

DEMENTIE WIJZER



Een waaier vol antwoorden rond dementie

te gebruiken telkens
wanneer een vraag
zich stelt





WAAR KAN IK TERECHT VOOR EEN DIAGNOSE?

Je huisarts neemt je bezorgdheden zeker ernstig en verwijst eventueel door naar een gespecialiseerde dienst in het ziekenhuis:

- de geheugenkliniek
- dienst neurologie
- dienst geriatrie
- dienst (ouderen)psychiatrie

TIP

Een correcte diagnose is belangrijk omdat andere medische oorzaken soms opgelost kunnen worden. Ook in functie van goede zorg en opvolging is een diagnose zinvol.



WAAR VIND IK INFORMATIE, LECTUUR EN DOCUMENTATIE OVER DEMENTIE?

Je kan hiervoor terecht bij:

- je arts
- Infopunt Dementie
- dienst maatschappelijk van je ziekenfonds
- de bibliotheek

Via de websites in de digitale dementiewijzer vind je ook heel wat informatie.

TIP

Informatie biedt inzicht in dementie en handvaten om er begripvol mee om te gaan. Ook informatie over omgaan met veranderend gedrag kan helpen.



WIE KAN ME LEREN OMGAAN MET DEZE ZIEKTE?

Een individueel gesprek kan je op weg helpen bij:

- een psycholoog
- Infopunt Dementie
- dienst maatschappelijk werk van je ziekenfonds

Iedere hulpverlener, familieleden of lotgenoten met ervaring in de zorg voor een persoon met dementie kan tips aanreiken.

TIP

Omgaan met dementie leer je met vallen en opstaan. Je begint onervaren maar wordt gaandeweg een ervaringsdeskundige. Sta jezelf toe fouten te maken.



WAAR KAN IK ALS JONGE PERSOON (-65) MET DEMENTIE TERECHT?

Je kan terecht bij:

- Buddywerking De Fonkel
- Infopunt Dementie
- dienst maatschappelijk
werk van je ziekenfonds
- Alzheimer Liga/
Familiegroep
Jongdementie Plus
- gespecialiseerde centra
voor dagverzorging in
Kortrijk en Brugge



Niet iedereen weet dat je ook op jonge leeftijd dementie kan krijgen. Dit vraagt specifieke informatie, zorg en ondersteuning.



WAAR KAN IK ALS MANTELZORGER OF MET DE FAMILIE TERECHT VOOR EEN LUISTEREND OOR EN ONDERSTEUNING?

Ga hiervoor naar:

- je arts
- Infopunt Dementie
- een psycholoog
- Familiegroep Alzheimer
Liga Vlaanderen
- dienst maatschappelijk
werk van je ziekenfonds
- Praatcafé Dementie

TIPS

- Een professionele hulpverlener kan je ondersteunen, ook bij mogelijke conflicten en spanningen. Praten kan al helpen om de spanning te verminderen.
- Je kan er ook terecht met vragen over het omgaan met veranderend gedrag.



WAAR KAN IK TERECHT VOOR STEUN VAN LOTGENOTEN?

Bij de Familiegroepen van de Alzheimer Liga Vlaanderen, tijdens een Praatcafé Dementie, bij een mantelzorgvereniging en telefonisch via de Dementielijn (0800 88 100).

TIP

De steun van lotgenoten en het uitwisselen van ervaringen biedt herkenning en erkenning van je eigen situatie. Door je bezorgdheden en ervaringen te delen voel je je minder alleen.



ONTSPANNING EN VRIJE TIJD

Ga op zoek naar een zinvolle dagbesteding voor je naaste met voldoende structuur en leuke, sociale contacten.

Sommige mantelzorg-
organisaties bieden specifieke activiteiten of vakanties aan voor mantelzorgers en personen met dementie.

Ook in een lokaal
dienstencentrum kan je terecht voor activiteiten.



WIE KAN HELPEN ZORGEN VOOR EEN VEILIGE LEEFOMGEVING?

Vraag advies aan:

- je arts
- Infopunt Dementie
- dienst maatschappelijk werk van je ziekenfonds
- winkel of uitleendienst van het ziekenfonds (thuiszorgwinkel)

TIPS

- Je kan de zelfstandigheid en veiligheid van de persoon met dementie verhogen met een personenalarmsysteem, extra aandacht voor veiligheid in en rond de woning, valpreventie.
- Voor info rond veilig autorijden of het opmaken van een rijgeschiktheidsattest, kan je naast je arts ook terecht bij het Rijgeschiktheidscentrum CARA.



WAAR VIND IK HULPMIDDELEN?

Bij een winkel of uitleendienst van het ziekenfonds, een apotheek, het Rode Kruis of zelfstandige speciaalzaken.

Een Infopunt Dementie kan nuttige tips en advies geven of doorverwijzen naar een dienst aan huis rond het gebruik van hulpmiddelen.

TIPS

- Vraag bij het ziekenfonds of je korting kan krijgen op het hulpmiddel dat je koopt of leent.
- Denk ook tijdig na over eventuele aanpassingen in huis.



