

OVER VEILIGHEID

DUTCH | ENGLISH

In deze folder komen een aantal veiligheidsaspecten aan de orde waar naar moet worden gekeken als u iemand met dementie verzorgt. Er worden een aantal tips gegeven voor de veiligheid binnenshuis en buiten, en de folder bevat een veiligheidschecklist voor de familie en de verzorgers.

Iemand met dementie bijstaan

Dementie treft iedereen op een andere manier. Symptomen als verwarring, geheugenverlies en desoriëntatie komen echter gewoonlijk algemeen voor; daarbij kunnen ook problemen met de mobiliteit en coördinatie van invloed zijn op de veiligheid. Het gaat erom dat familie, verzorgers, vrienden en mensen werkzaam in de gezondheidszorg degene met dementie zo begeleiden dat deze zich zo veilig mogelijk voelt en dat ook is.

Veiligheid thuis

De beste leefomgeving voor iemand met dementie is er een die zo iemand zo gelukkig en onafhankelijk mogelijk helpt te zijn. Vertrouwdheid is belangrijk voor iemand met dementie. Door de thuisomgeving moet zo iemand beter weten waar hij of zij is en erachter komen waar hij of zij naartoe wil. Veranderingen in deze omgeving kunnen bijdragen tot verwarring en desoriëntatie.

Een paar veiligheidstips

- Houdt de inrichting van het meubilair eenvoudig en verander die niet. Zorg ervoor dat er geen belemmeringen zijn in de leefomgeving.
- Haal losse kleedjes weg en maak de randen van tapijten vast die gevaar kunnen opleveren voor de veiligheid.
- Nachtlampjes in de gangen en op de wc kunnen mensen helpen de weg te vinden 's nachts.
- Gooi alle medicijnen en gevaarlijke stoffen weg zoals brandbare vloeistoffen of zorg ervoor dat die goed zijn opgeborgen.
- Elektrische dekens en kruiken kunnen een gevaar vormen voor iemand met dementie en daarom maar beter worden weggehaald.
- Tegenwoordig worden er voor alle huizen veiligheidsschakelaars aangeraden.
- Zorg voor elektrische waterketels en andere apparaten die zichzelf uitschakelen.
- Vervang gevaarlijke vormen van verwarming zoals straalkachelletjes door veiliger verwarmingsopties zoals verplaatsbare radiatoren (column heaters).

- Zorg ervoor dat apparaten zoals kachels en broodroosters veilig zijn.
- Vervang lange snoeren aan apparaten door spiraalkabels of kabels die automatisch worden ingetrokken.
- U kunt thermostaten monteren op warmwaterkranen om de temperatuur van het water te regelen.
- Rookmelders zijn voor iedereen belangrijk. Waarschijnlijk moet iemand anders voor iemand met dementie de batterijen controleren en ervoor zorgen dat het geluid van het alarm hard genoeg is.

Veiligheid buitenshuis

Sommige mensen met dementie kunnen hun oriëntatie en de weg kwijt raken in een onbekende omgeving en zelfs in een omgeving die vroeger vertrouwd was. Het is daarom van belang dat zij te allen tijde voldoende identificatie bij zich hebben met tenminste de naam en adres en een telefoonnummer voor noodgevallen. Een SOS ID-armband is ideaal.

Een paar veiligheidstips

- Zorg ervoor dat paden zijn aangeveegd en dat er geen takken overhangen.
- Controleer de grendels op hekken.
- Gooi giftige planten weg en verwijder gevaarlijke stoffen uit schuur en garage.

Hulpmiddelen voor de onafhankelijkheid en veiligheid

- Met een losse douchekop kan iemand de waterstroom in de gewenste richting sturen.
- Met een stoel in de douche of het bad kan iemand zittend douchen of wassen en hoeft zo iemand zichzelf niet in het bad te laten zakken.
- Handgrepen in het bad, de douche en de wc.
- Klokken die makkelijk zijn af te lezen, en grote kalenders helpen bij het tijdsbesef.
- Hittesensoren en -melders kunnen van pas komen.
- Lijsten met groot geschreven de namen van contactpersonen en nummers naast de telefoon.

