

Rusthuizen beschermen bewoners tegen hitte

•••
Mechelen, Heist, Bornem

De eerste langdurige zomerpiek van het jaar betekent een serieuze uitdaging voor de bewoners en het personeel van de rusthuizen in onze regio.

• In Ten Kerselaere in Heist-op-den-Berg is het motto deze week *Keep it cool*. "De ouderen snakken echt naar verkoeling. Naast de extra drankjes vermijden we vermoeiende activiteiten. Het keukenteam maakt speciale verfrissende milkshakes en de zuiderse siësta wordt deze dagen extra gepromoot. Soms kunnen kleine trucjes ook al veel helpen. Zo wordt het badwater iets kouder ingesteld", geeft algemeen directeur Paul Van Tendeloo aan.

Personeel heeft het druk

De bewoners waarderen dat er iets extra voor hen gedaan wordt. "Het lijkt hier soms wel een beetje vakantie. Wat is er op reis anders dan hier? Het is goed weer, we worden verzorgd en we hebben geen werk. Als je het positief bekijkt, dan is zo'n hittegolf goed nieuws", zegt Maria optimistisch. De andere bewoners rond haar spreken haar niet echt tegen,

maar hun ogen verraden dat het gerust een paar graden minder mag. Het personeel werkt intussen in de hoogste versnelling. "We doen alles wat we kunnen. Soms vergeten we zelf om te drinken", klinkt het.

Ijsthee

Ook in het Hof van Egmont in Mechelen is de hitte gespreksonderwerp nummer één. "Wij hebben ons hitteplan al vorige week in werking gesteld", zegt hoofdverpleger Patrick Decolvenaer. "We hebben speciaal ijsthee gemaakt en de mensen worden extra verfrist. Toch proberen de meeste bewoners ook de goede kanten van het weer mee te pikken. De ouderen gaan bijvoorbeeld massaal buiten op het terras zitten of zoeken de schaduw onder een boom op. Veel van hen hebben volgens mij wel graag dat het zonnetje schijnt", denkt Decolvenaer.

In seniorencentrum Onze Lieve Vrouw in Bornem wordt er een handboek van zes bladzijden gevolgd. "De bevoorrading water en ijs wordt nu erg strikt op peil gehouden. De bejaarden worden door het personeel nauwgezet opgevolgd en bij flauwte, duizeligheid, slapeloosheid of verwarring worden ze extra in de gaten gehouden", zegt directeur Miguel Michiels.

Extra zout in het eten

Naast extra ventilatoren, waterverstuivers en natte doekjes, biedt



Ook in Ten Kerselaere doet het personeel er alles aan om de bewoners koel te houden, bijvoorbeeld met speciale drankjes. FOTO DIRK VERTOMMEN

ook de aangepaste voeding verkoeling. "We serveren nu meer menu's die rijk zijn aan water en we laten de mensen meer rauwkost en fruit eten. Ook doen we een beetje meer zout in het eten. Dat wakkert het dorstgevoel aan, zodat de bejaarden automatisch meer drinken. De reflex om voldoende te drinken is

bij ouderen vaak minder sterk. Hun zweetklieren werken vaak ook minder goed, zodat ze de hitte minder goed verteren. Alcohol, koffie en suikerhoudende dranken proberen we te vermijden. We zullen deze warme periode wel doorkomen", lacht directeur Michiels.

BERT PROVOOST