

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Campus Sint-Barbara
Medisch Centrum André Dumont
ZOL MAAS EN KEMPEN



Ergotherapie

bij individuele cognitieve revalidatie

ZOL GENK

Campus Sint-Jan
Synaps Park 1
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara

Bessemmerstraat 478
B 3620 Lanaken

Medisch Centrum André Dumont

Stalenstraat 2a
B 3600 Genk

ZOL MAAS EN KEMPEN

Diestersteenweg 425
B 3680 Maaseik

ZOL GENK
tel. +32(0)89 80 80 80
ZOL MAAS EN KEMPEN
tel. +32(0)89 50 50 50
info@zol.be

Beste patiënt,

Via de brochure 'Ergotherapie bij ouderen met dementie en hun mantelzorger in de thuisomgeving' willen we u en uw familie informeren over de mogelijkheden van ergotherapie aan huis bij mensen met geheugenklachten en beginnende dementie.

Als u na het lezen van deze informatie nog met vragen zit, aarzel dan niet om ons te contacteren.

Wij helpen u graag verder!

INHOUDSTAFEL

1. Ergotherapie	3
2. De ergotherapeut	3
3. Hoe werken wij?	4
4. Tips	6
5. Contact	7
6. Team	7

01 ERGOTHERAPIE

Ergotherapie is een paramedisch beroep. De ergotherapeut komt in een revalidatietraject wanneer mensen om welke reden dan ook hinder ondervinden in de uitvoering van hun dagelijkse activiteiten.

Het doel van ergotherapie is om mensen met beperkingen zo goed en zo zelfstandig mogelijk hun dagelijkse activiteiten te laten uitvoeren in hun vertrouwde omgeving. Zo verhoogt de levenskwaliteit en kan de patiënt zijn of haar sociale contacten behouden of zelfs verhogen. Omdat het over concrete dagelijkse activiteiten gaat, vindt de ergotherapie-interventie bij u thuis plaats.

02 DE ERGOTHE- RAPEUT

Ook mensen met geheugenklachten en/of dementie ervaren vaak beperkingen in hun dagelijkse activiteiten. Dit als gevolg van problemen met bijvoorbeeld:

- het onthouden van informatie;
- problemen bij het plannen van een activiteit;
- moeite met het nemen van initiatieven;
- het bedienen van toestellen verloopt minder vlot...

Belangrijk is het behouden maar ook het stimuleren van eigen betekenisvolle activiteiten. Door actief te blijven, kunnen aanwezige cognitieve mogelijkheden gestimuleerd en onderhouden worden. Op die manier vertraagt het verder achteruitgaan van het geheugen. Ook voldoening vinden in een zinvolle dagbesteding en het behouden van een goed zelfwaardegevoel behoren tot ons doel.

03 HOE WERKEN WIJ?

De ergotherapeut bekijkt samen met u en uw mantelzorger waar mogelijke knelpunten liggen en zoekt samen met u naar mogelijke oplossingen. Oplossingen kunnen soms gevonden worden door:

- gebruik te maken van hulpmiddelen;
- aanpassingen van onze handlingsstrategie/methode;
- aanpassingen in de omgeving.

Hierbij worden steeds uw familielid of mantelzorger betrokken omdat deze het kortst bij u staat. Ook zijn/haar vragen over de situatie worden bespreekbaar gemaakt. Uw familielid of mantelzorger kan u blijven begeleiden, ook als de ergotherapeut afwezig is.

Na een eerste kennismaking in het ziekenhuis of doorverwijzing door de psycholoog kan er meteen een afspraak voor een huisbezoek gemaakt worden.

- Samen met u en uw mantelzorger/familielid wordt de zorgvraag in kaart gebracht.
- Er wordt gekeken waar de focus van de behandeling kan liggen.
- Er is aandacht voor heel wat concrete praktische tips en adviezen.
- Later volgen er meerdere vervolgafspraken of huisbezoeken. Tijdens deze vervolgafspraken worden de eerder besproken adviezen of aanpassingen opnieuw geëvalueerd en indien nodig bijgesteld.
- Nieuwe zorgvragen kunnen steeds worden opgenomen.
- Het aantal en de frequentie van de afspraken is afhankelijk van de zorgvraag.

Met alle praktische vragen kan u bij ons terecht:

- Advies en ondersteuning naar uitvoering van dagelijkse activiteiten: douchen, aankleden, koffie zetten, koken, tuinieren, hobby's, bedienen van verschillende toestellen o.a. TV, gebruik gsm, wasmachine...
- Advies rond zinvolle dagbesteding/activering bij gebrek aan activiteiten.
- Aanleren van op maat aangepaste handelingsmethoden/-strategieën.
- Informatie en advies over gebruik van hulpmiddelen.
- Informatie en advies over valpreventie.

Mensen met geheugenklachten/dementie worden vaak beperkt in hun dagelijkse activiteiten door geheugenproblemen maar ook omdat ze problemen kunnen hebben met:

- het plannen van een activiteit;
- het respecteren van de juiste volgorde van deeltaken bij het uitvoeren van een activiteit;
- het bedienen van apparaten;
- het nemen van initiatief om een activiteit te beginnen.



Heeft u moeilijkheden bij eenvoudige dagelijkse activiteiten?
Lukken de zelfzorg en/of huishoudelijke taken niet meer zo goed?
Is de daginvulling moeilijk geworden of sterk beperkt/afgenomen?

Dan kan ergotherapie helpen.

04 TIPS

- Neem de tijd om iemand een activiteit uit te laten voeren.
- Vergelijk uzelf en uw geheugen nooit met (dat van) een ander.
- Het opbergen van spullen doet u best op een vaste plaats.
- Maak gebruik van geheugensteuntjes, lijstjes...
- Zet alle benodigde spullen klaar, zet ze eventueel in de juiste volgorde.
- Plaats korte gebruiksaanwijzingen op apparaten in overleg met de ergotherapeut.
- Markeer de aan/uit-knop met een opvallende sticker.
- Maak gebruik van een agenda en neem deze dagelijks samen door.
- Maak gebruik van een dagkalender om de datum aan te geven en hang deze duidelijk zichtbaar op.
- Stel korte, gerichte vragen in plaats van meerkeuzevragen.
- Laat iemand zoveel mogelijk en zo lang mogelijk doen wat hij/zij nog zelf kan, ook al duurt dit langer dan vroeger.
- Help alleen met zaken die niet meer lukken.
- Vermijd 'welles-nietes' discussies.
- Blijf zo actief mogelijk, zorg voor voldoende activiteit op een dag.
- Bewegen is essentieel, maak bijvoorbeeld alle dagen een wandeling van 30 minuten of als dit teveel is 3x 10 minuten wandelen.

05 CONTACT

Marie Cortoos
Ergotherapeut
T 089 32 55 16

Geheugenkliniek
Ziekenhuis Oost-Limburg
Campus Sint-Jan
Schiepse Bos 6
3600 Genk

06 TEAM

- Dr. J. Meeuwissen,
Internist-geriater
verantwoordelijke geneesheer
- Dr. M. Burin,
Gerontopsychiater
- N. Timmermans
Klinisch psycholoog
- M. Cortoos
Ergotherapeut
- Sociaal werk
- Secretariaat
T 089 32 55 20



www.ZOL.be



www.twitter.com/ZOLziekenhuis



www.facebook.com/ZOLzh



www.youtube.com/user/ZOLziekenhuis

Schrijf u in op onze nieuwsbrief via www.zol.be

Raadpleeg online uw medisch dossier via www.mijnzol.be