

Toelichting en tips

In één of meer gesprekken met de persoon met dementie en de mantelzorger worden de behoeften op het gebied van zelfredzaamheid, functiebehoud & vitaliteit, sociale contacten en woonomgeving geïnventariseerd. De casemanager bepaalt zelf de volgorde en, afhankelijk van de conditie van persoon met dementie of mantelzorger, de duur van het gesprek. Zo nodig wordt het interview over meerdere sessies verspreid. De gemiddelde duur voor het gesprek met de persoon met dementie en de mantelzorger is bij elkaar ongeveer een uur.

Belangrijk

- De persoon met dementie en de mantelzorger worden bij voorkeur apart geïnterviewd, maar de aanwezigheid van een meeluisterende (en/of meepratende) mantelzorger is misschien niet altijd te voorkomen. Ga daar soepel mee om: richt je in het gesprek met de persoon met dementie primair tot hem/haar en waak ervoor dat de mantelzorger het beantwoorden van de vragen overneemt. Sta toe dat de mantelzorger inspringt als dat nodig is (omdat deze zich een voorval beter herinnert, het geheugen opfrist of een gegeven antwoord corrigeert). Soms vindt de persoon met dementie het prettig als de mantelzorger aanwezig is omdat hij hem of haar op weg kan helpen. Bespreek van te voren dat je de vragen in eerste instantie aan de persoon met dementie stelt, maar dat de mantelzorgers kan inspringen.

Als je het koppel al kent en weet hoe zij op elkaar reageren, kun je afwegen of ze samen geïnterviewd kunnen worden.

Als de persoon met dementie weinig ziekte-inzicht toont, kan het voor de mantelzorger moeilijk zijn om vrijuit te praten en kunnen zij beter apart geïnterviewd worden.

- De inventarisatie verloopt zoveel mogelijk als een gesprek. Dat wil zeggen: stel niet alle vragen achter elkaar, maar vraag vooral door. Volg zoveel mogelijk wat de persoon zegt en niet de structuur van de voorbeeldvragen.
- Luister goed.
- Draag geen oplossingen aan.
- De mantelzorger kan de neiging hebben om over de persoon met dementie te praten in plaats van over zichzelf, breng het gesprek dan terug naar (de behoeften van) de mantelzorger. "Het doel is úw verhaal te horen, het gaat om úw wensen en behoeften."
- Check zo nodig je vermoedens: "Als ik nu hardop denk is het dan zo dat ...?"

In het gesprek wordt aan de hand van open vragen ingegaan op:

Zelfredzaamheid: de activiteiten van het dagelijks leven van de persoon met dementie en van de mantelzorger (ADL en IADL – zie kader 1),

Participatie en sociale inclusie: Activiteiten en hobby's en Sociaal netwerk: omvang en betrokkenheid ervan, Woonomgeving: woning, buurt wijk.

Basale ADL (Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen) hebben te maken met:

- persoonlijke verzorging en hygiëne: *zich wassen (het gezicht en de handen wassen, in bad gaan of douchen), aan- en uitkleden, wc-bezoek, eten en drinken*
- mobiliteit, beweging en houding: *gaan zitten en opstaan uit een stoel, in- en uit bed stappen, de trap op- en aflopen, zich verplaatsen naar een andere kamer op dezelfde verdieping, de woning verlaten en binnengaan, zich verplaatsen buitenshuis*
- eten en drinken

Daarnaast bestaan er **IADL (Instrumentele Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen)**: dit zijn complexere activiteiten die een groter beroep doen op interactie met de omgeving, zoals:

- boodschappen doen en maaltijden bereiden
- telefoneren
- op tijd de juiste medicijnen innemen
- het bijhouden van geldzaken en dagelijkse administratie
- huishoudelijk werk
- vervoer

