



KU LEUVEN

L U C A S



Psycho-educatie voor mantelzorgers: Ondersteuning bij nachtelijke onrust

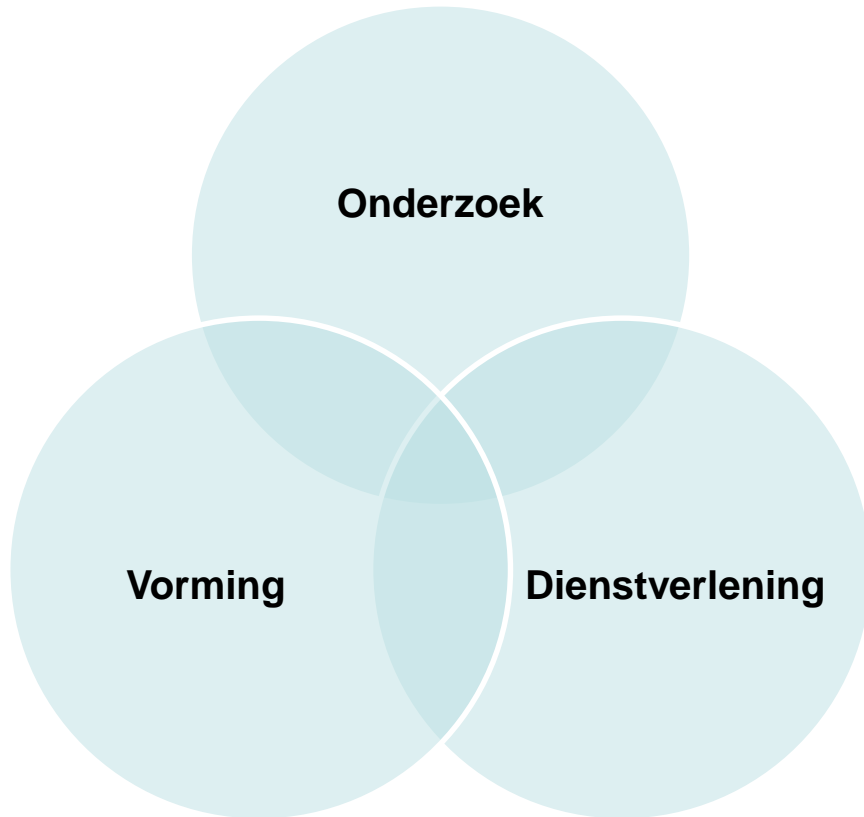
Prof . Chantal Van Audenhove & Marieke Van Vracem

Vormingsdag Alzheimerliga

Sint Niklaas, 13 juni 2015



Actuele thema's in zorgonderzoek binnen LUCAS KU Leuven



*LUCAS streeft ernaar de **levenskwaliteit** van personen te verbeteren door wezenlijke **vernieuwingen** in de zorgpraktijk en het zorgbeleid te initiëren en te ondersteunen*



VIND: Vlaams Initiatief voor Netwerken voor Dementie-onderzoek

3 deelstudies LUCAS:

- Ondersteuning in ‘samen kiezen op maat’ bij screening
- Training in communicatie over vroegtijdige zorgplanning
- **Ondersteuning in de aanpak van nachtelijke onrust**



“Psycho-educatie is een methode met als doel personen **competenties** te laten verwerven die bijdragen tot hun geestelijke gezondheid. Dit kan beperkt zijn tot **kennisoverdracht**, maar er kan ook aandacht besteed worden aan het aanleren van **vaardigheden**. Psycho-educatie wordt zowel individueel als in groep aangeboden en via huiswerkopdrachten kan men de aangeleerde kennis en vaardigheden inoefenen” (Van Daele e.a., 2012).

Waarom psycho-educatie?

- Verbetering van vaardigheden en kennis van mantelzorgers
- Effectieve aanpak van symptomen van zorgbehoevende ouderen
- Vermindert belasting & depressie bij mantelzorgers
- Verbetering van subjectief welzijn
- Kost-effectiviteit
 - Kans op residentiële zorg daalt

Online

- ⇒ Goedkopere educatie & ondersteuning
- ⇒ Lagere toegangsdrempel
- ⇒ Meer mensen bereiken

■ Doelstelling

- Informeren van mantelzorgers van personen met dementie
- Versterken copingstrategieën en draagkracht

