

‘We denken altijd dat dementerenden niet weten wat er met hen gebeurt, omdat ze het niet verwoorden. Het kost tijd om een reactie uit ze te krijgen’

ALLEN TACKE, GERIATER



een almaar uitdijende bibliotheek van boeken waaruit blijkt dat mensen met dementie weten wat er met hen gebeurt.

Het was min of meer bij toeval dat Otto Bignell ervan overtuigd raakte dat mensen met dementie zich van veel meer bewust zijn en tot veel meer in staat zijn dan door zorgverleners werd aangenomen. In 1997

solliciteerde hij naar een baan als accountant bij Hofwijck, een verzorgingshuis bij Leiden, domweg omdat die vacature toevallig de eerste in de krant was. Aanvankelijk hield hij zich alleen met cijfers bezig. Maar hij kon de situatie van de bewoners niet negeren. Sommigen waren ver van huis, kregen weinig bezoek en konden

nergens naartoe, velen waren verdrietig en ziek. Hij begon door de gangen te dwalen om patiënten de gelegenheid te geven een praatje met hem te maken. ‘Ik besepte dat ik als mens verantwoordelijk ben voor de situatie waarin ik verkeer’, vertelt Bignell, een tengerere man van 45 met vriendelijke, bruine ogen.

Tijdens die gesprekken met bewoners werd hij zich steeds meer bewust van hun bewustzijn. Hij merkte dat sommigen op eens helder over hun leven konden vertellen. Hij zag dat ze opleefden en scherper werden van een boswandeling of andere activiteiten. Hij zag ook dat de omgeving van het verzorgingshuis weinig mogelijkheden bood voor lichaamsbeweging en weinig tijd voor de persoonlijke aandacht die hem tot zijn inzicht had gebracht.

Bignell begon onderzoek te doen naar dementie en ging te rade bij collega’s om te zien welke verbeteringen in Hofwijck mogelijk waren. Maar als accountant kon

## ‘Deze mensen zijn ziek, het zijn geen misdadigers’

Hoe een zorgcentrum in Arnhem dementerenden hun leven terug probeert te geven.

### IN ZORGCENTRUM DE HERBERGIER IN ARNHEM GAAT ALLES

net even anders. Anders dan de gesloten afdelingen waar mensen met dementie al snel terecht komen, worden de inwoners van De Herbergier niet opgesloten of vastgebonden, en ze krijgen ook geen medicijnen om rustig te worden. Huisdieren zijn geen probleem, gasten ook niet: aan bezoeken wordt niet gedaan. Ook aan de geijkte terminologie van reguliere verzorgingshuizen wordt niet meegedaan: de eigenaren heten gastheer en gastvrouw, de patiënten, met een maximum van zestien, heten gasten. ‘Gasten staan centraal’, zegt gastheer Adriaan Koenen. ‘Dus ook in de manier waarop ze hun woning willen inrichten, wie er wanneer op bezoek komt of blijft logeren en wat voor zorg ze willen.’

In Nederland ontstaan steeds meer alternatieve behandelingen van dementiepatiënten. Zorgcentra voelen zich gesteund door wetenschappelijk onderzoek dat laat zien dat positieve emoties bij dementerenden stress en gedragsproblemen helpen te verminderen. Die positiviteit kan bestaan uit een simpele glimlach of een arm van het personeel, een praatje of gewoon wat extra aandacht. In sommige verzorgingshuizen krijgen dementerenden de kans om muziek te maken of te beluisteren, of zich met koken of kunst bezig te houden. Medicijnen tegen angstaanvallen, gedragsproblemen of psychoses worden in veel gevallen weinig of helemaal niet meer gegeven. De bijwerkingen blijken in veel gevallen niet op te wegen tegen het welzijn van de patiënt: die voelt zich zonder pillen vaak gelukkiger dan met.

Die gevoeligheid van de dementiepatiënt is precies de reden dat naast medicijnen ook aan dichte deuren in De Herbergier niet wordt gedaan. ‘Het is vooral belangrijk dat je begrip toont en ze de ruimte geeft’, meent Koenen. In zijn ervaring werkt het averechts om deuren op slot te draaien in de angst dat patiënten weglopen. ‘Zodra men het gevoel heeft opgesloten te zitten, wil men juist weg.’ Het komt bijna nooit voor dat iemand wegloupt. ‘Gasten voelen zich blijkbaar veilig hier’, zegt Koenen. ‘Dat gevoel blijft heel goed hangen.’

De Herbergier begon drie jaar geleden als eerste van wat over een aantal jaar een landelijk netwerk van vijftig vestigingen moet worden. Dit doet ze onder de vleugels van franchiseorganisatie De Drie Notenboomen, die zich inzet om mensen met geheugenproblemen kleinschalig wonen aan te bieden. Het kost bewoners wel wat: huurprijzen van woningen in De Herbergier zijn tussen de 650 en 1270 euro per maand, naast het persoonsgebonden budget dat wordt ingezet om zorg in te kopen. Om het voor iedereen betaalbaar te houden, zijn er in iedere vestiging minstens drie kamers voor mensen met alleen AOW.

Koenen, die dertig jaar ervaring heeft in de zorg, merkte bij de opening van De Herbergier dat hij de ‘logica van de zorg’ snel moest afleren. ‘Het snel handelen, het niet overleggen met familie, alles op tijd af hebben, taakgericht denken: ik kon er hier helemaal niks meer mee’, blikt hij terug. ‘Hier leef je echt met elkaar.’