Denk aan de W en de 3 B's

- **WAT** - Hoe brengt de persoon de dag door? Wat doet hij/zij zoal? Wat is de dagelijkse routine? Hoe gaat dat? En wat is er veranderd (sinds de diagnose dementie)?
- **BELANG** - Wat is belangrijk voor de persoon? Hoe tevreden is de persoon met zijn/haar dagelijkse routine? Wat zou hij/zij willen veranderen en/of behouden?
- **BETEKENIS** - Wat betekent een bepaalde handeling of activiteit voor de persoon? **VOORBEELD**: De cliënt kan als wens hebben om te 'blijven fietsen'. Het is belangrijk om dan te weten waarom fietsen zo belangrijk is voor deze cliënt. Misschien wil de cliënt blijven fietsen om gezond te blijven (lichaamsbeweging), misschien vindt de cliënt het prettig om *buiten te zijn*, is de fiets een belangrijk (*transport*)*middel voor een bepaalde activiteit*, of biedt het fietsen *ontspanning of contacten onderweg*.
- **BELEMMERINGEN** - Waarom lukken dingen niet (meer)? Wat zijn de problemen? N.B. Deze belemmeringen kunnen cognitief, lichamelijk, psychisch of sociaal zijn, of in de omgeving liggen.

TIP

Vraag zo veel mogelijk door. De '5 x waarom-methode' kan hierbij nuttig zijn. Deze methode wordt vaak gebruikt om de hoofdoorzaak (kernoorzaak) van een probleem te vinden.

VOORBEELD: *Mantelzorger*: "Boodschappen doen lukt niet meer."

Wat maakt dat het niet meer lukt?

"Het wordt te zwaar. Ik kan de tassen amper meenemen op de fiets."

Wat maakt uw boodschappen zo zwaar?

"Het zijn de boodschappen voor de hele week. Die doe ik in één keer."

Wat maakt dat u maar één keer per week boodschappen doet?

"Mijn vrouw vindt het niet prettig als ik vaker wegga."

Wat maakt dat zij dat niet prettig vindt?

"Zij is ongerust als ik er niet ben en raakt dan paniek."

Werkwijze

1 Geef een korte uitleg over de aanpak aan het cliëntpaar

- Bij de VitaDem-aanpak gaat het om het ondersteunen van mensen met dementie en mantelzorgers om vitaal te blijven en mee te doen, zodat ze zo lang mogelijk zelfstandig thuis kunnen blijven wonen.
- De casemanager heeft een begeleidende rol.
- Vandaag: gesprek(ken) met de persoon met dementie en de mantelzorgers om inzicht te krijgen in hun wensen en behoeften en de belemmeringen die men daarbij ervaart.
- Daarna zal samen met het cliëntpaar gekeken worden wat zij het liefst willen verbeteren of veranderen en welk doel zij daarbij willen bereiken.
- De casemanager maakt hier een verslag van.
- Vervolgens zullen in een bijeenkomst met verschillende professionals, (noem de professionals die deelnemen) suggesties worden gedaan voor op welke manieren dit kan.
- De casemanager legt deze suggesties daarna in een nieuw gesprek voor aan het cliëntpaar. Het cliëntpaar kiest ten slotte zelf wát er gedaan wordt.
- Na een half jaar (of een andere afgesproken termijn) vindt een evaluatie plaats.



EN STA STIL BIJ DE UITGANGSPUNTEN VAN VITADEM

- Uitgaan van de wensen en behoeften van de persoon met dementie en de mantelzorgers
- Uitgaan van de kracht en mogelijkheden van de persoon met dementie en de mantelzorgers
- De mantelzorgers behoudt de regie
- WAUW: waardigheid, autonomie en wederkerigheid

2 Het gesprek met de persoon met dementie

Leg de schijf met gespreksonderwerpen voor de persoon met dementie en wijs telkens aan over welk onderwerp het gaat.

Inventariseer de behoeften per onderwerp in een open gesprek. Maak gebruik van de steunvragen.

Geef aan het eind van het onderwerp een korte samenvatting en vraag of de persoon met dementie ermee instemt. Maak een duidelijke overgang naar het volgende onderwerp.

Als de persoon met dementie vragend naar de mantelzorgers kijkt, kan die hem op weg helpen met een antwoord. Let erop dat de mantelzorgers het gesprek niet helemaal overneemt.

