

Een namiddag op de dienst bij personen met dementie

Het leven zoals het is, creatief en zorgzaam omgaan met steeds veranderende situaties

Daar zijn
als mens daar zijn
samen met een andere en nog een andere

Dus moet ge gewoon 'daar zijn' heel simpel
en doen wat ge moet doen Levend werkwoord dat ge zijt

Waarbij de andere
niet het onderwerp,
noch het lijdend voorwerp maar een naaste is.

Fernand Deligny

Vrijdag 10 april 2020, de coronastorm woedt buiten in al haar hevigheid, binnen blijft het nog rustig.

Psychofarmaca had ik gisteren op een briefje geschreven en aan mijn computer gezet. Ik moet dringend mijn achterstand inhalen in de taak die ik vervul als coördinator van het project rond verantwoord omgaan met psychofarmaca, dus dat staat er op het programma vandaag. Anderzijds is er ook de zorg om de afdeling van personen met dementie. Waarom het nuttige niet aan het aangename koppelen en mijn administratief werk op de dienst verrichten? Zo kan ik ook bijspringen waar het nodig is. Het is vrijdagmiddag en heel veel extra begeleiding is er niet.

Toch nog even eerst op de andere afdeling voor personen met dementie langsgaan omdat ik in de observaties van een bewoner gelezen had dat er een wonde aan de nek was. Gelukkig blijkt het over een roodheid te gaan door het zweten en het warme weer en is het verholpen met zalf. Onze mensen zijn heel broos als ze hierdoor al roodheid ontwikkelen, besef ik. Ik kan dus met een gerust hart naar de andere dienst gaan, de woorden van de verantwoordelijke ("Ga daar maar eens goed voor hen - personeel dan - zorgen") zinderen na. Je moet weten dat die dienst het al maanden zonder verantwoordelijke moet stellen en de aanwerving van een nieuwe is door de coronacrisis on hold gezet.

Ik kom toe op de dienst en vraag een zorgkundige die op dat moment haar observaties aan het inbrengen is hoe het met haar gaat. Uiteraard antwoordt ze "goed", maar haar rood aangelopen gezicht toont toch ook een andere emotie. Ik wacht even en er komt dan een verhaal naar boven van een heftige voormiddag met een verstopt toilet, ontredde bewoner, stoelgang 'all over the place' en opkuiswerk. "Al ons werk werd opgeschoven:

het wassen, de bedden opmaken, de pampers aanvullen, maar toch zijn we rondgeraakt”, besluit ze.

“Ai ai ai, toch weer dat taakgerichte”, denk ik dan bij mezelf. Er blijft werk aan de winkel om ook gewoon te beschrijven hoe goed ze met de bewoners omgaan. Dat extra werk, tja kan daar geen ander moment voor gekozen worden of hulp voor worden ingeroepen?

Keuzes maken

Ik merk dat het heel stilletjes is op de dienst. Er sluimert verveling. Je moet weten dat we tijdens deze coronacrisis hulp krijgen van een meisje dat werkt in de buitenschoolse opvang. Een godsgeschenk, maar ze heeft vakantie nu en het is haar gegund. Ik besluit dan maar om het administratieve aan de kant te laten en te kijken hoe we nuttige activiteiten kunnen aanbieden. Ik ga eerst even langs bij Fernand, een bewoner die nog maar twee weken geleden is aangekomen en heel de dag sliep, moeilijk tot eten kwam en motorisch sterk verzwakt was. Gaandeweg is hij wel wat meer beginnen eten, hebben we hem ook meer wakker gekregen doordat ook ik kon ingeschakeld worden om hem voor het wassen de nodige stimulatie te geven en een goede positie in het bed te verzorgen.

We zochten ook een gunstige rolwagen omdat hij die nog niet had en de firma die aanlevert zich moet herorganiseren. In de namiddag blijft hij nog in bed maar het is wel de bedoeling om er volgende week werk van te maken om hem ook in de namiddag te laten opzitten (gisteren al eens geprobeerd met redelijk succes). Ik maak vandaag de keuze om hem in bed te laten, hem goed te positioneren zodat hij comfortabel ligt wetend uiteraard dat er weinig stimulatie zal zijn. Het is een keuze. Ik ga ook nog even langs bij Lucienne maar die doet nog haar middagdutje. Straks mag ik haar zeker niet vergeten uit bed te halen om nog wat te fietsen.