■ Aanpak

- 11 groepsessies onder leiding van trainer
 - Presentatie, video-materiaal, oefeningen, uitgebreid geïllustreerd tekstboek
 - Werkmateriaal voor trainer
-
- Competentieprofiel & training voor trainers



Dementie & nu: inhoud

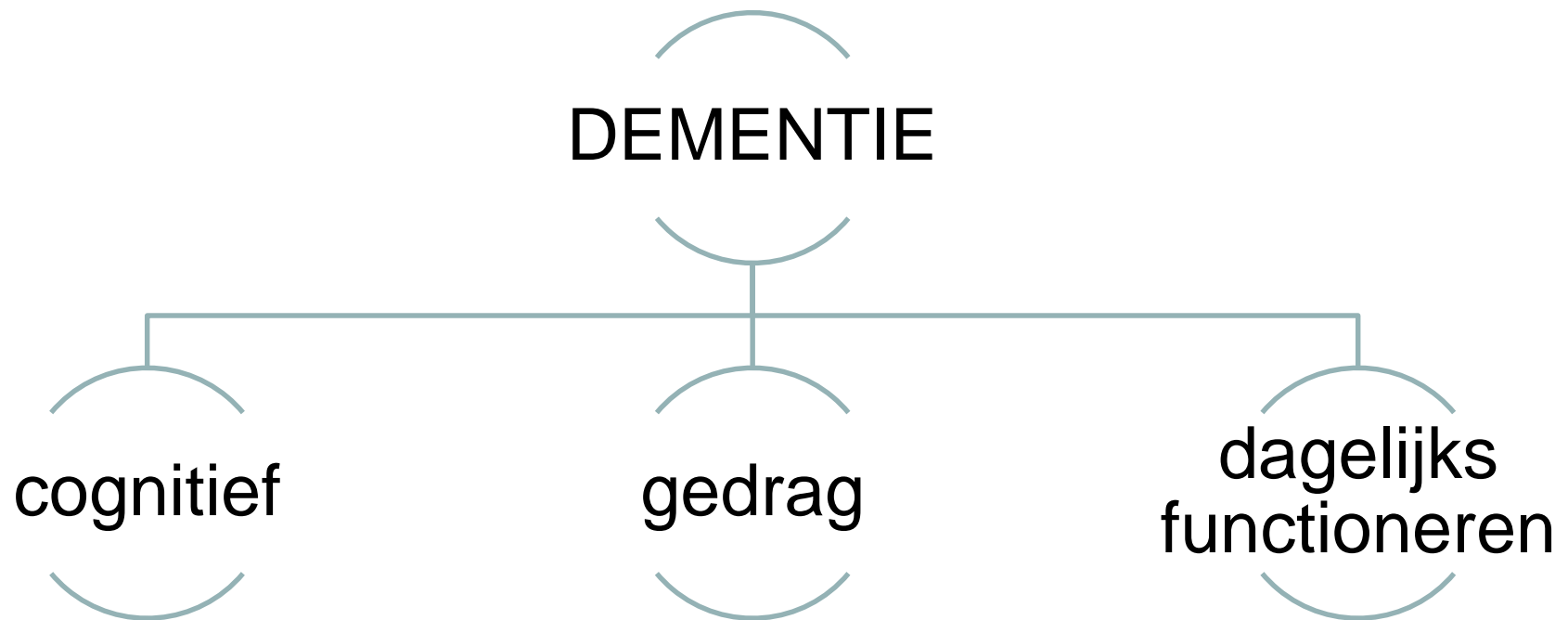
■ Deel 1:

- Invoelen in de beleving van mensen met dementie
- Omgaan met zorg
- Omgaan met veranderd en moeilijk hanteerbaar gedrag
- Omgaan met financiën
- Omgaan met veiligheid
- Omgaan en communiceren met familie en omgeving
- Communiceren met de persoon met dementie

■ Deel 2:

- Gevoelens en gedachten bij de mantelzorger
- Je zorgbelasting: draagkracht & draaglast in balans?
- Coping en zingeving

Nachtelijke onrust bij dementie



- Agitatie is veelvoorkomend gedrag bij personen met dementie
- Vier varianten:
 - agressief gedrag
 - fysiek niet-agressief gedrag (bv. ronddwalen)
 - verbale onrust
 - hamsteren en wegstoppen (Cohen-Mansfield e.a., 1989)

■ Fysiek

- Dwaalgedrag
- Opstaan en klaarmaken vs. Vroegtijdig naar bed gaan
- Actief bezig zijn
- Smeergedrag
- Lichamelijke onrust