3 Het gesprek met de mantelzorg

De mantelzorg krijgt dezelfde vragen als de persoon met dementie. Let op deze vragen hebben dus betrekking op de behoeften van de mantelzorg zélf en niet op de behoeften van de persoon met dementie. Daarnaast krijgt de mantelzorg nog extra vragen over hoe hij/zij de zorg voor de persoon met dementie ervaart.

Cruciale vraag is: Wat heeft u nodig om de zorg vol te houden?

Gespreksonderwerpen



Figuur 1: Gespreksonderwerpen behoefteninventarisatie

Steunvragen

Het gaat om:

Zelfredzaamheid

Functiebehoud

Sociale inclusie

1 Activiteiten van het dagelijks leven, vrije tijd en hobby's en sociale contacten

BEGINVRAAG:

Hoe ziet een gewone doordeweekse dag eruit? óf Kunt u een gewone doordeweekse dag beschrijven?

Wat doet u zoal?

Begin eens bij het opstaan... (en doorloop zo de hele dag)

Bent u tevreden met hoe het gaat?

Zo ja: Wat vindt u er prettig aan? / Zo nee: Wat vindt u er minder prettig aan?

Wat is belangrijk voor u? Kunt u dat (blijven) doen?

Wat doet (of deed) u het liefst? of Zijn er dingen die u heel graag doet?

Zijn er dingen die u niet meer kunt (doen)?

Zo nee: Welke dingen kunt u niet meer doen? Hoe vindt u dat? Hoe komt dit?

Als u denkt aan later, zijn er dingen waar u tegenop ziet? óf Zijn er dingen waar u over piekert?

Zo ja: Waar ziet u het meest tegenop?

Wat is voor u belangrijk om het vol te houden?

Wat zou u het liefst zelf willen doen?

Wat zou u het liefst willen veranderen?

Hoe kunnen we u daarbij helpen?

2 Sociaal netwerk

Welke mensen zijn belangrijk voor u? (familie, vrienden, burens, hulpverleners, vrijwilligers, kerk, vereniging)

Wat betekenen ze voor u? Met wie heeft u regelmatig contact? Hoe gaan jullie met elkaar om? Wat voor soort dingen doet u samen?

Met welke mensen ontspant of vermaakt u zich het meest? Als u hulp nodig heeft, kunt u dan rekenen op de hulp van anderen? Als u uw verhaal kwijt wilt, kunt u dan bij iemand terecht?

Met wie zou u meer contact willen hebben? [als u diep in uw hart kijkt]

Van wie zou u meer hulp willen krijgen? [als u diep in uw hart kijkt]

3 Woning en woonomgeving

Wat vindt u van uw woning?

Is uw woning aangenaam? Kunt u zich verplaatsen in uw woning? Heeft u hier in huis alles om te doen wat u wilt doen? Kunt u in huis alles vinden wat u nodig hebt?

Wat moet u doen om uw woning te onderhouden?

Hoe vindt u het om dit te doen? Bent u in staat om dit te doen?

Weet u de weg in de buurt? Voelt u zich vertrouwd in de buurt?

Maakt u gebruik van dementievriendelijke hulpmiddelen?

Zoals agenda, datumklok, aangepaste telefoon, aangepaste afstandsbediening, dementia-app, mantelzorg app van Alzheimer Nederland, GPS. ([Top tien technologie](#)).

Neem indien er problemen zijn bijvoorbeeld met wassen/douchen, in de keuken werken, of de weg vinden in huis de Woonscan af ([Woonscan](#)).

4 Belasting en Vitaliteit

Alleen voor de mantelzorger:

Waar loopt u tegenaan in de zorg voor ...?

Hebt u voldoende energie? Voelt u zich fit genoeg? Hebt u tijd om iets voor u zelf te doen? Komt u zelf nog toe aan activiteiten die u vroeger [voor de diagnose] deed?

Wat is voor u belangrijk om het vol te houden? óf Waar zou u zich geholpen bij voelen?


