

Eet u prettig?

Handreiking om beter aan te sluiten bij
wensen, behoeften en mogelijkheden van mensen met dementie
tijdens de maaltijd



Ellen Roest, Jacomine de Lange

Kenniskring Transities in Zorg
Kenniscentrum Zorginnovatie, Instituut voor Gezondheidszorg
Hogeschool Rotterdam

April 2011

Inhoudsopgave

Inleiding	3
1 Binnenkomen in de eetkamer	6
2 Voorbereiden van de maaltijd	9
3 Start van de maaltijd	12
4 Eten van de maaltijd	15
5 Afronden van de maaltijd	18
Verantwoording	20

Inleiding

In een wereld vol onzekerheid is en blijft het eten voor mensen met dementie een vertrouwde activiteit. De bewoner herinnert en ervaart het eten niet alleen als gewoonte om de honger te stillen, maar ook als een moment van samenzijn en als een prettige beleving. Daarnaast vormt het gebruiken van de maaltijd een terugkerend ritueel en geeft het eten structuur aan de dag.

Belevingsgerichte zorg is aansluiten bij behoeften, wensen en mogelijkheden van mensen met dementie, zodat zij zich gesteund en geborgen voelen en in staat zijn hun zelfwaardering te behouden. Het is een op de individu toegespitste benadering: behoeften, wensen en mogelijkheden kunnen per individu verschillen (Van der Kooij, 2003). Emotionele steun, veiligheid, geborgenheid en zelfwaardering zijn belangrijke behoeften van mensen met dementie. Ook Kitwood¹ onderscheidt voor mensen met dementie specifieke behoeften die het gevoel van welbevinden versterken. In het kader zijn deze uitgewerkt.

De vijf behoeften van mensen met dementie uit de persoonsgerichte benadering van Kitwood

Behoefte aan comfort (troost en bemoediging): Hier gaat het om warmte en nabijheid met anderen te voelen. Persoonsversterkend zijn kalmeren en tederheid tonen en een ontspannen tempo. Intimidatie, hier niet aan tegemoet komen en aandacht onthouden en een te hoog tempo werken persoonsondermijnd.

Behoefte aan identiteit betekent weten wie je bent en een gevoel van continuïteit hebben met je verleden. Anderen kennen je, weten wie je bent en hebben respect voor je. Identiteit wordt ondersteund door respecteren, accepteren van gedrag en complimentjes geven. Kinderlijk benaderen, kleineren en etiketteren werken persoonsondermijnd.

Behoefte aan gehechtheid: Mensen met dementie hebben het nodig om zich aan anderen gehecht te voelen, vooral in tijden van angst, onrust en verandering. Persoonsversterkend zijn acties om een hechte band te bewerkstelligen, zoals erkennen, oprechtheid en bevestigen van gevoelens. Iemand beschuldigen, misleiden, en niet erkennen werken persoonsondermijnd.

Behoefte aan betrokken zijn, bezig zijn: De behoefte hieraan is vervuld wanneer een persoon met dementie betrokken is bij activiteiten die voor hem betekenisvol zijn. Door bezig te zijn levert iemand een bijdrage aan de gemeenschap en krijgt daarmee respons van anderen. Iemand helpen zijn vaardigheden te gebruiken, en niet te veel of te weinig overnemen en samenwerken zijn persoonsversterkend. Het tegendeel van bezig zijn is verveling en apathie. Dat kan leiden tot een verminderd zelfbeeld. Dat gebeurt door onkrachten, taken opleggen, of verstoren waar iemand mee bezig is en door iemand als een object te behandelen.

Behoefte aan erbij horen: Mensen met dementie kunnen zich snel eenzaam en alleen voelen, ook als ze temidden van anderen op een afdeling of in een woning wonen. Iemand bij de naam noemen, het gevoel geven dat hij erbij hoort, dat hij thuis is en samen plezier maken zijn persoonsversterkend. Verbanning uit de huiskamer, negeren, bespotten en stigmatiseren werken persoonsondermijnd.

