

Trefwoorden

- Dementie
- Psychogeriatric

Auteurs

Frans Hoogveen, lector psychogeriatric aan De Haagse Hogeschool en psycholoog bij Florence.

Mari Groenendaal, lecturer practitioner bij WoonZorgcentra Haaglanden en kenniskringlid van het lectoraat psychogeriatric.

Alessandro Caffò, onderzoeker bij het Department of Educational Sciences, Psychology, Communication aan de Universiteit van Bari, Italië.

Viviana Perilli, onderzoeker bij het Lega del filo d'oro Research Centre in Lesmo, Italië.

Correspondentie

Frans Hoogveen:
F.R.Hoogveen@hhs.nl

Lerend vermogen bij dementie

Bij mensen met dementie raakt het geheugen steeds verder aangetast. Toch blijkt hun levenskwaliteit verhoogd te kunnen worden, juist door het geheugen en lerend vermogen aan te spreken. Dit artikel geeft een inkijk in wat er bekend is over leren bij dementie. Een tweede artikel in dit nummer van TvZ geeft een aantal handvatten voor de praktijk.

Een van de mogelijkheden om de levenskwaliteit van mensen met dementie te bevorderen is het benutten van hun geheugen en lerend vermogen. Als dit optimaal gebeurt is er uitzicht om langer zelfstandig te functioneren. Op het eerste gezicht lijkt dat verrassend. Om te kunnen leren is immers een goed functionerend geheugen nodig, en die functie is bij mensen met dementie nu juist ernstig aangetast. Toch is herinneren en leren mogelijk, want niet alle vormen van geheugen worden bij dementie even sterk beperkt (Dirkse e.a., 2011). Uit recent onderzoek blijkt dat er nog opmerkelijke resultaten kunnen worden geboekt (o.a. Kessels & Olde Hensken, 2009; van Tilborg e.a., 2011).

Geheugen en dementie

Mensen met dementie hebben geheugenproblemen, al bestaan er grote individuele verschillen in de aard en omvang ervan. Zo wordt de ziekte van Alzheimer onder meer gekenmerkt door inprentingstoornissen, waardoor de patiënt niet meer in staat is nieuwe informatie op te nemen. Bij mensen met vasculaire de-

mentie of frontotemporale dementie staan deze stoornissen, zeker in de eerste stadia van de ziekte, minder sterk op de voorgrond (Jonker e.a., 2009). Andere verschillen hebben te maken met de ernst van de dementie. Verlies van geheugenfuncties is immers een proces. Tijdens het ziekteproces kan de patiënt nog steeds dingen onthouden en leren, al worden die mogelijkheden steeds geringer naarmate de dementie vordert. Ten minste twee typen van geheugen blijven langer intact dan we zouden verwachten: het onbewuste geheugen en het emotiegeheugen.

Het onbewuste geheugen

In het onbewuste geheugen zit informatie waarvan we niet bewust weten dat we het weten. Een voorbeeld is het geheugen voor vaardigheden, alledaagse dingen waar we niet bewust mee bezig hoeven te zijn, maar die we gewoon doen. Denk aan tandenpoetsen, wegrijden op de fiets en schakelen in de auto. Dit onbewuste (of automatische) geheugen functioneert bij mensen met dementie dikwijls nog veel beter dan het bewuste geheugen (Dirkse

e.a., 2009; zie kader). Dat blijkt ook uit het gegeven dat oude routines (handelingen die mensen in hun leven duizenden keren hebben uitgevoerd) ook bij dementie lang in stand en oproepbaar blijven.

Een man met dementie nam veel te weinig vocht in en bij herhaalde aansporing reageerde hij steeds kribbiger. Als zijn echtgenote echter haar eigen glas hief en enthousiast tegen hem zei: 'Proost, Jan!', pakte ook hij zijn glas en nam een slok.

