

De informatie in deze folder is afkomstig uit de folders: "Is het dementie? Meer weten over van Alzheimer Nederland," "Leven in een eigen wereld" van Binnen en "Zorgen over Alzheimer" van Alzheimer Nederland.

De folders zijn te vinden in de informatiemarkt van Bestwijzer.

Bestwijzer

Adres: Zonnewende 173
5683 AB Best
Telefoon: (0499) 770100
E-mail: info@bestwijzer.nl
Website: www.bestwijzer.nl

Op www.bestwijzer.nl vindt u een overzicht van de partners van Bestwijzer en wanneer zij in Bestwijzer aanwezig zijn.



Vergeetachtigheid
of dementie?



Vergeetachtigheid of dementie?

Vergeetachtigheid is iets waar bijna iedereen wel eens last van heeft. Van alle mensen tussen 24 en 85 jaar vindt maar liefst 40% zichzelf vergeetachtig. Dementie komt gelukkig veel minder vaak voor: 10% van de mensen boven de 65 jaar heeft dementie.

Vergeetachtigheid of verwardheid hoeft niet altijd dementie te betekenen. Er zijn ook andere oorzaken die wellicht goed te behandelen zijn. Bijvoorbeeld: een niet goed functionerende schildklier, depressiviteit, infectie van blaas of longen, bloedarmoede, gebruik van

bepaalde medicijnen, vitamine B tekort, alcoholmisbruik of sociale omstandigheden zoals verlies, vereenzaming of verhuizing. De volgende tien signalen geven aan wanneer er wel sprake van dementie kan zijn.

Tien signalen van dementie

1. Vergeetachtigheid

Mensen met dementie vergeten nieuwe informatie, belangrijke data of gebeurtenissen. Ze stellen steeds dezelfde vragen en zijn afhankelijk van spiekbrieftjes of familie.

2. Problemen met dagelijkse dingen

Gewone dingen, zoals hobby's of de financiën regelen gaan steeds moeilijker. Ook plannen of activiteiten in een bepaalde volgorde leveren problemen op. Bijvoorbeeld koffie zetten of een maaltijd bereiden.

3. Vergissingen met tijd en plaats

Het besef van tijd en plaats wordt minder, waardoor iemand met dementie moeilijker kan bepalen hoe laat, welke dag, welk seizoen of welk jaar het is. De weg vinden wordt moeilijker. Mensen met dementie vergeten soms waar ze zijn en hoe ze er zijn gekomen.

4. Taalproblemen

Het gebruiken en begrijpen van taal kan moeilijker worden. Hierdoor kunnen mensen met dementie gesprekken lastig volgen, eenvoudige woorden vergeten, niet meer goed schrijven en steeds moeilijker op namen komen.

5. Spullen kwijtraken

Iemand met dementie raakt spullen kwijt en kan niet achterhalen waar hij ze gelaten heeft. Vaak blijken spullen op vreemde plekken te liggen, bijvoorbeeld een portemonnee in de koelkast.

6. Slecht beoordelingsvermogen

Situaties inschatten en keuzes maken wordt lastiger. Mensen met dementie kunnen aanbiedingen slecht inschatten, spullen kopen die niet nodig zijn of grote sommen geld uitgeven.

7. Terugtrekken uit sociale omgeving door faalangst

Doordat mensen met dementie problemen ondervinden bij het uitvoeren van hobby's en het voeren van gesprekken, kunnen zij door de dementie een soort faalangst krijgen.

8. Veranderingen in gedrag en karakter

Gedrag en karakter kunnen veranderen en stemmingen opeens wisselen. Door de dementie wordt iemand vaak verward, achterdochtig, depressief of angstig en zonder aanleiding kwaad en verdrietig.

9. Onrust

Het lijkt of iemand met dementie steeds iets zoekt, moet opruimen of iets anders moet doen. Dit constante gevoel van onrust leidt vaak tot slaapproblemen.

10. Visuele problemen

Problemen bij het lezen, afstand inschatten of onderscheiden van kleur en contrast, terwijl de ogen op zich goed werken. Ook herkennen mensen met dementie zichzelf soms niet in de spiegel.

Herkent u deze signalen bij uzelf of bij iemand uit uw omgeving en/of maakt u zich zorgen, raadpleeg dan:

• de huisarts • Bestwijzer • Alzheimer Nederland: www.alzheimer-nederland.nl