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Veiligheidschecklist voor thuis

Het kan handig zijn het huis kamer voor kamer te beoordelen op veiligheidsrisico's. Deze checklist kan daarbij helpen.

Toegang tot het huis

- Treden
- Pad

Huis - in het algemeen

- Staat er veel troep in het huis?
- Is er voldoende verlichting?
- Is de vloerbedekking antislip?
- Controleer deuren, ramen, verwarming

Woonkamer

- Hoogte van de stoelen
- Meubilair met uitstekende delen

Keuken

- Vloer
- Brandbaar materiaal
- Kranen
- Elektrische apparatuur en apparaten op gas
- Ketel
- Giftige stoffen
- Keukenkasten
- Afvoer in de vloer
- Elektrische verbindingen buiten bereik van water en verwarmingsbronnen

Badkamer

- Vloer
- Thermostaatregeling van het warme water
- Giftige stoffen
- Hoogte van de wc
- WC-papier in het zicht

Bijkeuken

- Opslag van giftige stoffen
- Afvoer
- Elektrische verbindingen buiten mogelijk bereik van water

Slaapkamer

- Hoogte van het bed
- Stoel in de slaapkamer om zich aan te kleden

Ronddwalen

- SOS ID-armband

- Gegevens voor noodgevallen en identificatie in de portemonnee
- Bel op de deur, het raam en het hek

Principes voor het oplossen van problemen

Om problemen op te lossen moet u continu beoordelen en plannen. Aanpassingen in de omgeving van iemand met dementie moeten de volgende principes volgen:

- Betrek waar mogelijk iemand met dementie bij het vaststellen van problemen en beslissingen aangaande de verandering van de omgeving.
- Zorg ervoor dat aanpassingen passen bij iedere persoon.
- Reageer op specifieke problemen. Voer geen standaard aanpassingen in.
- Verander zo weinig mogelijk. Behoud het vertrouwde.
- Gebruik de sterke punten en haal zoveel mogelijk uit autonomie.
- Probeer eerst eenvoudige oplossingen.
- Zorg ervoor dat aanpassingen huiselijk zijn en waardig.
- Veranderingen moeten passen bij de tijd en de cultuur.
- Taxeer de risico's en probeer een balans te bereiken tussen veiligheid en autonomie.
- Zorg voor een veilige werkomgeving voor familie, verzorgers en werkers.

Overgenomen van At home with dementia, NSW Department of Ageing, Disability and Home Care.

Onafhankelijk wonen

In de meeste staten en territorien is er het Independent Living Centre (ILC – het Centrum voor onafhankelijk wonen). Het centrum biedt een aantal diensten aan die veilig wonen stimuleren. Er is informatie beschikbaar over een aantal producten zoals rookmelders, temperatuurregelingen voor de warmwatervoorziening en monitoringdiensten. Er is ook advies beschikbaar over woonaanpassingen en -inrichting. Contactnummers voor ILC's in iedere staat kunt u in het telefoonboek vinden, door contact te zoeken met de National Dementia Helpline of door naar de website ilcaustralia.org.au te gaan

MEER INFORMATIE

Alzheimer's Australia biedt hulp, informatie, voorlichting en counseling. Neem contact op met de National Dementia Helpline op **1800 100 500** of bezoek onze website op fightdementia.org.au



Wilt u in het Nederlands worden geholpen, bel **131 450**, Translating and Interpreting Service

SAFETY ISSUES

This Help Sheet discusses some of the safety issues that need to be considered when caring for someone with dementia. It provides some tips for safety inside and outside the home, and a basic safety checklist for use by families and carers.

Assisting people with dementia

Dementia affects each person differently. However symptoms such as confusion, memory loss and disorientation are usually present, and problems with mobility and co-ordination may also affect safety. It is important that family, carers, friends and health professionals assist the person with dementia to feel and be as secure as possible.