Fixatie is een sluipend gif

Ik ga langs bij Gusta, die zit in haar zetel en jammert wat. Ze begint langzaam over haar toeren te raken. Het is bij haar een hele zoektocht over positie en aanpak. De weken voor kerstdag liep ze rond en kon ze zich vooral na de middag verliezen in ronddolen en op zoek gaan naar haar ‘kiennekes’. Het was de kunst om een heftige periode voor te zijn. Dat lukte niet altijd omdat onrust en angst zeer snel konden opkomen. Uiteindelijk is ze de dag voor kerst toch gevallen en brak ze haar heup. Bij terugkeer uit de kliniek is de revalidatie gestart. Aanvankelijk verliep dit vrij vlot, we konden haar in een rolwagen plaatsen zonder fixatie. Toch is ze nog twee keer gevallen omdat we het nodige toezicht niet konden garanderen. In samenspraak met familie is er dan toch beslist een riem aan te brengen in de rolwagen. Daarna een hele zoektocht naar de juiste medicatie.

Het blijkt al snel dat het fixeren en het feit dat ze nu niet zo goed te been is haar onrustig maken. Ik blijf er bij dat fixatie een sluipend gif is, alleen het juiste antigif zoeken is moeilijk en individueel bepaald. Ze jammert, spreekt, roept mensen aan en is helemaal overstuur. Aanpassing van medicatie en een aangepaste aanpak worden uitgewerkt. Door het vele zitten verzwakt ze ook, ze eet minder, haar rugklachten spelen op en een dropvoet ontwikkelt zich. Doordat ze ook pijnklachten uit aan haar zitvlak wordt ze nu in de zetel geplaatst. Het zou goed zijn om regelmatig van houding te wisselen, maar ik geef toe dat als je ziet dat ze op haar gemak is je niet veel wilt tussenkomen. Zo installeert zich een gewoonte die soms onomkeerbaar wordt, daar dienen we toch attent voor te zijn.

Nu goed, ik beslis om even naar haar toe te gaan en wil met haar ‘een toerke’ gaan doen. Dan merk je wat een heel sedentair leven met zich meebrengt. Als ze bewogen wordt, grijpt ze om zich heen, voel ik angst en verdwaaldheid. Dus toch maar even haar gewoon

laten worden aan bewogen worden door eerst licht voor en achteruit met de zetel te bewegen. En dan zijn we op weg. Ik loop links van haar, haar rechterhand in mijn hand (een gewoonte die we zo opgebouwd hebben) en ondertussen de zetel in goede banen proberen leiden. Ik besluit om haar even buiten te laten zitten. Ondertussen is Méri van de animatie aangekomen en start de cafetariaronde. Ik kan Gusta even achterlaten aan een tafeltje in de zon.

Gedoseerde prikkels

Misschien tijd om aan de administratie te beginnen? Neen, er zijn andere noden bij bewoners. Ik kom Agnes tegen in de gang, wat radeloos en huilend. Al haar 'gerief' is volgens haar weggenomen. Ze weet niet meer wat te doen. Ik neem de gelegenheid om met haar eens rond te gaan, elke mogelijkheid tot beweging telt. We gaan naar haar kamer om het eens na te gaan. Ze barst in tranen uit want voor haar is alles weggenomen. Ik verzeker haar dat dit erg voor haar is. Ze vertrouwt me toe dat ze het koud heeft. We zoeken samen in de kast om te kijken of er iets is dat kan dienen om haar te verwarmen. Ik vind niet direct iets dat past bij het kleedje dat ze aan heeft, alleen eventueel een sjaal. Ik vraag haar of ze die sjaal moet hebben maar ze geeft aan dat ze me niet verstaat. Ik kom wat dichterbij en herhaal in haar oor met gedempte stem de vraag. "Aah, nu hoor ik terug beter", zegt ze me. Voor mij nogmaals het bewijs dat prikkels soms pas binnenkomen als ze dichtbij en gedoseerd worden aangeboden.