Bron: Dementia Care Mapping, principes en praktijk (Brooker & Surr, 2005)

Bewust omgaan met het woonklimaat tijdens het eten, geeft drie keer per dag mogelijkheden om af te stemmen op de individuele wensen en behoefte van de bewoner. Het gericht zijn op hoe een bewoner op zijn manier de maaltijd zo prettig mogelijk kan gebruiken en beleven, past binnen de belevingsgerichte zorg en ondersteunt primaire behoeften.

De maaltijd biedt veel mogelijkheden om tegemoet te komen aan behoeften van mensen met dementie:

- mogelijkheden om huiselijkheid, vertrouwdheid te vergroten
- mogelijkheden om herkenbaarheid te vergroten
- mogelijkheden om sfeer, gezelligheid, gevoel van verbondenheid te vergroten (zie ook zorg voor beter project eten en drinken)

¹ Tom Kitwood (1937) psycho-gerontoloog heeft veel onderzoek gedaan naar de lange termijn effecten van hoge kwaliteit zorg voor mensen met dementie. In zijn boek 'Dementia reconsidered: the person comes First' (1997) bundelt hij zijn kennis van 12 jaar onderzoek.

- mogelijkheden om autonomie te vergroten
- mogelijkheden om bewoners iets om handen te geven

Dit document nodigt uit om naar de maaltijd te kijken vanuit belevingsgerichte zorg en die zo aan te passen dat die maximaal aansluit op de behoeften van mensen met dementie. Deze handreiking is bedoeld voor verzorgenden, gastvrouwen, vrijwilligers en familieleden, die bewoners met dementie begeleiden bij het eten. Het bevat praktische voorbeelden, relevante vragen en aanbevelingen over: de ruimte, de materialen en over de communicatie over en weer tijdens het gebruik van de maaltijd

Deze handreiking kan, naast individuele bewustwording, gebruikt worden bij intervisie (evaluatie en kwaliteitszorg) en scholing. Daarnaast kan het een inspiratiebron zijn voor het formuleren van beleidsdoelen.

De handreiking gaat niet over de interventie verbeteren van de ambiance tijdens de maaltijden. Hierover is veel praktische informatie te vinden op www.zorgvoorbeter.nl. Het gaat ook niet over afwerend gedrag bij eten en drinken. Hiervoor wordt de richtlijn 'omgaan met afweergedrag van bewoners met dementie bij eten en drinken' aanbevolen.

Deze is te downloaden via www.transitiesinzorg.nl (/ouderen/afgeronde projecten).

De hoofdstukken van deze handreiking zijn gebaseerd op vijf fases waarin het gebruik van de maaltijd is onderverdeeld, te weten:

1. binnenkomen in de eetkamer (of eetgedeelte van de woonkamer)
2. voorbereiden van de maaltijd
3. starten van de maaltijd
4. eten van de maaltijd
5. afronden van de maaltijd

Iedere fase wordt in een vaste structuur besproken. Deze structuur kan gevold worden in een les of een workshop en kan flexibel ingezet worden. Niet alle onderdelen hoeven systematisch afgewerkt te worden. Het gaat om de volgende onderdelen:

Wat is het?

Onder dit kopje staat beschreven wat de activiteit inhoudt. Dit zou bijvoorbeeld in een powerpoint presentatie kunnen staan, zodat iedereen kan lezen waar het om gaat.

Casus

Elk hoofdstuk start met een korte casus. Dit is een selectie uit observaties uit het onderzoek, die samen een concreet beeld geven van een situatie tijdens het gebruik van de maaltijd. De casus nodigt uit tot vergelijking en beoordeling en is daarmee de eerste stap in de bewustwording. Maar er kunnen ook voorbeelden uit de praktijk aan de deelnemers van de Les of workshop worden gevraagd.

Vragen

Na de casus staat een vragen, die de lezer uitnodigen tot verdere bewustwording van het woonklimaat en van zijn eigen gewoontes in contact met de bewoner met dementie.

Behoefte en woonklimaat

Daarna staat beschreven welke behoeftes herkenbaar zijn in de situaties uit de casus en hoe je daarbij tijdens deze fase van de maaltijd kan aansluiten.

