

## Omgaan met mensen met dementie

De fysieke ontwikkeling van onze hersenen is compleet rond ons 25e levensjaar. De groei verloopt in vier stappen. Hoe meer hersencellen en verbindingen, hoe ingewikkelder de functies die wij aankunnen. (Lees het schema van onder naar boven).

25 jr	Niveau 4	<p><i>De meest ingewikkelde hersenfuncties ontstaan:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kunnen plannen, vooruitlopen op..</li> <li>Decorum, weten hoe je je moet gedragen</li> <li>Als ...dan, oorzaak en gevolg kunnen overzien</li> <li>Verantwoordelijkheidsgevoel</li> <li>Rekening kunnen houden met anderen</li> <li>Be-, na- en overdenken van gedrag (reflecteren)</li> </ul>	Denkende brein
18 jr	Niveau 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>Doordacht gedrag is in 'wording'</li> <li>Bewuster handelen ontstaat</li> <li>Gepaster reageren wordt mogelijk</li> <li>Herinneringen sturen mede het gedrag</li> <li>Emoties kunnen uitstellen en gebruiken</li> <li>Coördinatie neemt verder toe</li> </ul>	
4 jr	Niveau 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>De herinnering ontstaat in het 3e/4e levensjaar</li> <li>Coördinatie van bewegingen ontstaat</li> <li>Spontaan en impulsief gedrag</li> <li>Leren prikkels sorteren en ordenen</li> <li>Handelingen nog 'gebrekkig'</li> </ul>	Emotionele brein
1 jr	Niveau 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>De hersenen spiegelen (de spiegelneuronen)</li> <li>Vooraf reacties vanuit reflexen</li> <li>Alleen ongerichte bewegingen</li> <li>Binnenkomst van enkelvoudige prikkels</li> </ul>	

Het denkende brein houdt het emotionele brein onder controle

Bij het begin van de dementie ontstaat de schade het eerst op niveau 4. Bij hersenen van mensen met gevorderde dementie (ZZP 4/5) zijn niveau 3 en 4 beschadigd. Veel functies zijn verdwenen, daar kunnen wij dus geen beroep meer op doen! Deze hersenen functioneren vooral op niveau 1 en 2. Dus vanuit het emotionele brein = vanuit gevoel.

Bij stress/onveiligheid functioneren hersenen minder. De luikjes tussen de hersenniveaus slaan als het ware dicht. Stress en onveiligheid beïnvloeden het gedrag ernstig en nadelig. Andersom kunnen veiligheid, en een omgeving zonder stress, de luikjes soms

## Vervolg

'Demente hersenen' reageren 3 x vertraagd op binnenkomende prikkels

→ Wij moeten dus naar een lagere versnelling

Het stellen van vragen veroorzaakt stress

→ Vermijd vragen, doe liever een aanbod

De prikkels Beweging en Geluid komen het langst binnen

→ Wees je daarvan bewust

Het geheugen denkt in plaatjes, beelden, taferelen

→ Als dat wat wij tegen iemand met dementie zeggen, overeenkomt met het (bekende) plaatje in het geheugen, ontstaat herkenning. Komt dat niet overeen, dan volgt onbegrip.

Hersenen hebben een fysieke behoefte aan prikkels; dit is geen gedrag.

Sommige hersenen hebben veel prikkels nodig, anderen weinig:

### De Dolers of lopers

Deze hersenen hebben prikkels nodig om te kunnen 'bestaan'. Te weinig prikkels dwingt mensen om ze te gaan zoeken, zij komen uit op een plek waar de prikkels wel zijn (bij de liftdeuren, de receptie, het restaurant). Echter, ook teveel prikkels kan hen doen wegllopen: de kunst is de dosering... En het gebruik van de *juiste* prikkels. Het is vooral een kwestie van uitproberen wat wel en niet werkt.

### De Zenners, 'zij zitten maar te zitten met de ogen dicht'

Deze hersenen kunnen niet veel prikkels aan en hebben baat bij een stille, rustige omgeving. De 'zen'-toestand is voor hen gunstig, de vermoeide hersenen komen tot rust. Voor deze mensen is het een 'kwelling' om geactiveerd te worden! Echter, te weinig prikkels kan leiden tot verwaarlozing.

### De Roepers:

Voor 95% zijn dit ex-lopers. Zij kunnen niet meer gaan lopen om prikkels te 'halen', zij moeten ze dus zelf maken, door geluid of beweging te produceren (kloppen, roepen, wrijven). Dit roepen of kloppen veroorzaakt trillingen in het lichaam waardoor de hersenen ervaren dat het 'lichaam leeft'.

### Tot slot

Een mens met dementie is afhankelijk van zijn omgeving en de mensen om hem heen.

Verleiden gaat beter dan argumenteren.

Geen contact zonder eerst oogcontact.

Wij schatten het begrip voor de taal bij mensen met dementie vaak te hoog in, het gevoel is veel belangrijker geworden dan de woorden.

Onze acties moeten voor mensen met dementie *voorspelbaar, vertrouwd, vertraagd* en vanuit *verbinding* zijn, dan worden ze beter begrepen.

Mensen met dementie reageren niet vanuit agressie maar vanuit de verdediging!