(Dirkse, e.a., 2009)

Meneer van G. heeft een gevorderde dementie. Navraag bij zijn echtgenote leert dat het meer dan tien jaar geleden is dat hij voor de laatste keer zwom. In het verpleeghuis is hij passief, is zijn stemming gedrukt en neemt zijn apraxie steeds verder toe. Maar in het zwembad fleurt hij op. Het bad is ondiep genoeg om er te kunnen staan, maar uit eigen beweging gaan zijn voeten van de vloer. Hij beheerst de schoolslag nog! Tijdens het zwemmen is hij motorisch en sociaal veel vaardiger en actiever dan gewoonlijk. En aan zijn gehele gedrag is te zien dat hij geniet.

('Zwementie' is een participatieproject waarin hbo-v-studenten van De Haagse Hogeschool zwemmen met ouderen met dementie; zie ook www.zwementie.nl, en TvZ nr 6/2013: Zwemmen met dementeren).

Het emotiegeheugen

Gebeurtenissen die met heftige emoties gepaard gaan worden beter onthouden. Zo weten we bijna allemaal nog heel gedetailleerd waar en met wie we waren toen ruim tien jaar geleden twee vliegtuigen de WTC-torens in New York binnen vlogen. Ook bij mensen met dementie is dit emotiegeheugen nog aan te spreken. Door de persoon met dementie in jouw

In de praktijk

Het onbewuste geheugen en lerend vermogen van mensen met dementie biedt grotere mogelijkheden dan we op het eerste gezicht zouden verwachten. Het is belangrijk dat verpleegkundigen daarvan kennis nemen. Associatieleren, emotieleren en foutloos leren kunnen worden ingezet om mensen met dementie een betere kwaliteit van leven te geven. Toepassing daarvan in de verpleegkundige praktijk is relevant en vergroot de specialistische kennis van deze beroepsgroep in de dementiezorg.

aanwezigheid een of meerdere keren sterk positief te emotioneren, vergroot je de kans dat hij of zij jou later onbewust herkent en zich prettig bij je voelt (Dirkse e.a., 2009). Veel verzorgenden en verpleegkundigen in de dementiezorg herkennen dit fenomeen. De patiënt kent niet je naam, weet niet wie je bent of hoe vaak hij of zij je al heeft ontmoet, maar je merkt aan alles dat er op gevoelsniveau herkenning is. Hetzelfde mechanisme kan helaas ook negatief uitpakken.

Mevrouw O. woont op een psychogeriatrische afdeling van een verpleeghuis. Ze is een vriendelijke dame en maakt weinig onderscheid tussen verzorgenden. Yvonne is een Surinaamse verpleegkundige. Ze heeft een zeer donkere huid. Tijdens een nachtdienst komt ze de slaapkamer van mevrouw O. binnen, en laat haar onbe-

doeld hevig schrikken. Mevrouw O. is overstuur en laat zich nauwelijks kalmeren. De dagen erop lijkt mevrouw O. zich niets meer van het voorval te herinneren. Zij spreekt er niet over en als ernaar wordt geïnformeerd geeft zij geen blijk van een bewuste herinnering. Maar nog weken na het voorval moet mevrouw O. niets van Yvonne hebben. Zij reageert boos en afwijzend als Yvonne haar benadert. Sterker nog: mevrouw O. toont een gegeneraliseerde reactie: zij doet die weken opvallend minder vriendelijk tegen donkere verzorgenden dan tegen hun blanke collega's. Gelukkig dooft dat geleidelijk weer uit.

Het associatiegeheugen

Het associatiegeheugen is een bijzondere vorm van het onbewuste geheugen. Ervaringen die we lang geleden hebben opgedaan en opgeslagen, zoals een muziekhit

Dementie

Dementie is een progressieve aandoening die het cognitieve en praktische functioneren van de patiënt in ernstige mate aantast (Mayeux, 2003; Jonker e.a., 2009).