Uitspraken of gedachten

Om die behoeftes in de praktijk te herkennen zijn ter illustratie uitspraken of gedachten vanuit het perspectief van de bewoner beschreven. De deelnemers kunnen ook zelf voorbeelden aandragen

Tips

Het hoofdstuk wordt afgesloten met praktische tips voor verzorgende, gastvrouwen, familie of bezoek. Deze vormen een uitnodiging tot afweging en helpen de besluitvorming over wenselijke veranderingen in de dagelijkse praktijk. Bedenk wel: niet iedereen is hetzelfde. Zoek naar wat het beste bij iemand past.

De handreiking is tot stand gekomen op basis van een onderzoek met participerende observatie op een verpleeghuisafdeling tijdens de maaltijden. Achterin de handreiking staat een verantwoording van de methode van dit onderzoek.

1. Binnenkomen in de eetkamer

Wat is het?

De overgang van de gang of slaapkamer of zithoek naar de eetkamer of het eetgedeelte maken met het doel om te gaan eten. De manier waarop een bewoner de eetkamer binnenkomt, kan zijn stemming en gevoel beïnvloeden.

Casus

Meneer Valstar komt de eetkamer binnen en loopt langs de lege tafels. Hij pakt hier en daar een eetkamerstoel vast en gaat dan naar een andere tafel. Uiteindelijk bereikt hij de fauteuils in de woonkamer en gaat met een zucht zitten. Hij mompelt wat, kijkt voor zich uit en valt binnen enkele minuten in slaap.

Na een kwartier begint de dienst van de gastvrouw. Ze loopt naar meneer Valstar toe: 'Hallo, wakker worden', zegt ze luid en wrijft met haar hand over zijn schouder. 'U zit hier te slapen, dat is niet de bedoeling'. Meneer wordt moeilijk wakker. De gastvrouw zegt nogmaals: 'Hallo, kom staan dan geef ik u een arm'. Meneer Valstar kijkt haar aan en zegt na enig tijd: 'Waar gaan we naar toe dan?'

Mevrouw Stevens komt als eerste onderzoekend de eetkamer binnen: 'Is het hier?' vraagt ze in de ruimte. 'Ja, u bent hier goed' zegt de verzorgende. Ze draait zich om en vraagt aan de verzorgende in de keuken: 'Waar moet ik gaan zitten?'. 'Maakt niet uit.', antwoordt deze. Mevrouw Stevens drentelt wat rond en gaat zitten aan een van de vier gedekte tafels. Ze schuift de stoel verder aan en legt het bestek bij haar bord netjes recht. Ze kijkt vragend om zich heen en schuift haar bord iets van de tafelrand. Als meneer Rover binnenkomt staat ze snel op en vraagt: 'Moet u misschien hier zitten?'

Mevrouw van Rees komt samen met een verzorgende de huiskamer binnen: 'Zo, daar zijn we, goedemorgen allemaal', zegt de verzorgende terwijl ze mevrouw van Rees ondersteunt bij het lopen. 'Komt u hier maar zitten, de tafel is al voor u gedekt.' Als mevrouw zit, vraagt ze: 'Zal ik een vers kopje thee voor u inschenken?'. Mevrouw knikt instemmend. Ze schenkt de thee in en brengt het naar mevrouw. 'Alstublieft, ik ga uw kamer opruimen, eet smakelijk zo.' Mevrouw van Rees knikt en glimlacht. Even later pakt ze haar thee en neemt een slokje'. Als even later de gastvrouw arriveert, vraagt deze: 'Heeft u goed geslapen?'. Mevrouw van Rees kijkt verward op en zegt weifelend: 'ik.... heb net een lekker kopje thee gekregen?!'

Mevrouw van Karsten komt de huiskamer binnenlopen voor het ontbijt. 'Ah, daar hebben we mevrouw Karsten!, wat ziet u er weer mooi uit vanochtend', zegt de gastvrouw. Mevrouw lacht breeduit en zegt: 'Ja vind je het mooi, jij ziet er ook mooi uit vandaag'. De gastvrouw zegt: 'ja dat heb ik speciaal voor u gedaan'. 'Nou dat vind ik nou lief van je' zegt mevrouw. Ze legt haar hand op de schouder van de gastvrouw. 'Gaat u lekker zitten? Dan kom ik zo met de thee voor u'. Mevrouw gaat op de bank bij het aquarium zitten en kijkt tevreden voor zich uit.

