

## 'Backpacken met Alzheimer'

*Met de juiste verwachtingen op pad in  
de wereld van de ouderenzorg*

## **Colofon**

ISBN: 978 94 6365 370 1

1e druk 2021

© 2021, Hein Bloemink

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel  
of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8911 LE Leeuwarden

[www.elikser.nl](http://www.elikser.nl)

**Vormgeving binnenwerk en omslag: Evelien Veenstra**

**Foto's: Saskia M. Toussaint**

De informatie in dit boekje is getoetst op juistheid door research en door verschillende experts in de ouderenzorg. Door de bewust korte formuleringen gaan er misschien nuances verloren. Dat is niet erg, want het gaat om de kern van het verhaal, dat we helder aan u willen vertellen. Voor eventuele misverstanden zijn auteur en uitgever niet aansprakelijk en ook kunnen aan de informatie geen rechten worden ontleend.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

# 'Backpacken met Alzheimer'

*Met de juiste verwachtingen op pad in  
de wereld van de ouderenzorg*

Hein Bloemink





## Woord vooraf

Dit boekje beschrijft het proces dat u als mantelzorgert gaat doormaken zodra uw partner, vriend, vader of moeder zich verward gaat gedragen door dementie. Natuurlijk kan dit verhaal afwijken van uw specifieke situatie. De transformatie van 'zoon/ dochter' naar 'mantelzorgert' verloopt in fases. Net als de transformatie van 'stoere vader' naar 'kwetsbare en afhankelijke man'. Daarom is dit boekje ook ingedeeld in fases, voorzien van eenvoudige adviezen en gedachten. Ik heb gekozen voor de situatie van 'uw vader met dementie', maar het had net zo goed over uw vriend, moeder of uw partner kunnen gaan.

Bewust is gekozen voor een schrijfstijl van weinig woorden, waarbij wellicht nuances verloren gaan. Het is niet anders. Maar daardoor kan de lezer zich hopelijk beter concentreren op de kern van het verhaal.

Waarschuwing vooraf: denk niet dat het eenvoudig is om mantelzorgert te zijn. Veel mensen moeten plotseling een gezin, baan en mantelzorg met elkaar combineren. Dat vraagt veerkracht en geduld. U vervult misschien wel een van de moeilijkste taken van uw leven, waarin het aankomt op liefde

en uithoudingsvermogen. Tegelijk wordt het misschien ook wel een heel goede periode, waarin u écht iets voor uw naaste kunt betekenen. Ik wens u tijdens deze avontuurlijke reis in het onbekende veel wijsheid en geluk.

Hein Bloemink

*journalist, mede-oprichter familienet.nl en*

*communicator in de ouderenzorg*

## **Afkortingen en begrippen die u tijdens de route tegenkomt**

EVV: Eerst Verantwoordelijke Verzorgende (uw aanspreekpunt in een zorginstelling)

PG: Psycho Geriatrie (hiermee wordt dementie bedoeld. Als u over somatiek hoort spreken, worden daar lichamelijke ziektes mee bedoeld)

PGB: Persoons Gebonden Budget (u ontvangt geld en koopt de zorg zelf in)

WLZ: Wet Langdurige Zorg

WMO: Wet Maatschappelijke Ondersteuning (wordt uitgevoerd door gemeenten)

Zorgkantoor: Hier wordt het geld van de Wet Langdurige Zorg beheerd en verdeeld

Zorgprofiel VV 1 t/m10: Hiermee wordt de zorgbehoefte Verpleging Verzorging uitgedrukt

ZVW: Zorg Verzekerings Wet (zorgverzekeringen)

ZZP: Zorg Zwaarte Profiel (deze term is enigszins verouderd)

### **Over de foto's**

U ziet verspreid door dit boek foto's van iemand met dementie tijdens de 'schemerfase'. Hij woonde nog thuis. Zijn schoondochter Saskia M. Toussaint is fotografe en legde veelzeggende alledaagse tafereelen vast. Hierover zegt zij: 'Van mijn schoonvader heb ik zijn laatste maanden thuis vastgelegd, voordat hij werd opgenomen in een zorginstelling, omdat het echt niet meer kon. Ik heb foto's gemaakt van wat ik zag, zonder te ensceneren of een situatie te sturen. Gewoon bij hem aan de etenstafel, naast elkaar bij de afwas, achter hem wanneer hij na het eten in de stoel bij het raam ging zitten. Veel gezellige, maar ook intieme momenten. Bijvoorbeeld wanneer zijn zoon, mijn man, hem hielp bij het vlees snijden en naderhand zijn mond afveegde en kleding schikte. Handelingen om onze heit zijn waardigheid als mens te laten behouden, ondanks zijn ziekte.'



## HET BEGIN

### **‘Er gaat wel vaak wat mis, maar ach ... beetje vergeetachtig’**

Het duurde toch nog best lang voordat u in de gaten kreeg dat er iets mis was met uw vader. Eerst moest u glimlachen om zijn uitglijders (hij trouwens ook), maar nu niet meer. U begint een patroon te herkennen. Het begon met kwijtgeraakte sleutels en een vergeten afspraak. Het lachen vergaat u inmiddels beiden, want de politie heeft hem laatst dwalend door het dorp aangetroffen. Omdat hij de weg terug naar huis niet meer kon vinden. Uw vader wordt soms boos en hij maakt u verwijten dat u er nooit bent als hij u nodig heeft. Hij slaapt veel. Zijn eetpatroon verandert (hij eet slecht) en hij verzorgt zichzelf niet meer zo goed als vroeger. Hij snoept uit de suikerpot en veroorzaakte bijna brand op het gasfornuis door er een plastic bord op te zetten terwijl de gaspit brandde. Hij vraagt u op een dag hoe de verwarming werkt en hoe laat hij morgen op school moet zijn. Tja, hij was leraar van beroep.

**Advies:** Zodra u dit patroon meent te herkennen, zeg dan hardop tegen uzelf: ‘Dit kan dementie zijn. Ja, het zou best dementie kunnen zijn. Nu goed

opletten dus.' Vanaf dat moment zult u de signalen sneller oppikken. U gaat gebeurtenissen rangschikken onder de noemer 'niet pluis' en kunt ze het beste maar bespreekbaar maken met familie en vrienden: 'Er is iets niet in orde met pa.' U bent in staat van paraatheid, goed zo. Als de twijfels aanhouden, wordt het tijd voor een afspraak bij de huisarts. Uw vader vindt het vast helemaal niet nodig, dus die afspraak zal misschien niet zo gemakkelijk tot stand komen. Zet door!