In tegenstelling tot in Nederland is de overheid in Amerika al zo ver, dat het onderzoek wil financieren dat kijkt naar manieren

hij niet veel doen. Daarom begon Bignell in 1999, toen hij zich in het onderzoek verdiepte, met het organiseren van activiteiten en andere welzijnsaspecten van het tehuis. In zijn nieuwe rol kon Bignell frisse ideeën uitproberen ter verbetering van het leven van mensen die beperkingen hadden, maar nog wel bewust waren.

Vanuit de simpele vooronderstelling dat alles wat kalmerend is helpt, begon Bignell heel eenvoudig: met de plaatsing van een aquarium. Het twee meter brede aquarium werd al snel een trefpunt voor de bewoners. Het doellose dwalen – een eeuwig probleem onder mensen met een geheugenstoornis – verminderde.

Bignell was geen wetenschapper en ook geen specialist in ouderenzorg, maar hij ging op zijn gevoel en gezond verstand af. Inmiddels is er ruimschoots wetenschappelijk bewijs voor zijn ideeën. In een studie uit 2010, beschreven in de *Journal of Nervous and Mental Diseases*, is bewezen

dat prikkels van levende en levendige dingen intensere en langduriger belangstelling wekken bij mensen met dementie dan stimuli van niet-levende, onbeweeglijke zaken als muurschilderingen. De auteurs constateerden ook een vermindering van onrust in een omgeving met levende prikkels. 'In de juiste omgeving kunnen veel symptomen van dementie verminderen', vertelt John Zeisel, een socioloog en auteur van *I'm Still Here*, over een nieuwe visie op zorg voor Alzheimerpatiënten.

Het standaardverpleeghuis vormt doorgaans een broedplaats voor cognitieve problemen, stelt Allen Tacke, een in geestelijke gezondheid gespecialiseerde geriatr bij NAVOS, een Amerikaanse stichting die therapieën aanbiedt aan verpleeghuis-

bewoners met en zonder geheugenverlies. 'Een gemiddeld tehuis heeft vaak zalen waarin twee of drie televisies tegelijk aanstaan, alarmbellen afgaan en mensen op de gangen lopen te schreeuwen', schetst Tacke. 'Er ontstaat een alles vergiftigende mist in de hersenen, doordat mensen zich in een omgeving bevinden waarin negatieve prikkels niet worden verminderd en positieve stimulering ontbreekt.' De laatste jaren ziet Tacke een trend om een aangename omgeving te scheppen met aquaria, fonteinen en zo veel mogelijk daglicht, onder meer vanuit dakramen en open patio's.

Feller licht helpt om de stress te verminderen die ontstaat als je niet goed kunt zien. Uit een proef van het Nederlands Instituut voor Neurowetenschappen bleek dat door

waarop het leven van een dementiepatiënt en zijn verzorger minder zwaar kan worden gemaakt. Immers, niet alleen het welzijn van de patiënt gaat er bij een goede behandeling op vooruit, maar ook dat van de verzorger. Daar kan Koenen zich helemaal in vinden en professionele afstand is in De Herbergier dan ook bepaald geen vereiste. 'Nieuwe medewerkers zien we het liefst meteen deel uitmaken van de groep', zegt hij. 'Het knuffelgehalte is hier heel hoog. Daar voelen beide partijen zich beter bij.'

Dementerenden kunnen meer en herinneren zich ook meer dan algemeen wordt aangenomen, zo ondervindt Koenen dagelijks. 'Gasten die ergens anders op een gesloten afdeling zouden zitten, leren wij de weg nog in Arnhem. Verdwalen doen ze bij ons bijna nooit. Ook weten onze gasten bijna allemaal dat wij de baas zijn van De Herbergier. Zo weten ze wanneer wij op vakantie zijn geweest en vragen ze daar ook naar.'

De Herbergier organiseert haar zorg rondom emotie. 'Als mensen gewend zijn om 's avonds een borreltje te nemen of een lekker stukje vlees te eten, dan geven wij ze dat', zegt Koenen. 'Datzelfde geldt voor een wandeling maken op zondagmiddag, gaan winkelen met je dochter of op vrijdag naar het café gaan. Met het langetermijngeheugen is vaak niets mis.'

Koenen miste de persoonlijke aandacht voor bewoners nog wel eens in de zorghuizen waar hij eerder werkte. Dat lag volgens hem vooral aan een verkeerde taakverdeling. 'Je kunt alles wel in het

management en het schrijven van rapporten steken, maar daar worden bewoners noch verplegend personeel veel gelukkiger van.' Een betere zorg voor mensen met geheugenproblemen begint er juist mee om het individu als uitgangspunt te nemen. 'Opsluiten en vastbinden horen daar dus niet bij', meent Koenen. 'Deze mensen zijn ziek, het zijn geen misdadigers.'

Koenen heeft nog een paar tips voor betere zorg: 'Verbouw het kantoor tot ruimte voor de bewoners. Schaf de pauzes van de medewerkers af, als ze koffie willen of iets willen eten, zitten ze bij de bewoners.' Ach, eigenlijk is er maar één regel, verzucht hij: 'Iedere regel die de zorg of het leven van de bewoners belemmert, is niet van toepassing.' | **MARIANNE LAMERS**



ADRIAAN KOENEN EN GHERINA VAN DE VUURST ZIJN GASTHEER EN GASTVROUW VOOR DE BEWONERS VAN DE HERBERGIER.