■ Verbaal

- Roepgedrag
- Zingen, praten, prevelen



Nachtelijke onrust

- Gedrag & frequentie
 - verandert snel door voortschrijden van het proces
 - het verandert van dag tot dag
 - zeer individueel
- Enkele vaste bewoners => dagelijks of wekelijks onrust
- Plotse & tijdelijke onrust heeft vaak een fysieke oorzaak
- Onrust bij kortverblijf

Gevolgen van nachtelijke onrust

1. Belasting voor de persoon met dementie

⇒ Vermoeidheid

⇒ Fysiek

⇒ Emotioneel

⇒ Risico op residentiële zorg

2. Belasting voor de mantelzorger

⇒ Verstoorde nachtrust

⇒ Emotionele en fysieke belasting

Hoe komt nachtelijke onrust tot stand

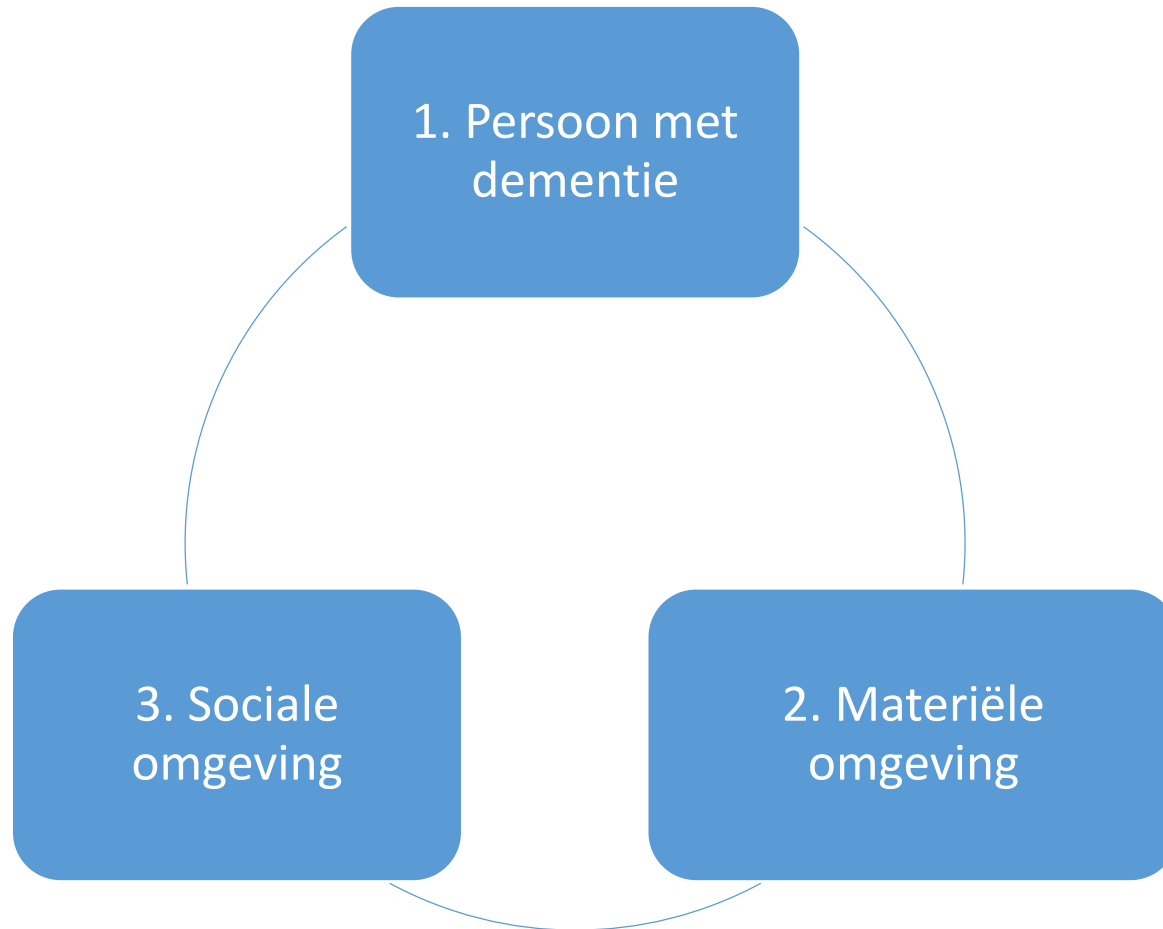


Ruimtelijk zintuiglijke oorzaken?