Ze zegt dat ze hem niet nodig heeft en we stoppen hem terug in de kast. Ze maakt me erop attent dat de sjaal toch wat over het randje komt. Ik leg hem goed en we doen de kast dicht. De paniek is wat weggeëbd en we gaan naar buiten waar mensen beginnen toestromen om van de zon te genieten. Ik laat haar achter met haar drankje. Je voelt dat ze het nog moeilijk heeft, maar het lukt wel.

Ondertussen hoor ik Gusta jammeren. Ik weet dat andere bewoners het hier moeilijk mee hebben en ik ga naar haar. Ze steekt haar hand uit en ik zie de onrust in haar gezicht. Ik vraag me af of het zonnetje en de wind voor haar te overweldigend zijn. In vormingen rond basale stimulatie die ik geef, heb ik het steeds over de sensorische vloed die overweldigend kan zijn als je dat niet kan plaatsen, waardoor onrust kan opkomen. Dit lijkt me een mooi voorbeeld. Ik rol haar naar binnen en ze wijst me het plekje aan waar ze steeds zit, aan het raam. De rust keert nog niet terug te meer omdat er op dat moment veel verplaatsing is van mensen en personeel. Er wordt letterlijk veel wind gemaakt door voorbijlopende mensen.

'Het lijntje houden'

Ik heb een muziekje opgezet ('Jazzy zomers'), zacht golvend met een kleine swing. Ik hou haar ene hand in beide handen vast. Mijn bovenliggende hand geeft ritmische klopjes. Dit geeft rust, of hoe een vibratorische prikkel kalmte kan brengen. Ondertussen blijft ze rondkijken en de gang van zaken in het oog houden. Ik kan nu het contact niet verbreken. Ik blijf dus een dikke vijf minuten klopjes geven. Méri vraagt me om even de mensen buiten in de gaten te houden omdat ze op een kamer bij een persoon drank wil aanbieden. Ik moet 'het lijntje houden' zoals we dat zeggen. Laten aanvoelen dat je bij de persoon blijft waar je mee bezig bent maar toch gedeelde aandacht naar buiten richten. Dit kan door heel bewust je aandacht te richten door je fysieke handelingen, in dit geval het kloppen op de hand, en het openstellen van je hele zijn en tegelijkertijd je blik naar buiten te wenden speurend naar onregelmatigheden maar zonder dat je de aandacht bij de persoon verlaat. Het duurt niet lang voordat Méri terugkeert. Gelukkig, want deze vorm van focus kan je echt niet lang aanhouden.

Uiteindelijk kan ik aanvoelen dat ik de onderliggende hand kan lossen en haar hand op haar schoot kan leggen. Het is ondertussen ook rustiger geworden op de afdeling. De bovenliggende blijft nog wat klopjes geven die ik langzaam laat uitsterven. De rust in haar gezicht blijft. Ik voel aan dat ik kan afbouwen en het contact verbreken.

Laat de zon in je hart

Misschien nu tijd voor wat administratie? Of neen, toch even langs gaan bij Lucienne om te vragen of ze wat wil fietsen. Ik neem haar uit bed en laat haar plaats nemen in de rolwagen. Jammer dat ze door haar kwetsuur nu niet voldoende steun kan nemen op de rollator zodat we het stappen kunnen blijven onderhouden. Gelukkig is er wel nog de fiets.

Dan nu tijd voor administratie. Ik plaats me achter de computer met het zicht op de afdeling. Gusta blijft rustig zitten. Ondertussen wordt er wat meer ambiance gemaakt buiten. "Laat de zon in je hart", schalt door de recorder. Het raam staat open en ik merk bij mezelf dat me dit wat onrustig maakt. Ik sluit het venster zodat ik verder kan werken. Gelukkig zijn onze bewoners die buiten zitten niet zo overgevoelig (denken we). Ik ben wel bezorgd wat dit met Gusta doet, maar het lukt haar om rustig te blijven. Met het ene oog op het scherm en het andere af en toe naar Gusta vervolledig ik mijn administratie.