Vragen

- Welke gegevens uit de casus helpen om de bewoner een voor hem prettige entree te maken in de kamer waar gegeten gaat worden.
- Welke dingen in jullie woonklimaat maken het voor de bewoner makkelijk om de ruimte waarin hij gaat eten als zodanig te herkennen?
- Wat maakt dat de bewoner zich op zijn gemak voelt bij binnenkomst in de eetkamer of eetgedeelte?

- Waar let je op om te beoordelen of de bewoner zich prettig voelt bij binnenkomst?
- Welke individuele verschillen kun je hierin onderscheiden?
- Hoe weet je wat de bewoner prettig of herkenbaar vindt?

Bij welke behoeften sluit dit aan?

Behoefte aan veiligheid en houvast

Het verlaten van de (slaap)kamer en het binnenkomen van de huiskamer, maakt dat de bewoner zich niet alleen onderweg moet oriënteren, maar ook bevestiging zoekt dat hij op de juiste plaats is aangekomen.

Allereerst is het belangrijk dat de bewoner algemene herkenningspunten in de ruimte vindt; dat kan bijvoorbeeld de kleur van de wand zijn, de naam van de huiskamer, het planbord of het uitzicht naar buiten.

De inrichting van de omgeving helpt de bewoner zich te oriënteren in wat er van hem verwacht wordt en wat hij kan verwachten. Het helpt hem bijvoorbeeld dat de tafels gedekt zijn of dat het naar eten ruikt, er mensen zitten die hij kent, er een klok hangt die de goede tijd aangeeft, er een dagplanning hangt van activiteiten en dat hij welkom geheten wordt. Als er meerdere identieke stoelen aan tafel staan of meerdere gedekte tafels zijn, kan de bewoner onzeker worden over waar hij kan gaan zitten.

Duidelijkheid helpt om onzekerheid en stress te voorkomen en geeft een gevoel van veiligheid. Minder stress maakt dat een bewoner beter gebruik kan maken van zijn mogelijkheden en beter tot oplossingen kan komen bij problemen tijdens het eten.

Behoefte aan positieve zelfwaardering/identiteit

Een bewoner met dementie leeft met veel onzekerheid over zijn handelen, maar ook over zijn identiteit. Als de bewoner met aandacht en persoonlijk welkom wordt geheten, bij zijn naam genoemd wordt en bijvoorbeeld een passend compliment krijgt over zijn gedrag of keuze, geeft dat hem een gevoel van waardering en erkenning.

Uitspraken of gedachten

Uitspraken waaruit blijkt dat de bewoner houvast vindt, zijn:

- *‘Ja, ik zie het, hier is het.’*
- *‘Hier kan ik gaan eten.’*
- *‘Hier word ik verwacht.’*
- *‘Dat is mijn plekje.’*

Uitspraken waaruit blijkt dat de bewoner zich gewaardeerd voelt, zijn:

- *‘Ik ben hier welkom’*
- *‘Ik ben de moeite waard’*
- *‘Ik zie er mooi uit’*
- *‘he fijn, ik ben netjes op tijd’*

Tips

Een bewoner met dementie zoekt bevestiging voor het gevoel ‘hier hoor ik, hier word ik verwacht, hier ga ik eten en ik mag er zijn’, het helpt hem om:

- iets herkenbaars te zien als hij vanuit de deuropening de ruimte in kijkt, bijvoorbeeld een kalender, dagplanning, een klok, de naam van de huiskamer of de tafelkleden die elke ochtend klaarliggen op de tafel.
- een bekend gezicht te zien bijvoorbeeld van de gastvrouw of medebewoners.
- welkom geheten te worden met de eigen naam; bijvoorbeeld ‘Goedemorgen, meneer van Vree.’