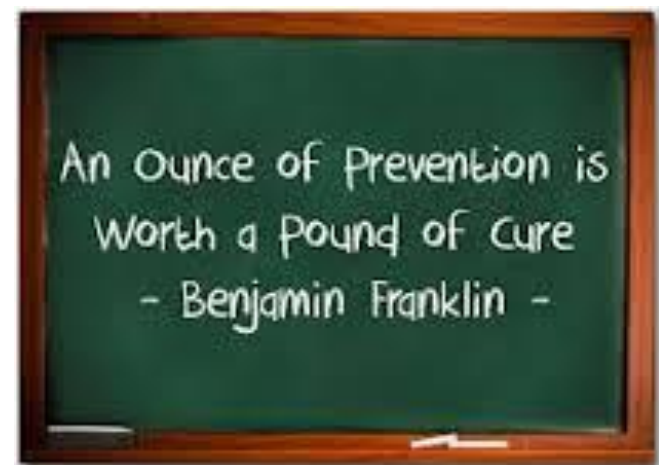
- Lawaai
- Licht
- Geen avond/nachtelijke sfeer
- Fixatie
- Incontinentiemateriaal
- Temperatuur & verluchting
- Ruimte
- Hoeveelheid prikkels
- Oriëntatie



Hoe omgaan met nachtelijke onrust?



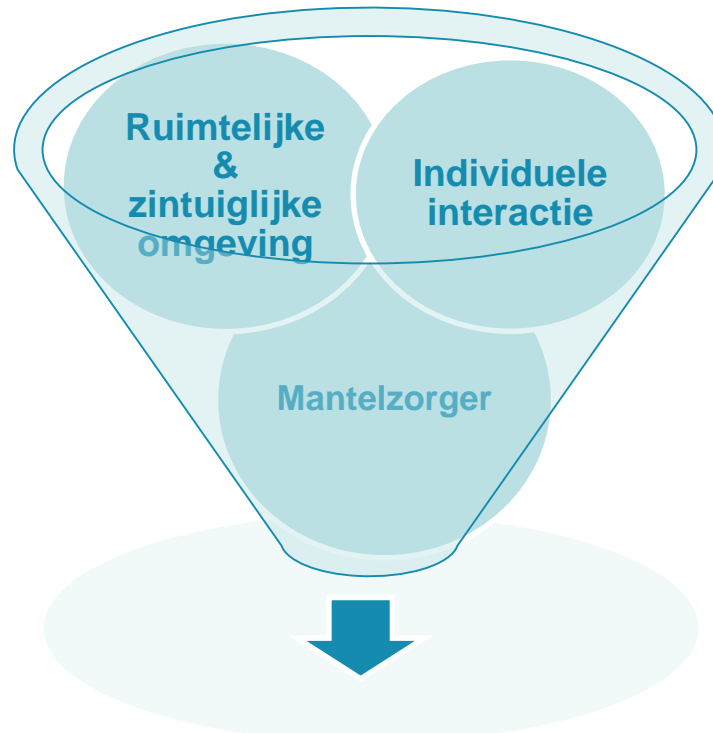
- Doel: Informeren, inspireren & ondersteunen
- Doelgroep: zorgverleners van personen met dementie
- Werking
 - Vrij rondsurfen
 - 5 stappenplan
 - Dagboek



Hoe omgaan met nachtelijke onrust?

- Het is een zoektocht!
- Oplossingen vanuit sociale omgeving en de materiële omgeving

Wat kan er aan gebeuren?



Aanpak van nachtelijke onrust op maat

De ontwikkeling van de website

- Vooronderzoek (2012-2014):
 - Literatuurstudie
 - Expert panels over onrust bij dementie
 - Veldstudie in woonzorgcentra
- Ontwikkeling website:

Eerste
versie
papier

Tweede
versie
papier

Online
testversie

Pilootstudie

1. Wat zijn de **verwachtingen** van mantelzorgers met een online psycho-educatieprogramma?
2. Wat is de **effectiviteit** van het online psycho-educatieprogramma?
 - a. Versterkt het subjectieve **gevoel van competentie** bij de mantelzorger?
 - b. Leidt het tot een verbetering van **depressie, zorgbelasting** en **slaap** van de mantelzorger?
 - c. Leidt het tot een verbetering in de **nachtelijke onrust** bij dementie?
3. Wat is de **praktische haalbaarheid** van het online psycho-educatieprogramma?
 - a. Lay-out, navigatie, begrijpelijkheid, bruikbaarheid?
 - b. Verschil groep zonder en mét beperkte coaching?

