Contact maken

Geplaatst op 18 augustus 2021



Vaak vragen mensen me: “Hoe doe je dat, contact maken met iemand die (vergevorderde) dementie heeft?”
Ik heb veel antwoorden gegeven in de trant van: “Ik weet het ook niet, ik doe maar wat en kijk wat werkt.”

Toch is dat niet helemaal waar.

De eerste sleutel is: hoe kom je binnen bij de zorgvrager? Of dat nu zijn/haar kamer is of de algemene huiskamer.

De hersenen bij dementie kunnen situaties niet meer beredeneren. Je wordt door de zorgvrager echter wel gescand en beoordeeld. Dit gaat vanzelf; dat doen wij ook. Alleen kunnen wij er een betekenis aan geven en de zorgvrager niet. Die voelt alleen en dan met name op het gebied van veiligheid. “Voel ik me veilig en beschermd bij jou?”

Moet je voorstellen, je hersens hebben geen filter meer, geluiden en prikkels komen feller binnen, je hebt geen overzicht meer, weet niet waar je bent. Soms weet je zelfs niet meer waar je lichaam is.

Dat klinkt heel vreemd, maar wat doen we zelf met onze benen als we op een hoge tafel zitten?

Je ziet zorgvragers soms steeds dezelfde tonen voortbrengen of dwangmatig dezelfde tikbeweging maken of zichzelf wiegen.

Het zou mij heel eng lijken als ik niet weet waar mijn lichaam zich in de ruimte bevindt. Daar wil je iets tegen doen! Zoals wij automatisch onze hersenen gerust stellen door met onze benen te gaan wiebelen op die tafel, zo stelt het gedrag van de zorgvrager hem/haar ook gerust. Althans … het is een poging. Van binnen is er heel vaak nog een onveilig gevoel.

Midden in die chaos komen wij binnen.

Net als ik op een woning van de week. Op deze woning moest ik de medicatie delen.

Het begint met zachtjes binnenkomen. Op een dag lopen er zoveel mensen in en uit. Als dat in mijn huis zou zijn, zou ik snel naar boven verdwijnen!

Maar bij dementie zijn hersenen zo beschadigd dat de functie plannen en organiseren, oorzaak/gevolg kapot is. Zorgvragers kunnen zelfs niet meer bedenken dat het allemaal te druk is, laat staan er iets van zeggen of er iets aan doen. Hun gedrag reageert wél, want het gevoel gaat niet kapot …

Ik wilde eigenlijk doorlopen naar de medicijnkast.

Daar zat ze, in het midden van de grote bank. Een kleine dame, zonder tanden, maar met een schitterende lach en met haar armen wijd. Even was ik op een T-splitsing. De medicijnkast links, mevrouw rechts. Ik koos rechts en gaf haar de liefde en geborgenheid die ze zo verlangde in een lange knuffel. Ze pakte mijn handen en we dansten een dans.

In de dagelijkse zorg kom je steeds T-splitsingen tegen.

Terug naar contact maken.
Kom in de rust …

Echt (oog) contact maken kan even duren. Soms zweeft iemand gevoelsmatig ergens in de ruimte. Het kan dan helpend zijn om stevig over iemands bovenbenen en knieën te wrijven. Dit zorgt voor een ‘zachte landing’.

Blijf, ook bij vervelende en/of pijnlijke handelingen, steeds uitleggen wat je gaat doen in korte zinnen. Zo behoud je het vertrouwen van de zorgvrager. Oogcontact is heel belangrijk en leg er maar al je liefde en geruststelling in die je hebt. Het wordt misschien niet begrepen, maar wel gevoeld!

Aanraking van de huid activeert de somato-sensorische cortex en deze blijft bij dementie, in tegenstelling tot andere delen van de hersenen, vaak tot het einde toe intact. Contact met de huid is een waardevolle aanvulling in de dementiezorg.

Wij dragen als zorgverleners een grote verantwoordelijkheid voor zorgvragers met dementie. Ze zijn grotendeels van ons afhankelijk en zeker voor wat betreft een veilig gevoel.

Welke muziek draai je, met wie praat je, wat zijn je verwachtingen, wat is je doel?

’t Zijn (voor ons) de kleine dingen die het doen, die het doen.

't Zijn de kleine dingen die het doen.
Maar de impact is zo groot …

Ken je collega's!
In deze rubriek, 'Ken je collega's!', vind je blogs en interviews waarin je kennis kunt maken met (toekomstige) collega's van de studenten Radicale Vernieuwing Waarde-vol Onderwijs® (RVWO). In deze blog vertelt Corine van Marsbergen, verpleegkundige bij ActiVite, over contact maken met mensen met dementie. Corine behaalde haar diploma via de praktijk-leerroute RVWO. Ze blogt ook over haar belevenissen in de zorg via https://www.facebook.com/zustergracecorine.

Meer artikelen over de thema's met trefwoorden:

Thema's: Radicale Vernieuwing Waarde-vol Onderwijs®, Ken je collega's!