Ondertussen is iemand van het logistiek personeel aan de kuis begonnen van de leefruimte. Er wordt wat met stoelen geschoven en het geluid en de beweging zijn de aanleiding voor Gusta om de aandacht te vragen. "Mevrouw, mevrouw", klinkt het haar arm opheffend. Net als ik denk om tussen te komen is het mooi om zien om Yvonne (collega logistiek) naar Gusta te zien gaan om met haar 'een klapke' te doen. Net wat ze nodig heeft. Ik kan verder werken. Gusta vindt haar rust terug.

Ik rond mijn administratie (niet het psychofarmacadossier) af en ga bij Lucienne die haar fietstochtje beëindigd heeft. Ik ga met haar terug naar de kamer en ze vraagt of ze wat op bed mag liggen wat ze van mij zeker mag. Zorgpersoneel is wel bezorgd dat ze zoveel vraagt om in haar bed te liggen. Het is wel een tenger vrouwtje dat wat kampt met longproblemen. Verplaatsingen zijn voor haar vermoeiend. Toch een aandachtspunt om haar voldoende te laten bewegen.

Ik neem even een adempauze door naar boven te gaan naar ons bureau. Ik tref daar mijn collega aan die ook even lucht over haar namiddag. Aandacht hebben voor elkaars bezorgdheden is in deze tijden meer dan noodzakelijk.

Een glimlach als beloning

Op vrijdag help ik mee met de avondmaaltijd dus ik begeef me we weer naar beneden. Gusta is ondertussen in de zetel in slaap gevallen. Marc zit wat ongeduldig in zijn stoel. Zoals steeds krijgt hij een moment om naar zijn vrouw te bellen. Als ik de echtgenote aan de lijn heb, bied ik hem mijn telefoon aan. Ik ga naar de kar waar het avondmaal uitgedeeld wordt, helemaal aan de andere kant van de leefruimte, maar ik hoor een storend geluid. Alsof er een grasmachine ergens op de afdeling staat te draaien. Ik ga rond en ik zie dat Yvonne (een bewoonster) een stoel aan het verslepen is.

Ze blijft staan voor een deuropening. Ik ga naar haar toe en spreek haar aan. Het antwoord is in haar brabbeltaaltje helemaal niet te verstaan, maar ik bevestig. "Ja, ja. Echt? Amai, dat is waar, ik begrijp het ..." Ik raak ook omzichtig haar rug aan voelend of ze aanraking kan verdragen. Ze heeft er nu geen moeite mee. En dan speelt er zich iets wonderbaarlijks af. Ze tovert haar grootste 'smile' naar boven, neemt me vast bij mijn beide schouders en legt haar haar op mijn schouder. Mijn dag kan niet meer stuk en ik weet dat ik nu met haar

verder kan. We gaan naar de kar en nemen haar plateau mee naar de andere leefruimte. Daar schenk ik koffie in en bied haar boterhammen aan. Ik blijf wel naast haar zitten hoewel ze alleen kan eten, omdat een aanval van radeloosheid en boosheid nooit ver weg is en dit dan ook effect heeft op de andere bewoners. Ik kan haar yoghurtje nog geven en beslis om haar dan even te laten. Ondertussen heeft Marc ook zijn gesprek afgerond en kan ik hem zijn boterhammen geven.

Een vrouw aan elke arm

Gusta is ook wakker geworden, maar heeft niet veel zin om te eten, ondanks mijn aandringen. Ik wil rustig afronden en doe nog even mijn toer. Melanie spreekt me aan (ook niet begrijpbaar), maar ze is duidelijk bezorgd om iets. Samen beslissen we om toch wat rond te gaan kijken. Ik kom Anna tegen, helemaal in paniek omdat ze angst heeft voor een man. Ik bied haar mijn arm aan en zeg dat ik met haar zal meegaan. Daar loop ik dan met elk een vrouw aan mijn arm. Je moet maar chance hebben in het leven.