Tot Slot


Vul de behoeftenkaartjes in (werkblad 2). Loop de domeinen na. Schrijf vervolgens alle behoeften die volgens jou naar voren zijn gekomen in de gesprekken met de persoon met dementie en de mantelzorger op verschillende kaartjes. Iedere behoefte op een apart kaartje. Geef op deze kaartjes ook aan of het om een behoefte van de mantelzorger, van de persoon met dementie of van beiden gaat.

TIPS

- Gebruik drie verschillende kleuren papier voor de behoeftekaartjes van mantelzorger, persoon met dementie of samen.
- Je kunt ook ronde stickertjes gebruiken in twee kleuren, één kleur voor de persoon met dementie, één kleur voor de mantelzorger (als een behoeftekaartje beiden betreft, plak dan van iedere kleur een stickertje op het kaartje).

Samenvattingskaartjes behoeften





1 Om wie gaat het? [achtergrondkenmerken]**Persoon met dementie**

Geslacht: man vrouw Leeftijd: jaar

Opleiding:

(voormalig) Beroep:

Diagnose: ziekte van Alzheimer vasculaire dementie Lewy Body dementie
anders, nl.....

Diagnose dementie sinds: (maand-jaar)

MMSE (indien bekend):(afgenomen op: (datum)

Ernst dementie (inschatting): licht matig ernstig

Cognitieve of gedragsstoornissen, met name:

geheugen (opslaan, ophalen):

herhaalde vragen, dezelfde verhalen vertellen, dingen kwijtraken, afspraken vergeten,
verdwalen;

uitvoerende functies:

problemen met overzicht, problemen met planning, problemen met complexe taken,
geen inzicht in veiligheidsrisico's, financiën niet kunnen regelen, slecht besluiten kunnen nemen;

visuospatiële functies:

voorwerpen of mensen niet herkennen, problemen met hanteren van gebruiksvoorwerpen,
problemen met kledingstukken op de juiste manier aantrekken;

taalfuncties:

problemen met benoemen van voorwerpen, woordvindproblemen, verminderde spreekvaardigheid,
problemen met lezen, problemen met schrijven, niet begrijpen van opdrachten;

persoonlijkheid en gedrag:

stemmingswisselingen, agitatie, onrust, verminderde motivatie, apathie,
sociaal terugtrekken, verminderde interesse in activiteiten, verlies van empathisch vermogen,
dwangmatig of obsessief gedrag, moeite sociale situaties goed in te schatten,
sociaal onacceptabel gedrag.

Comorbiditeit:

Lichamelijke beperkingen:

incontinentie

problemen met lopen

valrisico

niet kunnen uiten van pijn

honger of verzadigingsgevoel niet herkennen

slechte voedingstoestand

anders, nl.

Mantelzorger

Geslacht: man vrouw Leeftijd: jaar

Opleiding:

(voormalig) Beroep:

Evt. comorbiditeit/lichamelijke beperkingen:.....

Leef-/gezinssituatie

Woonachtig in:

Relatie tot elkaar: partners ouder-kind anders, nl.

Woonsituatie: gezamenlijk huishouden gescheiden huishouden

Zorg

In zorg bij casemanager sinds: (maand-jaar)

Zorg (thuiszorg/ Wmo):

	Is deze hulp voldoende? (Is dit de juiste hulp?)	Is het koppel tevreden over deze hulp?
Huishoudelijke hulp	_____	_____
Persoonlijke verzorging	_____	_____
Verpleging	_____	_____
Begeleiding groep (dagopvang/dagbesteding)	_____	_____

Hoe gaat het koppel om met de diagnose dementie?

het woord dementie is beladen

vergeetachtigheid kan besproken worden maar beperkingen niet

is erg bezig met verwerken van de diagnose

is open over dementie

persoon met dementie heeft geen inzicht in zijn/haar beperkingen

anders,

Belasting & vitaliteit

Belasting mantelzorg: niet of nauwelijks belast enigszins belast tamelijk zwaar belast
zeer zwaar belast tot overbelast

Toelichting belasting mantelzorg:

.....
.....
.....
.....