Het proces van achteruitgang kan langzaam of snel verlopen, maar leidt uiteindelijk tot volledige aftakeling. Daarbij komen vaak gedrags- en stemmingsproblemen, zoals apathie, angst, depressie, agitatie en agressie: een zware last voor de patiënt en diens naasten (Hoogveen, 2008). Tot op heden zijn er geen mogelijkheden om het ziekteproces te stoppen, laat staan genezing te geven. De hedendaagse zorg voor mensen met dementie richt zich dan ook vooral op vermindering van lijden en het bevorderen van kwaliteit van leven (Gerritsen e.a., 2010).

uit onze jeugd die ons emotioneel raakte, kunnen vele jaren later nog steeds sterke herinneringen en gevoelens bij ons oproepen. Ook dit fenomeen valt bij mensen met dementie nog dikwijls waar te nemen.

Mevrouw E. heeft een gevorderde dementie. Haar stemmingen variëren sterk. Soms is ze heel angstig. Dan zit ze ineengedoken in haar stoel met een vertrokken gelaat. Ze jammert, huilt en gilt. Het is meestal niet duidelijk wat daarvan de aanleiding is. Op andere momenten lijkt ze tevreden. Als je dan contact zoekt, reageert ze met een prachtige lach. Sinds kort kennen we een manier om die goede stemming bij haar op te roepen, dankzij informatie van haar oudste dochter.

Mevrouw E. heeft heel veel van haar man gehouden. Hij is vijf jaar geleden overleden. Daarvan lijkt zij zich niet meer bewust. Sterker nog, zij vraagt al jaren niet naar hem. De laatste dertig jaar van zijn leven gebruikte hij een aftershave die nog verkrijgbaar is: Old Spice. Als we een paar druppels daarvan op een zakdoek doen, en we laten mevrouw E. daaraan ruiken, wordt ze vier van de vijf keer blij. Opmerkelijk is dat ze zelfs op die momenten niet over haar man spreekt, maar de associatie in haar brein lijkt nog levend!

De praktijk

Hoe kunnen wij als zorgprofessionals gebruik maken van de restcapaciteiten van mensen met dementie?

We behandelen hieronder associatieleren, operant leren en een variant van die laatste, het zogeheten foutloos leren.

Associatieleren

Associatieleren betekent oude associaties oproepen en die koppelen aan nieuwe si-

tuaties. Een ander woord hiervoor is klassieke conditionering. Een voorbeeld is een van de lopende projecten van het lectoraat psychogeriatric van de Haagse Hogeschool: *Radio Remember*. Dit is een volautomatisch radiostation voor mensen met dementie. Het station brengt muziek uit alle genres, die rondom de jaren '50 populair was. De muziek wordt groepsge- wijs aangeboden in huiskamers van verpleeghuizen.

Een eerste pilotonderzoek laat zien dat de effecten gunstig zijn (Hoogeveen, e.a., 2014). Een volgende stap is het zoeken naar individuele muziekvoorkeur: welke muziekstukken roepen bij deze persoon krachtige positieve herinneringen en emoties op? En de daaropvolgende stap: de voorkeursmuziekstukken inzetten in situaties die voor die persoon onaangenaam of bedreigend zijn. Dit zou een krachtige psychosociale interventie kunnen opleveren.

Operant leren

Operant leren is het proces waarbij een respons in een bepaalde context gevolgd wordt door een bekrachtiger (Engels: reinforcer) of bestraffer (Engels: punisher). Een bekrachtiger is elke gebeurtenis die de kans vergroot dat dezelfde respons in de toekomst weer zal optreden. Een bestraffer is daarentegen elke gebeurtenis die de kans verkleint dat de respons weer zal optreden.

Operant leren is wat in de volksmond onder 'leren' wordt verstaan. Synoniemen zijn instrumenteel leren of operante conditionering. Operant leren is de manier waarop we in de loop van ons leven leren schrijven en lezen, fietsen, met anderen samenwerken, en ons vak, om maar eens een paar voorbeelden te noemen.

Foutloos leren

Een bijzondere variant van operant leren is foutloos leren: het doorlopen van het leerproces zonder dat daarbij fouten worden gemaakt.