- iets positiefs en persoonlijks te horen; bijvoorbeeld 'Fijn dat u er bent.'
- te weten wat hij kan doen in de ruimte; bijvoorbeeld de geur van geroosterd brood en koffie of de vraag 'Heeft u al trek in het ontbijt?'
- te weten welke plaats voor hem is; bijvoorbeeld de bewoners hebben een vaste plaats aan tafel, er staan naamkaartjes bij de zitplaatsen op tafel.
- samen te bepalen welke herkenningspunten hem spontaan aanspreken. Leg ook vast welke dat zijn, zodat de bewoner hier door verschillende mensen aan herinnerd kan worden.
- begeleid te worden naar de ruimte waar gegeten wordt of dat er iemand aanwezig is die hem welkom kan heten.

2. Voorbereiden van de maaltijd

Wat is het?

Alle handelingen die door de medewerkers worden verricht om de maaltijd voor te bereiden, maar ook etensgeuren in de huiskamer en het geluid van deksels en pannen of het samen zitten wachten aan een gedekte tafel.

De aanloop tot het eten kan de bewoner duidelijkheid geven over wat er gaat gebeuren en mogelijk kan hij wat betekenen in de voorbereiding.

Casus

De klok van de kar voor het verwarmen van de maaltijd staat op 46 minuten. De bewoners zitten aan gedekte tafels. Het is stil in de huiskamer. De gastvrouw is druk met opruimen het klaarleggen van spullen in de keuken. Vijf bewoners volgen met hun ogen de handelingen van de gastvrouw. De andere bewoners kijken voor zich uit of zitten met hun ogen dicht. Mevrouw van der Tang hangt over de armleuning van haar rolstoel en kijkt langs de rugleuning naar de keuken.

Als de gastvrouw een ontbrekend glaasje water op tafel zet vraagt mevrouw Redel: 'Zuster wanneer gaan we eten?'. 'Zo meteen', antwoordt de gastvrouw. Mevrouw Redel zucht en pakt haar vork, bekijkt deze en legt hem weer neer. Het blijft stil in de huiskamer.

De activiteitenbegeleidster staat bij een tafel en vouwt de servetten, zij zegt: 'Kijk, ik ga weer mooie servetten maken'. De drie bewoners aan de tafel kijken naar haar en lachen: 'Ja, ja' zegt meneer Driel. 'Vindt u het mooi zo?' vraagt de activiteiten begeleidster: 'Ja keurig hoor, het lijkt wel een restaurant!' reageert meneer lachend.

De verzorgende zit aan tafel bij vier bewoners. Er wordt niet gesproken en iedereen kijkt wat om zich heen. Als een collega binnenkomt, praten ze met elkaar: 'hoe laat heb jij pauze?', 'ben net geweest' zegt de ander. 'Ik heb zo'n zin in een sigaretje, moet nog even wachten'. 'Ach, ga nu maar joh' zegt de collega, 'het is hier nu toch rustig'.

De gastvrouw is afwisselend bij de bewoners of met voorbereidingen van de warme maaltijd bezig. Aan tafel praat ze wat met de vier bewoners: 'We eten witlof vandaag'. Mevrouw Stevens zegt: 'Ik vind witlof lekker, lekker met een aardappeltje erbij'. Mevrouw Doels kijkt langs haar heen naar buiten. Mevrouw de Kruis knikt en glimlacht. Mevrouw van de Lans zegt: 'Nou geef mij maar bloemkool, ik hou niet van dat bittere spul'.

Vragen

- Wat voor ideeën krijg je als je bovenstaande impressies leest; wat spreekt je aan, wat herken je?
- Wat wordt er van de bewoner verwacht in de tijd tot het eten klaar staat op tafel?
- Hoe weet de bewoner hoe lang het nog duurt voor het etenstijd is?
- Hoe weet hij wat er gegeten wordt?
- Welke rituelen herken je in de dagelijkse voorbereiding op het eten op de afdeling?
- Welke kleine gesprekjes voor het eten sluiten aan bij de voorbereiding op het eten?
- Wat moet er allemaal gedaan worden voor er gegeten kan worden?
- Bij welke keuzes worden bewoners betrokken in de voorbereiding? Zijn er dingen waar bewoners zich graag mee bemoeien?
- Welke ideeën heb je over (kleine) dingen die de bewoner (samen met jou) zou kunnen doen in de voorbereiding op het eten?