Neem eventueel de Ediz af: <https://www.movisie.nl/tool/welke-impact-heeft-informele-zorg>

score:.....

Hoe vitaal is het koppel?

beiden vitaal

mantelzorgervitaal, persoon met dementie niet vitaal

persoon met dementie vitaal, mantelzorgervitaal

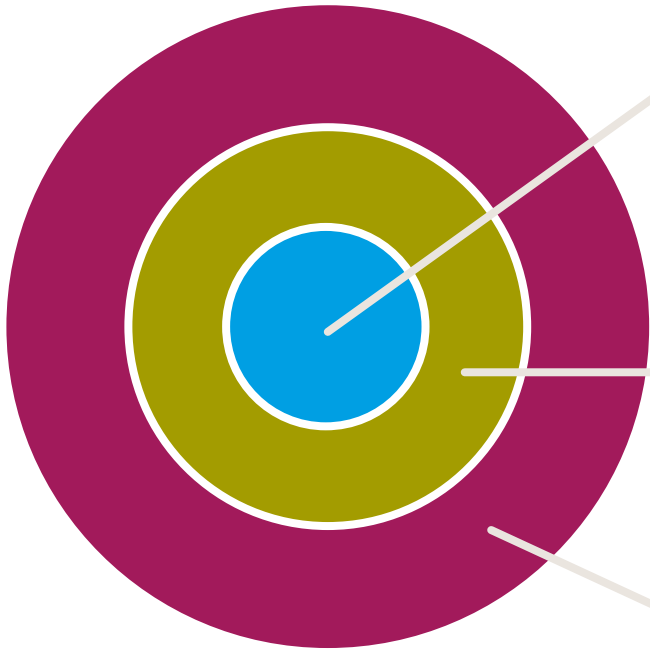
beiden niet vitaal

2 Wensen en behoeften

Zelfzorgactiviteiten (m.n. ADL) • Wassen • Aan- en uitkleden • Eten en drinken • Toiletgebruik • (In)continentie • Medicatie • Mobiliteit	PMD	Mantelzorger
	Behoefte?	Behoefte?
Huishoudelijke activiteiten & andere iADL • Schoonmaken, opruimen • Boodschappen doen, koken • Wassen, strijken • Telefoneren • Administratie (geld/financiën)	PMD	Mantelzorger
	Behoefte?	Behoefte?
Vrijtijd & hobby's • Uitgaan • Sport en spel • Activiteiten binnen en buiten	PMD	Mantelzorger
	Behoefte?	Behoefte?
Woonomgeving (woning en buurt) • Veiligheid • Openbaar vervoer en transport	PMD	Mantelzorger
	Behoefte?	Behoefte?
Sociale contacten (familie, vrienden, burens, professionals, vrijwilligers) • Emotionele steun • Praktische hulp • Gezelligheid	PMD	Mantelzorger
	Behoefte?	Behoefte?

Sociaal netwerk

(geen namen)



Mensen die het dichtst bij het koppel staan:

Mensen met wie het koppel
regelmatig te maken heeft:

Andere mensen in het leven van het koppel:

(Schoon-)kinderen/kleinkinderen

Relatie	Sekse	Leeftijd	Woonplaats	Betrokkenheid en inzet bij koppel
	M V			
	M V			
	M V			
	M V			
	M V			
	M V			
	M V			

Vitaliteit mantelzorg

Waar loopt zij/hij tegenaan in de zorg voor ...?

voldoende energie tijd voor zich zelf eigen activiteiten

Behoefte:

Wat is voor haar/hem belangrijk om het vol te houden? óf Waardoor voelt zij/hij zich geholpen?

.....

.....

.....

.....

Uiteindelijke keuze van doelen/wensen

(in te vullen na stap 2 Prioritering en doelbepaling)

	Behoefte/wens	Belemmeringen (lichamelijk, geestelijk, sociaal, (fysieke) omgeving binnens- of buitenshuis)	Doel
1			
2			
3			
4			
5			