de dementerende.
- Laat hem of haar geen twee dingen tegelijk doen

fen en de man toelaten zijn handeling te stellen. Wat ook voorkomt is dat de dementerende niet meer begrijpt hoe hij moet eten. Vaak helpt het om het even voor te doen en meestal snappen ze het dan wel weer.

## Geen twee dingen tegelijk

Jette krijgt haar dessert. Hoewel het vlak voor haar staat, komt ze er niet aan. Heeft ze geen trek? Ze maakt zelf aanstalten om weg te gaan. Dan pas ziet ze het dessert en ze begint het staand op te lepelen. Wanneer iemand haar vraagt om te gaan zitten, blijft ze eerst staan. Na lang aandringen gaat ze zitten maar dan laat ze haar dessert staan. Annick Vrolijk: "Eten en gaan zitten zijn voor haar twee aparte handelingen die haar volle aandacht vergen. Het lukt haar niet om die twee handelingen te combineren, ook al is ze gemotiveerd en van goede wil".

## Niet te dichtbij of te ver weg

Plaats voorwerpen niet te dichtbij of te ver weg. De aandacht van dementerende mensen is meestal net tussen hun handen gericht. Hun blikveld ligt iets verder van hun lichaam. Daarom is het best om voorwerpen niet te dicht bij hun lichaam te zetten.

●  
Carina Rooselaers