We gaan naar de kamer van Anna om haar wat gerust te stellen. Anna doet steeds zelf haar kamer op slot en ik denk dat haar kamer voor haar nu toch een veilige plaats is. Maar de angst voor de man is groot. Ik kan haar overtuigen om op de kamer te blijven en dat ik de deur voor haar op slot kan doen. Ze weet dat ze te allen tijde de deur van binnenuit kan opendoen. Ik geef aan dat ik ook de verzorgsters op de hoogte zal brengen zodat ze het de volgende ochtend weten. Dit is voor haar een hele geruststelling.

Met Melanie op schok dan maar. We maken nog een toertje maar ik bied haar toch aan om in een zetel te gaan zitten. Eigenlijk ziet ze dat niet zitten en wil ze het liefst de hele avond met mij doorbrengen, alleen ik heb nog andere afspraken die avond ... "Doe dan maar uw goesting, ik zal dat ook doen", bijt ze me boos toe. "OK", zeg ik rustig. "Dat vind ik een goed idee." Ik vervolg alleen mijn weg en ik keer terug naar de andere kant. Daar zie ik Marc verwoed pogingen doen om recht te staan. Hij vraagt me om dit stuk te snijden. Dit, is de riem waar hij mee vastzit. Een evolutie die we niet graag zien en die we ook met de grootste omzichtigheid toe willen passen. Het blijft ook steeds een moeilijke evenwichtsoefening om de minst ingrijpende vrijheidsbeperkende maatregelen te nemen.

Voetje voor voetje

Marc is niet goed te been en ook zijn vrouw heeft angst dat hij te veel zou vallen. Het zijn steeds moeilijke keuzes die je in dit opzicht moet maken. Zelf zou ik me liever intens willen bezig houden om zelfstandigheid zo optimaal mogelijk te houden. Maar er komen situaties voor dat zowel het motorische als het cognitieve zodanig achteruitgaan dat deze beslissing dient genomen te worden. Dit wil echter niet zeggen dat indien iemand wil rechtstaan hij hierin niet geholpen kan worden. Ik probeer toch eerst even uit te leggen waarom die riem aan de rolwagen is bevestigd, maar daar heeft hij geen oren naar. Ik maak hem los en we gaan op stap.

Voetje voor voetje (Marc heeft Parkinson), de voeten wat schurend tegen elkaar, maar in een gedreven kadans. Hij gaat naar huis. Marc weet dat er iets niet pluis is. Hij vertrouwt het allemaal niet meer. Maar vandaag lukt het wel om te stappen. We gaan op pad. Hij wil buiten, kijkt rond, kiest zijn weg, ik begeleid hem af en toe leidend. Zo keren we terug. Hij heeft voor zijn doen een flinke wandeling gemaakt. Ik nodig hem uit om terug te gaan zitten. Hij stemt toe omdat hij ook voelt dat het moeilijk gaat. Dan komt het moment dat ik hem weer vast moet zetten. Dit is voor mij altijd heel moeilijk, alsof ik mezelf verraad. We gaan voor een fixatie-arm beleid en dat wil ik tot het uiterste drijven. Maar er zijn ook

afspraken gemaakt en er zijn zaken doorgepraat. Zeker nu mogen we het vertrouwen ten aanzien van de familie niet schenden. Dit wil niet zeggen dat we er binnen enkele weken niet op mogen terugkomen en voorstellen doen. Maar nu niet. Je ziet en voelt de ontredde in de ogen. Je laat achter en probeert uit te stralen dat je het begrijpt maar niet anders kan.

Ondertussen is Gusta mee naar de kamer gevoerd en in bed gelegd. Als ik de kamer voorbij ga, hoor ik toch wat jammeren. Ik doe de deur open en zie dat zij in paniek is met de voeten over de bedsponden. We hebben wel een alarm geïnstalleerd dat afgaat wanneer dit gebeurt. Het is dan ook afgegaan en ik ben er bij om in te grijpen. Ik kan haar niet direct kalmeren en beslis om de sponden naar beneden te halen en haar op de rand van het bed te zetten. Ze is helemaal in paniek en vooral bang. We staan samen recht en we doen enkele stappen. Ik merk op dat het zitten in de geriatrische stoel bij haar niet slecht gegaan is omdat de dropvoet fel verminderd is, dus dat is al OK.