Bij welke behoeftes sluit dit aan?

Behoeftes aan herkenning

De bewoner met dementie kan veelal zijn dag niet overzien, hij is onzeker over wat er gaat gebeuren. Vaak wacht hij af tot het voldoende duidelijk is wat er van hem verwacht wordt. Het eten is een terugkerende en herkenbare activiteit en geeft houvast in het verloop van de dag.

Bij de aanloop tot het eten zijn de geur, de tafel dekken, praten over het eten vertrouwde dingen, die duidelijk maken wat er gaat gebeuren. Betrokken zijn bij de voorbereiding helpt de bewoner in zijn oriëntatie en het begrijpen van de situatie. Zelf iets kunnen doen in de voorbereiding geeft hem het gevoel van samenwerken en kan een aanleiding zijn voor een complimentje.

Behoeftes aan het gevoel van thuishoren en warmte

Een rustige en overzichtelijke ruimte heeft een goede invloed op het welbevinden van de bewoner. Maar het kan ook te stil zijn en dan verliest de rust haar betekenis; de bewoner kan zich onveilig gaan voelen, zich terugtrekken of door te weinig prikkels in slaap vallen. Het is voor bewoners vaak moeilijk onderling tot een gesprek te komen. Reageren op personeel of bezoek is vaak wel mogelijk, zeker als diegene zich persoonlijk tot de bewoner richt en praat over dingen die bekend of tastbaar zijn. Samen even praten geeft een vertrouwd gevoel van thuishoren en warmte.

Behoeftes aan een ontspannen tempo

De voorbereidingen van de maaltijd vragen veel aandacht van de verzorgenden of gastvrouw. Niet altijd zijn alle spullen aanwezig en op sommige momenten moet er veel in korte tijd gebeuren (het eten moet wel warm op tafel komen). Soms geeft dit stress of wordt het werktempo verhoogt. Bewoners zijn gebaat bij een rustig tempo waarin ze de handelingen kunnen volgen en plaatsen. Dit geeft hen een gevoel van ontspanning en gemak.

Behoeftes aan samenwerken en betrokken zijn

Bij het voorbereiden van de maaltijd hoort een reeks van activiteiten, die de bewoner vaak jaar na jaar uitgevoerd heeft. Het lukt hem veelal niet om de hele activiteit zelfstandig uit te voeren, maar het kan mogelijk zijn om samen met de bewoner iets te doen. Een kleine eigen bijdrage aan de voorbereidingen en het samenwerken, kan een gevoel van tevredenheid geven en het gevoel van betrokkenheid vergroten. Kleine dingen kunnen van grote betekenis zijn in een dag waarin niet zo veel gebeurt en waar de bewoner zelf weinig invloed heeft. Vaardigheden die niet onderhouden worden slijten uit, als er een appel op vaardigheden wordt gedaan, worden deze beter onderhouden. Het gevoel dat zijn werk gewaardeerd wordt en het (kleine) resultaat er toe doet, maakt dat hij zich bevestigd voelt in zijn persoon.

Van belang is dat de bijdrage tot een positief resultaat leidt.

Het actief betrokken zijn en samenwerken kent verschillende gradaties: van een hele taak zelf doen, een hele taak onder begeleiding, een deeltaak uitvoeren, het laatste deel van een taak afmaken of juist alleen het begin van de taak doen, iets controleren of beslissen of betrekken door iets te vertellen over wat je aan het doen bent.

Uitspraken of gedachten

Uitspraken waaruit blijkt dat de bewoner een gevoel heeft van thuishoren en een ontspannen tempo ervaart, zijn:

- 'Ik kan op mijn gemak zitten, want er wordt voor mijn eten gezorgd.'
- 'Oh ik zie het, de warmhoudplaatjes worden al neergezet'
- 'He fijn, over eten kan ik altijd wel meepraten'
- 'Gezellig die zuster even aan onze tafel'

Uitspraken waaruit blijkt dat de bewoner zich betrokken en bevestigd voelt:

- *‘Geef dat bestek maar aan mij, ik leg het wel even neer’*
- *‘Zo, dat is voor elkaar’*
- *‘Zal ik even helpen met die kopjes?’*
- *‘De tafel ziet er prima uit zo’*