Wij én andere mantelzorgers hebben u nodig!

Hoe deelnemen?

1. Voorbeelden geven van succesvolle niet-medicamenteuze aanpak van nachtelijke onrust
2. Uittesten van de website, waarbij u vragenlijsten invult en deelneemt aan een telefonisch interview



Info?

marieke.vanvracem@med.kuleuven.be – 016 37 34 15

lucas@med.kuleuven.be – 016 37 34 31

U bent hier: U bent hier: home



Vlaamse Alzheimer Liga vzw



Inloggen

home

Contact met het secretariaat

Actualiteit | Nieuws

Dementie? INFO

Werking van de Liga

Activiteitenkalender

Lidmaatschap en steun

Bestellen

Nuttige adressen

Vacatures

Foto's

extern vormingsaanbod

Dementie en nu

Welkom op de site van de Vlaamse Alzheimer Liga



De liga is **het** aanspreekpunt voor personen met dementie, mantelzorgers en familiegroepen.

De Vlaamse Alzheimer Liga ziet een Vlaanderen waar mensen bewust omgaan met dementie en gepaste zorg genieten; waar geen plaats is voor taboes en waar mensen met dementie derhalve een rechtmatig kwaliteitsvol leven leiden.

De Liga is een alom erkende gesprekspartner van relevante organisaties en overheden, en geniet structurele overheidssteun voor de belangrijke bijdrage die ze levert.

GRATIS
Alzheimer
Infonummer
0800 15225*
* Enkel te bereiken
via vast nummer

Familiegroepen

campagne beeldvorming

**vergeet
dementie
onthou mens**
een dementievriendelijke samenleving start in je hoofd

**DEMENTIEPLAN
VLAANDEREN**

De Vleminck A., Pardon, K., Beernaert, K., Houttekier, D., Deschepper, R., Van Audenhove, Ch., Deliëns, L., Vanderstichele, R., (2014). Barriers to advance care planning in cancer, heart failure and dementia: A focus group study on general practitioners' views and experiences. Plos ONE, issue 1, vol.9

Hall, J.A., Roter, D.L., Blanch, D.C& Frankel. R.M. (2009). Nonverbal sensitivity in medical students: Implications for clinical interactions. J.Gen.Intern.Med., 24, 1217-22.

Lanoye, T. (2010). Sprakeloos. Amsterdam: Prometheus

Spruytte, N., Declercq, A., Herbots, B., Holvoet, M., Elst, R., Van der Flaas, J., Molenberghs, C., Kuylen, L., Lecoutere, J., Van den Heuvel, B., Van Audenhove, Ch. (2009). *Kleinschalig genormaliseerd wonen voor mensen met dementie, Het antwoord op 101 vragen*. Antwerpen: Garant.

Spruytte, N., E. Detroyer, I. De Coster, Dr. A. Declercq, Prof. Ch. Van Audenove (Lucas-KULeuven) en Prof. M. Ylief, G. Squelard, P. Missotten (Ulg), (2009). De zorg voor personen met dementie: perspectieven en uitdagingen. Wat is het zorgaanbod voor mensen met dementie en hoe kan het worden verbeterd? Brussel: KBStichting.

Van Audenhove, Ch., Declercq, A., De Coster, I., Spruytte, N., Molenberghs, C., Van den Heuvel, B. (2003). *Kleinschalig genormaliseerd wonen voor personen met dementie*. Antwerpen: Garant.

<http://www.kbs-frb.be/otheractivity.aspx?id=293871&langtype=2067>

Vandervoort, A. (2014). Dying well with dementia in nursing homes in Flanders, Belgium. Brussel: doctoraatsproefschrift VUB o.l.v. Luc Deliëns en Lieve Vanden Block

Van Gorp, B & T. Vercruyssen, (2010). Framing en Reframing: anders communiceren over dementie. Brussel: KBStichting.

Van Heijst, A. (2005) Menslievende zorg. Kampen: Lemma



KU LEUVEN

L U C A S



Dank voor uw aandacht

www.kuleuven.be/LUCAS

lucas@med.kuleuven.be

Marieke.vanvracem@med.kuleuven.be

Nele.spruytte@med.kuleuven.be

Chantal.Vanaudenhove@med.kuleuven.be