We komen buiten en ze blijft in paniek. Méri komt er bij en samen maken we even een wandeling. Ze is echter nog niet in staat om een hele toer te maken dus proberen we toch aan te dringen om rechtsomkeer te maken en terug naar de kamer te gaan. Ze weigert om terug binnen te gaan. Het is iets wat we wel al geobserveerd hebben dat haar kamer zoals we noemen een 'besmette' omgeving is. Ik blijf pal achter haar staan, duw niet maar ga ook niet achteruit. Ik vrees voor een escalatie. Méri neemt voorzichtig de leiding en Gusta geeft toe. Voetje voor voetje schuiven we richting bed. We nodigen haar uit om op de rand te zitten. Ze steekt een ferme tirade af. Haar ogen worden wijd open gesperd, haar blik spuwt vuur, het aangezicht rood aangelopen.

"Ziet ge dat dan niet, ziet ge dat dan niet?", schreeuwt ze met de moed der wanhoop naar de deur. Ik ben me beducht voor een uithaal, maar bewaar mijn kalmte naar haar toe. Ik bied steun en houvast. Méri van haar kant doet hetzelfde en maakt sussende geluidjes. Ik schuif het gordijn van de kamer wat open. "Aaah", zegt ze opgelucht. Het verblijdt haar. Blijkbaar stemt de duisternis haar niet goed. We proberen haar toch in bed te krijgen. Het voelt heel geforceerd aan, maar we verzekeren haar dat we haar niet alleen laten. Toch niet tot ze wat tot rust is gekomen.

Verzachten

Méri maakt sussende geluidjes, ik geef klopjes op de borstkas. Gusta blijft in haar onrust en toch verzacht ze langzaam. Nog eenmaal brengen we haar benen in haar bed (waarbij ze protesteert) en we trachten haar met de deken wat te cocoonen. Ik trek ondertussen de sponde op. We blijven nog even en sussen. Méri trekt ook de sponde op. Gusta verzacht, de stem wordt wat lager, de onrust blijft. Ik ga naar de andere kant van het bed en zet haar muziek zachtjes aan. We zeggen dat we zullen terugkeren. Uiteindelijk krijgen we het akkoord van haar om weg te gaan (de precieze woorden ontgaan me nu), maar het is een gevoel. Het is dat punt waar je kan aanvoelen dat je kan afronden. We nemen afscheid, we gaan heel langzaam weg, sluiten zacht de deur.

Eens buiten slaken we een diepe zucht, blij dat we rust hebben kunnen brengen maar beseffend dat dit heel intens was. Ik blijf nog even op dienst om nog wat observaties in te dienen. Uit de kamer van Gusta komen geen jammerende geluiden meer. Het is natuurlijk gissen hoe lang dit kan duren. Op weg naar huis mijmer ik wat over de namiddag: het was intens maar hiervoor doe ik het. En ja, er is ook nog de coronacrisis, maar die was niet bepalend vandaag, daar was ik wel blij mee. Uiteraard werd er meer dan anders de handen gewassen en ontsmet. Social distancing? Moeilijk als je werkt met mensen waar nabijheid belangrijk is om contact te kunnen leggen en de wereld om je heen te begrijpen. En het

dossier rond de psychofarmaca? Dat gaat even mee naar huis. Oh ja, ik werk als kinesitherapeut, maar dat hadden jullie vast al kunnen afleiden :-) ...

Dirk De Schryver

WZC Aymonshof - Dendermonde

Kinesitherapeut - Verantwoordelijke NFK (Niet Fixeren is een Kunst) - Coördinator
Project rond verantwoord omgaan met Psychofarmaca.

MiSento - Samen in beweging

gecertificeerd lesgever Basale Stimulatie.