Sinds het baanbrekende onderzoek, vijftig jaar geleden, door Terrace (1963), verschenen er duizenden wetenschappelijke artikelen over de positieve effecten van foutloos leren, met name bij mensen met een verstandelijke beperking. Het is eigenlijk verwonderlijk dat onderzoek naar de mogelijkheden van foutloos leren bij mensen met dementie zo lang is uitgebleven. De laatste jaren worden de aanwijzingen steeds sterker dat ook bij mensen met dementie veel te verwachten is van foutloos leren (o.a. Dechamps e.a., 2011; Kessels & Olde Hensken, 2009). Recent schreven de Werd, Boelen en Kessels (2013) een praktische handleiding hierover voor professionals in de zorg voor mensen met dementie. ■

>>> LEES HET VOLGENDE ARTIKEL OVER DE PRAKTISCHE TOEPASSINGEN VAN HET LEREND VERMOGEN VAN MENSEN MET DEMENTIE >>>

Literatuur

- Dechamps, A., Fasotti, L., Jungheim, J., Leone, E., Dood, E., Allieux, A. & Kessels, R. (2011). Effects of different learning methods for instrumental activities of daily living in patients with Alzheimer's dementia: A pilot study. *American Journal of Alzheimers Disease and Other Dementias*, 26, 273-281.
- Dirkse, R., Kessels, R., Hoogeveen, F. & van Dixhoorn, I. (2011). (Op)nieuw geleerd, oud gedaan. Utrecht: Kosmos.
- Gerritsen, D.L., Dröes, R.M., Ettema, T.O., Boelens, E., Bos, J., Meihuizen, L., de Lange, J., Schölzel, C.J. & Hoogeveen, F.R. (2010).

waliteit van leven bij dementie in perspectief: een oriënterende studie naar variaties in opvattingen onder mensen met dementie, hun zorgverleners en in de literatuur, en de weerslag daarvan op de dagelijkse praktijk. *Tijdschrift voor Gerontologie en Geriatrie*, 41, 6, 241-255.

Hoogeveen, F.R. (2008). *Leven met dementie*. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Hoogeveen, F.R., Groenendaal, M., Mulder, B., Bakker, M., Swinkels, S. & van den Berg, M. (2014). Radio Remember: Internetradio voor mensen met dementie. *Denkbeeld*, in druk.

Jonker, C., Slaets, J. & Verhey, F. (2009). *Handboek dementie*. Laatste inzichten in diagnostiek en behandeling. Houten: Bohn Stafleu van Loghum.

Kessels, R. & Olde Hensken, L. (2009). Effects of errorless skill learning in people with mild-to-moderate or severe dementia: A randomized controlled pilot study. *Neurorehabilitation*, 25, 307-312.

Mayeux, R. (2003). Epidemiology of neurodegeneration. *Annual Review of Neuroscience*, 26, 81-104.

Terrace, H.S. (1963). Discrimination learning with and without errors. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, 6, 1, 1-27.

Tilborg, I. van, Kessels, R. & Hulstijn, W. (2011). How should we teach everyday skills in dementia? A controlled study comparing implicit and explicit training methods. *Clinical Rehabilitation*, 25, 638-648.

Werd, M. de, Boelen, D., & Kessels, R. (2013). *Foutloos leren bij dementie: een praktische handleiding*. Den Haag: Boom Lemma.

SAMENVATTING

- De levenskwaliteit van mensen met dementie blijkt verhoogd te kunnen worden door het geheugen en lerend vermogen aan te spreken.
- Het gaat daarbij met name om het onbewuste geheugen (waaronder het associatiegeheugen) en het emotiegeheugen.
- Leren kan nog via associatieleren, operant leren en een variant van die laatste, het zogeheten foutloos leren.

Advertentie

**Eindelijk echt
inspiratie
gevonden**

Buddy Netwerk zet zich in voor mensen met een ernstige, chronische en/of levensbedreigende ziekte, zoals kanker, MS of Hart-en Vaatziekten. De impact van de ziekte op iemands sociale en emotionele leven is groot, soms te groot. Word nu buddy en vergroot de wereld van een ander en ook die van jezelf. Simpelweg door er eens per week een paar uur voor de ander te zijn.

Word ook buddy!

www.buddynetwerk.nl
of bel 070-3649500

 Buddy
netwerk