



## In gesprek met iemand met dementie

Een gesprek met een persoon met dementie kan erg verwarrend zijn. Vaak verzandt het in een verhaal waar geen touw aan vast te knopen is. Voor een gesprek zijn twee mensen nodig. Maar hoe kunt u begrijpen wat de persoon met dementie bedoelt? En hoe kunt u ervoor zorgen dat hij u begrijpt? Rustig en duidelijk spreken is belangrijk, maar ook uw lichaamshouding helpt de persoon met dementie om u te begrijpen.

### In de Informatievenserie *Omgaan met dementie* zijn ook verschenen:

- Activiteiten voor dementerenden
- Agressief gedrag
- Autorijden en dementie
- Doorliggen
- Dwaalgedrag
- Incontinentie
- Intimiteit en seksualiteit
- Na de diagnose
- Veilig koken
- Veiligheid in huis
- Verdriet om dementie
- Wassen en baden

### Andere Informatievenseries:

- Algemeen
- Hulp bij dementie
- Informatie in andere talen
- Medicijnen
- Verschijnselen
- Ziektebeelden

Alzheimer Nederland  
Postbus 183  
3980 CD Bunnik  
T 030 - 659 69 00  
F 030 - 659 69 01  
[www.alzheimer-nederland.nl](http://www.alzheimer-nederland.nl)  
[info@alzheimer-nederland.nl](mailto:info@alzheimer-nederland.nl)

Als u een persoon met dementie vraagt iets te doen is het voor u soms moeilijk te zien of hij u begrepen heeft. Als u hem iets vraagt, kunt u dat het beste doen vlak vóór het moment dat het moet gebeuren. Korte, gerichte vragen komen beter over dan meerkeuze of open vragen. Ook vragen naar 'waarom' kunt u beter vermijden.

Mensen met dementie zijn, net als iedereen, bang om te falen en af te gaan. Formuleer een vraag altijd zo dat de kans op falen het kleinst is. Zo voorkomt u dat de persoon met dementie bang wordt om iets fout te doen en daarom maar helemaal niets doet.

Vergissingen corrigeren heeft geen zin, omdat iemand met dementie nauwelijks iets onthoudt. Daarom stelt hij ook veelvuldig dezelfde vragen. U kunt zich daar het beste bij neerleggen. Het kan hem onzeker en angstig maken als u hem steeds met zijn tekorten confronteert.

### Recht op informatie

Iemand met dementie heeft recht op informatie. Hij moet betrokken worden bij zaken die hem aangaan. Geef hem zoveel mogelijk de kans om zelf te kiezen. Naarmate het ziekteproces vordert gaat dit steeds minder goed. Vertel hem dan wat u doet en waarom. Zo voelt hij zich minder buitengesloten.

Soms is het beter een leugentje om bestwil te vertellen. Zeggen dat u bij de GGz over dementie gaat praten, is pijnlijk. Als u zegt dat u naar een vriendin gaat, snapt hij wel dat u een tijdje weg bent.

### Angst en irritatie

Als u de persoon met dementie iets vraagt, krijgt u vaak een antwoord dat overduidelijk niet klopt. Ga er altijd van uit dat hij niet bewust staat te liegen. Door fantasie camoufleert hij zijn gebrek aan herinnering. Fantasie wordt voor hem soms werkelijkheid. Een welles-nietesdiscussie heeft dan geen zin en leidt alleen tot irritaties.

Ook fluisteren kan funest zijn. Fluisterende mensen geven de persoon met dementie het gevoel dat hij erbuiten gehouden wordt.

### **Uw lichaamstaal**

Mensen met dementie zijn gevoelig voor lichaamstaal. Hoe u iets zegt, is vaak belangrijker dan wat u zegt. Ook wanneer de patiënt u niet meer herkent en begrijpt kunt u zo contact houden.

Probeer altijd oogcontact te houden met de persoon met dementie. Praat met uw handen, gezicht en ogen. Let ook op de toon van uw stem. U krijgt vaak een beter contact als u zijn hand vasthoudt. Als de patiënt niet meer kan praten en u niet meer begrijpt, is lichaamstaal de enige manier om contact te houden.

### **Zijn lichaamstaal**

De lichaamstaal van iemand met dementie kan u veel vertellen. Lichaamstaal laat zien hoe hij zich voelt als hij het niet kan zeggen. Probeer altijd uit te vinden wat de persoon met dementie duidelijk probeert te maken met zijn gedrag. Reageer op de gevoelens die erachter zitten. Probeer erop aan te sluiten en neem zijn gevoelens serieus.

### **Geduld**

Iemand met dementie laat vaak zinnen door elkaar lopen, verbastert woorden of weet sommige woorden niet meer. Dit verergert naarmate de ziekte vordert. Hij wordt steeds onduidelijker en gaat meer nietszeggende woorden gebruiken. Dit mag echter geen reden zijn om gesprekken

uit de weg te gaan. Ook meepraten zonder hem te begrijpen is niet goed. Probeer altijd uw geduld te bewaren, de persoon met dementie wil namelijk iets meedelen. Probeer hoe dan ook uit te vinden wat.

Herhaal bijvoorbeeld woorden die u wel begreep, of antwoord op wat u denkt dat hij wilde zeggen. Een reactie van zijn kant zet u dan vaak op het goede spoor. Let ook goed op zijn lichaamstaal. Met veel geduld lukt het u meestal om erachter te komen wat de patiënt zegt. Dit is voor u en hem goed. Het voorkomt gevoelens van onmacht.

Ook op een andere manier kan uw geduld op de proef worden gesteld. Iemand met dementie kan vragen of verhalen eindeloos herhalen. Meestal komt dit gedrag voort uit onrust. Probeer hem daarom op zijn gemak te stellen. Als dat niet lukt kunt u het beste proberen hem af te leiden.

### **Waar moet ik over praten?**

Het is soms moeilijk om met iemand met dementie te praten. Waar moet u het over hebben? Wat u zegt, vergeet hij immers meteen. Onthoud dat het doel van het gesprek is veranderd. Informatie uitwisselen, elkaar op de hoogte houden, dat is door de geheugenstoornis niet meer mogelijk. Gesprekken zijn nu belangrijk omdat zij aandacht en warmte uitstralen. De persoon met dementie onthoudt niet wat u zegt, maar geniet ervan als u enthousiast vertelt.

Probeer te praten over dingen die hij op hetzelfde moment kan horen,

zien, ruiken, voelen of aanraken. Gebruik hulpmiddelen als een opengeslagen krant op tafel als geheugensteuntje.

Waarover u het beste kunt praten, is een kwestie van proberen. Meestal verlopen gesprekken over 'vroeger' het beste. Zij verhogen ook het zelfvertrouwen van de persoon met dementie.