Safety in the home

The best living environment for a person with dementia is one which helps them to be as happy and independent as possible. Familiarity is important for a person with dementia. The home environment should help them know where they are and to find where they want to go. Changes in this environment may add to confusion and disorientation.

Some safety tips

- Arrange furniture simply and consistently and keep the environment uncluttered
- Remove loose rugs and seal carpet edges that may be safety hazards
- Nightlights in the hallways and in the toilet may be useful to assist a person to find their way to the bathroom at night
- Dispose of or safely store all medications and hazardous materials such as kerosene
- Electric blankets and hot water bottles can both be a safety hazard for a person with dementia and therefore are better removed
- Safety switches are now recommended in homes
- Automatic cut offs for hot water jugs and other appliances are recommended
- Replace more dangerous forms of heating, such as bar radiators, with safer heating options such as column heaters
- Check appliances, such as heaters and toasters, to make sure they do not present any safety hazards

- Replace long electrical cords on appliances with coiled or retractable cords
- Thermostats are available to control the level of heat that comes out of the hot water taps
- Smoke detectors are important for everyone. A person with dementia may need someone else to check the battery and make sure the alarm is loud enough

Safety outside the home

Some people with dementia may become disoriented and get lost in unfamiliar, or even in previously familiar surroundings. Therefore, it is important at all times that they carry appropriate identification, including their name and address and an emergency contact number. An identity bracelet is ideal.

Some safety tips

- Keep paths well swept and clear of overhanging branches
- Check catches on gates
- Remove poisonous plants and dispose of hazardous substances from sheds and garages

Aids for independence and safety to consider

- Hand held shower hoses allow a person to direct the flow of water as desired
- A shower or bath seat allows a person to be seated while bathing and eliminates the need to lower yourself into the bath
- Hand rails at bath, shower and toilet
- Easy to read clocks and large calendars will help to orient to time
- Heat sensors or alarms may help
- List of contact names and numbers in large print placed by the telephone

FIGHTDEMENTIA.ORG.AU NATIONAL DEMENTIA HELPLINE 1800 100 500

Safety checklist for the home

It may be useful to go through the house room by room to assess for any safety hazards. This checklist may help.

Access to the home

- Steps
- Path

House – general

- Is the house cluttered?
- Is lighting adequate?
- Is floor covering non-slip?
- Check doors, windows, heating

Living area

- Chair heights
- Protruding furniture

Kitchen

- Floor
- Flammable material
- Taps
- Electrical and gas equipment
- Kettle
- Poisons
- Cupboards
- Drainage in floor
- Electrical connections away from possible contact with water or heating sources

Bathroom

- Floor
- Hot water thermostat control
- Poisons
- Toilet height
- Toilet paper visible

Laundry

- Storage of poisons
- Drainage
- Electrical connections away from possible contact with water

Bedroom

- Bed height
- Chair in bedroom for dressing

Wandering

- Identification bracelet
- Identification and emergency contact details in wallet
- Bell on door, window and gate

Principles of problem solving

Solving problems involves continual assessment and planning. The following principles should guide any changes to the environment of a person with dementia:

- Involve the person with dementia in identifying problems and deciding on changes to their environment, where possible
- Ensure that modifications suit each individual
- Respond to specific problems. Don't introduce standard modifications
- Change as little as possible. Retain the familiar
- Build on strengths and maximise autonomy
- Try simple solutions first
- Ensure that modifications are home-like and dignified
- Changes should be era and culture appropriate
- Weigh up risks and try to achieve a balance between safety and autonomy
- Ensure that family, carers and workers have a safe working environment

Adapted from At home with dementia, NSW Department of Ageing, Disability and Home Care.

Independent living

The Independent Living Centre (ILC) is in most States and Territories and offers a number of services designed to promote safe living. Information is available on a number of products including smoke detectors, hot water service temperature regulators and monitoring services. Advice is also available on home modifications and home design. Contact numbers for ILCs in each state can be obtained from the phone book, by contacting the National Dementia Helpline or visiting ilcaustralia.org.au

FURTHER INFORMATION

Alzheimer's Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at fightdementia.org.au



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**