

Als slapen een zorg wordt. Nachtelijke (on)rust bij mensen met dementie.

Slaap is voor iedereen belangrijk. Bij mensen met dementie is de nacht soms verstoord en vertonen ze onrust. Dit is niet enkel voor hen belastend, maar ook voor mantelzorgers en professionele zorgverstrekkers.

Nachtelijke onrust is vaak één van de gevolgen van dementie. We kunnen de dementie helaas niet verhelpen. Maar we kunnen wel de gevolgen, zoals nachtelijke onrust, aanpakken.

We staan stil bij 'Wat is een goede slaap?', 'Wat zorgt ervoor dat dit regelmatig verstoord is bij mensen met dementie?', 'Wat heb je nodig om te kunnen slapen als een rozeke?', 'Wat zijn de mogelijke uitlokkende factoren bij mensen met dementie?'

Dit doen we door op een interactieve manier aan de slag te gaan met een plan van aanpak bij nachtelijk onrust. Samen gaan we op zoek naar de mogelijke uitlokkers en allerlei tips om dit aan te pakken.

