

Dementie Vriendelijk Wonen

Welke aanpassingen kunnen er doorgevoerd worden in eigen woning voor ouderen en dementerenden?

Ouderen

Veel mensen beginnen pas met het aanpassen van hun woning zodra een echtgenoot mentale of fysieke beperkingen begint te krijgen. De impact van ingrijpende aanpassingen is op dat moment dan vaak al te groot. Er wordt dan gauw gekeken naar een verzorgingstehuis. Door enkele aanpassingen op jongere leeftijd al door te voeren, zal het huis levensloopbestendiger zijn en kan een echtgenoot langer thuis blijven wonen, ook als een ziekte of handicap optreedt.

Brede & Drempelloze Doorgangen



Tijdig de deurposten verbreden is raadzaam om de woning te verbeteren met het oog op levensloopbestendigheid. Naarmate de leeftijd vordert zal iemand zijn of haar evenwicht vaker verliezen en in een aantal gevallen zal men zelfs in een rolstoel terecht komen. Extra bewegingsruimte is dan geen overbodige luxe.

Hoge & Verstelbare Keuken



Ouderen zullen op den duur minder flexibel worden, en zullen moeite gaan krijgen om bij lage of hoge plekken te komen. Een keuken die geen lage kasten bezit is dan een ideale uitkomst. Een stap verder is een verstelbare keuken. Het dienblad of de gehele keuken kan verlaagd worden, waardoor het dienblad zich bevindt op het werkniveau van een rolstoelgebruiker. Hierdoor kan diegene zichzelf redden en langer gebruik maken van de keuken.

Gelijkvloerse douche



Dementie heeft grote gevolgen voor het evenwicht en oriëntatie vermogen. Hoge opstappen en drempels worden een steeds groter obstakel. Daarom is het verstandig om ruim van tevoren drempels te verwijderen en een gelijkvloerse douche te installeren. Hierdoor word douchen geen probleem op zich, en kan een rolstoelgebruiker ook de douche betreden. Aan de douche kunnen meerdere attributen toegevoegd worden, zoals een wandbeugel of zitstoel.

Dementerenden

Zodra dementie eenmaal word geconstateerd, is het nodig om andere aanpassingen door te voeren. Veel aanpassingen zullen in eerste instantie overbodig lijken, en misschien worden afgewezen door de dementerende zelf. Het is echter noodzakelijk dat grote aanpassingen tijdig worden doorgevoerd. Een dementerende in een gevorderd stadium zal de ingrijpende aanpassing niet kunnen verwerken, en zal zich niet meer thuis voelen in de eigen woning. Het is zelf mogelijk dat dit de dementie verergerd. De volgende aanpassingen kunnen doorgevoerd worden zodra bij iemand een vorm van dementie wordt geconstateerd.

Dementieklok



Tijdsbesef is voor een dementerende enorm belangrijk. Niet alleen geeft het de dementerende een minder verward gevoel, het vertraagt de ziekte ook. Een dementieklok kan hier een rol in spelen. Met één blik op de klok weet de dementerende niet alleen de tijd, maar ook gelijk de dag, datum en zelfs het jaartal. Hierdoor is de dementerende meer bij de tijd, en minder in het verleden. Een dementieklok kan ook agendapunten vermelden, zodat de dementerende weet wat er die dag gaat gebeuren. Hier zijn echter meerdere oplossingen voor.

Routeverlichting



Iedereen moet wel eens 's nachts naar het toilet. Door een verstoord dag en nacht ritme waar dementerende vaak last van hebben is dit bij hen nog vaker het geval. Omdat dementie het de oriëntatie aantast, wet iemand niet altijd waar hij/zij zich bevindt als zij opstaan uit bed midden in de nacht. Routeverlichting kan in dat geval uitkomst bieden. Zodra een bewegingssensor beweging detecteert, zal het licht op die locatie aanspringen. Vervolgens zullen er ook lichten aan gaan op de route naar het toilet. Op die manier word de dementerende begeleidt naar het toilet. Zo gaat de dementerende niet dwalen en raakt niet verward.

Het is ook mogelijk dat de andere echtgenoot of de mantelzorgers een melding krijgt als de dementerende zijn/haar bed verlaat. Hierover vind u meer in het kopje 'mantelzorgers'.

Tiny Bot



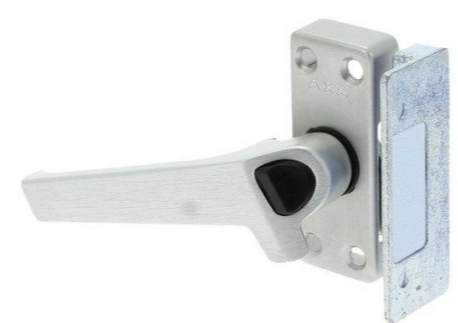
De Tiny Bot is zowel fysiek als mentaal enorm bevorderend voor de dementerende. Bij deze kleine robot voor in huis draait alles om activatie.

Mensen met dementie hebben vaak moeite met plannen, vergeten vaak afspraken, de datum en de tijd. Een Tiny-bot kan de dementeren helpen meer structuur in de dag aan te brengen. Deze kleine robot doet suggesties voor activiteiten, verkondigt het programma van de dag, en speelt persoonlijke muziek af of geplande momenten. De verzorgende of mantelzorgers kan doormiddel van een app bepaalde berichten op bepaalde momenten laten uitspreken door de robot. Dit kan de dementerende bijvoorbeeld in staat brengen zich voor te bereiden op een bezoek en zorgen dat de eetmomenten niet vergeten worden.

Mantelzorgers

De aanpassingen gericht op de dementerende zijn niet de enige aanpassingen die nodig zijn in een bestaande woning. Vaak is er een mantelzorgers betrokken bij de zorg voor de dementerende. Er zijn enkele hulpmiddelen die de verzorging voor de mantelzorgers verlichten, of sommige taken zelfs uit handen kunnen nemen. Hiernaast worden die aanpassingen beschreven en onderbouwd.

Raambomen Verwijderen



Iemand met dementie kan zichzelf soms opsluiten door alle raambomen dicht te doen. Een mantelzorgers kan dan niet meer naar binnen. Dit is ernstig, vooral als een noodsituatie zich voordoet. Daarom word het geadviseerd om overal de raambomen te verwijderen en degelijke sloten te monteren op elke deur.

GPS Tracking



Dementerenden kunnen verdwalen als zij een blokje omlopen. Hier moeten mantelzorgers altijd om denken. Zodra een dementerende een horloge met GPS om heeft, is dit één zorg minder voor de mantelzorgers, en is de dementerende altijd traceerbaar.

Centrale Vergrendeling



Wanneer er een onveilige situatie ontstaat in huis bij de dementerende is het van cruciaal belang dat hulp zo snel mogelijk de woning kan betreden. Omdat mensen met dementie moeite hebben assertief te handelen in noodsituaties, kan een slot dat werkt op basis van centrale vergrendeling uitkomst bieden. Het slot kan in een noodsituatie extern vanuit de centrale worden ontgrendeld, waardoor hulp sneller ter plaatse kan zijn.