WIE KAN DE ZORG AF EN TOE VAN MIJ OVERNEMEN?

Een Infopunt Dementie of de dienst maatschappelijk werk van je ziekenfonds of dienst welzijn van je gemeente kan helpen bij het vinden van passende dienstverlening.

Je kan terecht bij:

- dienst gezinszorg
- oppasdienst
- centrum voor dagverzorging
- misschien ook bij familie, vrienden, buren
- kortverblijf in een woonzorgcentrum

TIP

Durf bijkomende zorg door anderen toe te laten zodat je af en toe op adem kan komen. Zo is de zorg thuis langer haalbaar.



WAAR KAN IK TERECHT VOOR VERPLEEGKUNDIGE ZORG?

Bij een erkende dienst thuisverpleging of een zelfstandig thuisverpleegkundige.

TIPS

De verpleegkundige kan helpen om medicatie klaar te zetten en/of toe te dienen en kan tal van praktische tips over verzorging aanbieden.

De verpleegkundige let op lichamelijke en psychische veranderingen en kan deze signaleren aan je huisarts.

De apotheker kan je helpen met uitleg over correct gebruik van medicatie.



WIE KAN HELPEN BIJ DE LICHAMELIJKE VERZORGING?

Een zorgkundige van een dienst gezinszorg of een thuisverpleegkundige.

TIP

De lichamelijke verzorging kan spanningen veroorzaken. De hulp van een zorg- of verpleegkundige kan hierbij ondersteuning bieden.



WIE KAN ONS BEGELEIDEN EN HELPEN BIJ DE PRAKTISCHE ORGANISATIE VAN DE ZORG?

**(WAS, POETSEN, MAALTIJDEN,
BOODSCHAPPEN...)**

Een Infopunt Dementie kan je toeleiden naar de gepaste diensten:

- dienst gezinszorg
- dienst maaltijden aan huis
- hulp via dienstencheques
- klusjes- of karweidienst voor praktische hulp

Ook de dienst maatschappelijk werk van je ziekenfonds of dienst welzijn van je gemeente kan helpen bij de organisatie van de zorg.

TIP

Wacht niet te lang om hulp in te schakelen. Deze ondersteuning kan langer thuis wonen mogelijk maken.



WAAR KAN IK INFORMATIE KRIJGEN OVER PREMIES EN TEGEMOETKOMINGEN?

De dienst maatschappelijk
werk van het ziekenfonds of de
dienst welzijn van je gemeente
kan helpen.

TIP

Durf de vraag te stellen naar
tegemoetkoming of premies.
Na het advies kan je nog altijd
zelf beslissen.



BIJ WIE KAN IK TERECHT MET VRAGEN ROND DE TOEKOMSTIGE ZORG EN HET LEVENSEINDE?

Je huisarts kan helpen om het gesprek aan te gaan om wensen rond toekomstige zorg op papier te zetten (wilsbeschikking).

Ook hier kan je terecht:

- [notaris](#)
- [huisvandeMens](#)
- [LEIF-consulent in jouw gemeente](#)

TIP

Er tijdig over praten met elkaar kan rust bieden.



WIE KAN ME HELPEN VOOR FINANCIËEL OF JURIDISCH ADVIES?

Je kan hiervoor terecht bij:

- een notaris
- dienst welzijn van je gemeente
- dienst maatschappelijk werk van je ziekenfonds
- een mantelzorgvereniging

TIP

Maak op tijd afspraken over zorg en geldzaken. Dit zorgt voor duidelijkheid en rust.



WAT ALS THUIS WONEN ECHT NIET MEER LUKT?

Het besluit om naar een woonzorgcentrum te verhuizen is moeilijk. Het kost tijd en overleg met alle betrokkenen. Een vrijblijvend bezoek kan helpen bij het maken van een keuze.

TIP

Bespreek met de verantwoordelijke van het woonzorgcentrum welke (zorg)taken je zelf wil blijven doen.



MET WIE BESPREEK IK MOGELIJKE MIS(BE)HANDELING?

Met een hulpverlener of iemand die je vertrouwt.

Bel naar de gratis hulplijn bij vragen over geweld of misbruik op het nummer 1712.

Je kan ook chatten of mailen via www.1712.be.



Mis(be)handeling is vaak het gevolg van een hoge zorgzwaarte of te veel stress.



NUTTIGE ADRESSEN EN WEBSITES



SCAN
MIJ!

SOPHIA

Expertisecentrum Dementie
056 32 10 75
sophia@dementie.be

ALZHEIMER LIGA **VLAANDEREN**

0800 88 100
[hulpvragen@alzheimerliga
vlaanderen.be](mailto:hulpvragen@alzheimerliga.vlaanderen.be)

MANTELZORG

www.mantelzorgers.be

EERSTELIJNSZONE **WESTHOEK**

[www.eerstelijnszone.be/
dementiewijzer](http://www.eerstelijnszone.be/dementiewijzer)