

WEET U HOE U DEMENTIE KUNT HERKENNEN?

De 10 signalen van dementie

1 Vergeetachtigheid



Eén van de meest voorkomende symptomen is het vergeten van nieuwe informatie.

6 Slecht beoordelingsvermogen



Het wordt steeds lastiger om situaties in te schatten en keuzes te maken.

2 Problemen met dagelijkse handelingen



Gewone dingen gaan steeds moeilijker. Denk aan hobby's en het regelen van financiën.

7 Terugtrekken uit sociale activiteiten



Problemen met hobby's, sport en het voeren van gesprekken. Minder ondernemen. Lang voor de tv zitten en langer slapen.

3 Vergissingen met tijd en plaats



Het besef van tijd wordt minder en de weg vinden wordt moeilijker.

8 Veranderingen in gedrag en karakter



Veranderingen zoals verwardheid, achterdocht, depressiviteit, angst en stemmingswisselingen.

4 Taalproblemen



Met dementie kan het moeilijk zijn een gesprek te volgen. Woorden en namen worden vergeten. Praten gaat minder vloeiend.

9 Onrust



Symptomen van dementie zijn o.a. onrust, angst en geprikkeldheid.

5 Kwijtraken van spullen



Spullen op vreemde plekken neerleggen en kwijtraken.

10 Visuele problemen



Problemen bij het lezen, afstand inschatten en onderscheiden van kleur of contrast.

WAT TE DOEN BIJ EEN 'NIET-PLUIS GEVOEL'?

Maakt u zich op basis van de 10 signalen zorgen om iemand in uw omgeving en vraagt u zich af wat u kan doen?

Bel dan met de dementie informatielijn:

0168 – 33 18 85

Hier spreekt u vertrouwelijk met professionals die samen met u uw zorgen bespreken en bekijken hoe hier het best op gereageerd kan worden.



OMGANGSTIPS

- Bied veiligheid door vriendelijk en geduldig te zijn.
- Praat rustig, duidelijk en langzaam. Gebruik korte zinnen en eenvoudige vragen.
- Kijk goed of u wordt begrepen, maak oogcontact en blijf op ooghoogte. Ondersteun waar mogelijk uw woorden met lichaamstaal.
- Vermijd correcties en vragen waarbij iemand uit zijn recente verleden moet putten.
- Negeer mensen in gesprekken en activiteiten niet. Betrek ze, dan voelen zij zich als persoon erkend.
- Zeg wat u gaat doen.
- Wees bemoedigend in uw contact. Wijs mensen niet op hun beperkingen, maar benadruk wat goed gaat.
- Vat kritiek en boosheid niet meteen persoonlijk op.
- Wees flexibel. Bekijk per situatie wat u het beste kunt doen voor de persoon met dementie.
- Overweeg het informeren van partner, familie, vrienden of huisarts of bel met de dementie informatielijn.

MEER INFORMATIE OP: WWW.DEMENTIEZORG.NL