Tips

Een bewoner met dementie voelt zich veilig als hij betrokken is bij wat er gaat gebeuren, herkent wat er gebeurt en voelt zich bevestigd in zijn persoon als hij een kleine positieve bijdrage kan leveren. Het helpt hem als:

- de voorbereiding van de maaltijd tijdig, maar niet te vroeg start, zodat zijn aandacht niet verslapt en de voorbereiding betekenisvol is.
- in de wachttijd tot het eten de aandacht op een positieve manier op het komende eten wordt gericht bijvoorbeeld door:
 - te spreken over het menu, hoe de groente of vlees het lekkerste klaar te maken is, wat gerechten zijn uit het seizoen en hoe je de tafel mooi kunt dekken.
 - te zorgen dat het menu leesbaar of herkenbaar is door bijvoorbeeld een menukaartje op tafel of op een white board.
 - een vast ritueel te hebben in de aanloop tot het eten; bijvoorbeeld: aankondigen dat de kar met eten gehaald wordt, samen naar muziek luisteren, een lied zingen of iets uit de krant lezen, opruimen, tafels dekken, vragen of er nog iemand naar de wc wil, de deuren sluiten, een moment van stilte en elkaar een smakelijk eten wensen.
- hij in zijn eigen tempo kan helpen met een deelhandeling; bijvoorbeeld de bewoner te vragen te helpen bij het netjes leggen of oppoetsen van zijn/het bestek, meelopen met het halen van de kar, de muziek uitzetten of bijvoorbeeld het menu voor te lezen aan zijn tafelgenoten of het voorgaan in het gebed.
- hij een taak of deeltaak uitvoert die hij goed beheerst, zodat hij deze tot een goed einde kan brengen.
- de handeling betekenis heeft voor hem, leuk, zinvol of herkenbaar.
- hij kan meedenken over de voorbereiding, bijvoorbeeld: helpen controleren of alles op tafel staat, de kleur van het servet kiezen of de tijd in de gaten houden tot het eten uitgeserveerd kan worden.
- de tafel overzichtelijk gedekt is met de noodzakelijke herkenbare spullen.
- er in ontspannen tempo wordt gewerkt in de voorbereiding.
- hij concreet hoort wanneer de maaltijd begint: ‘we eten om half 1’ of ‘over ‘10 minuten’ en hij een klok of horloge kan zien.

3. Start van de maaltijd

Wat is het?

Bij de overgang van de voorbereiding naar het eten een duidelijk (gezamenlijk) begin maken, een startsein geven, iemand op weg helpen, in beweging zetten.

Casus

Mevrouw van Geest wordt door de verzorgende binnengebracht en aan tafel geholpen. Bijna direct komt de gastvrouw naar haar toe en vraagt: 'Heeft u trek in een boterham?'. 'Ja', zegt mevrouw van Geest. 'Wilt u hagelslag of jam?' De gastvrouw begrijpt dat ze jam wil. De boterham wordt klaargemaakt in de keuken en in stukjes gesneden. Het bord wordt voor mevrouw van Geel neergezet. De gastvrouw zegt: 'Dit is een boterham met abrikozenjam' en geeft haar de vork aan met een stukje brood daaraan. 'Lukt het zo?' vraagt de gastvrouw. Mevrouw van Geest begint zwijgend met eten.

Meneer Engelburg zit stil op zijn stoel en staart voor zich uit. De gastvrouw vraagt: 'Zal ik voor u een lekker beetje pap maken?'. Meneer Engelburg kijkt haar aan, maar reageert verder niet op haar vraag. De gastvrouw wacht even legt haar hand op zijn schouder en vraagt: 'Vind u het goed dat ik pap voor u maak?'. Als meneer niet reageert, gaat de gastvrouw naar de keuken en maakt de pap. Ze gaat naast hem op het krukje zitten: 'Meneer Engelburg, goedemorgen, hier lekkere pap voor u, neemt u maar een hap'. Hij kijkt haar aan. De gastvrouw houdt de lepel bij zijn mond, maar meneer draait zijn hoofd weer van haar af. 'vandaag niet zo'n goede dag', mompelt de gastvrouw en ze loopt naar de keuken om thee in te schenken voor mevrouw Groen.

Na tien minuten komt de gastvrouw weer naast meneer Engelburg zitten. 'Hallo, Meneer Engelburg' zegt ze met een aanmoedigende lach, 'kom de pap is precies goed om te eten, ik help u even, alstublieft'. Hij eet soepel de pap van de lepel en eet vervolgens het bakje met begeleiding leeg.

De ene dag wordt mevrouw Hamel van begin tot eind geholpen met eten. Ze zit er ontspannen bij en eet spontaan alles wat haar aangeboden wordt. Op een andere dag zit mevrouw Hamel aan tafel en krijgt zij van de gastvrouw de spullen voor het ontbijt en smeert ze zelf een boterham die zij dubbelgevouwen op eet.

Bij het warme eten en avondmaaltijd starten de bewoners min of meer tegelijkertijd. Bij het ontbijt worden bewoners geholpen als ze de eetkamer binnenkomen. Een bewoner die voor negen uur –de start van de dienst van de gastvrouw- binnenkomt krijgt wat te eten en drinken van de verzorgende die hem binnenbrengt.

De gastvrouw begint om negen uur het ontbijt voor te bereiden. Er zitten vier bewoners in aan tafel Ze kijken voor zich uit of zitten met hun ogen dicht. De gastvrouw doet afgepast brood voor elke bewoner die aan tafel zit in mandjes en zet deze klaar op tafel. 'Alstublieft' zegt ze. Ze ziet dat er geen jam is en gaat de huiskamer uit om dat te halen. Na enkele minuten komt ze de huiskamer binnenlopen met de jam. De bewoners zijn stil blijven zitten. Als de gastvrouw pap wil maken voor mevrouw van Rees, blijkt de pap op te zijn. Ze zegt al lopend: 'ik ga even pap halen hoor' en gaat de huiskamer uit. Niemand reageert.

Bij het opscheppen van de warme maaltijd vraagt de gastvrouw of mevrouw Bal witlof of spinazie wil eten. Mevrouw Bal brabbelt wat en kijkt naar de andere dames aan tafel. 'Mevrouw Bal waar heeft u trek in? Witlof of liever spinazie?'. Mevrouw kijkt haar vragend aan en lacht. 'Wilt u de witte of de groene?', 'Groene' antwoordt ze.

Vragen

- ° Hoe zou het woonklimaat de bewoner kunnen uitnodigen spontaan te starten met eten?
- ° Hoe zou je bewoners het gevoel kunnen geven van eten als een gezamenlijke activiteit?

Bij welke behoefte sluit dit aan?

Behoeftte aan verbondenheid

Eten heeft naast voedselinname een sociale functie; met z'n allen aan tafel met hetzelfde bezig zijn, schept een gevoel van erbij horen en gezamenlijkheid of verbondenheid. Dit gevoel kan versterkt worden door een gezamenlijke start van de maaltijd en het benadrukken van de beslotenheid door deuren te sluiten.

Behoeftte aan zelfwaardering

Voor een bewoner met dementie kan het moeilijk zijn te starten met het eten. Dit kan verschillende oorzaken hebben: niet willen eten, niet snappen hoe te eten, niet kunnen eten. In alle gevallen kan dit stress of een gevoel van falen veroorzaken.

Behoeftte aan genieten, zin in eten, eetlust opwekken

Een andere reden om niet te gaan eten kan een gebrek aan eetlust zijn. Eetlust kan sterker worden als er voldoende tijd tussen twee maaltijden zit of de eetlust opgewekt wordt door lichamelijke activiteit of andersoortige stimulans. Er is enig bewijs dat een aquarium bij de tafel in de ruimte de eetlust opwekt.

Behoeftte aan permanente stimulans

De gastvrouw of verzorgende heeft een belangrijke rol in het faciliteren van het eten, als zij niet aanwezig is missen de bewoners stimulans om te gaan eten. Ook wordt er nauwelijks gesproken als zijer niet is en is er geen toezicht om eventuele problemen te voorkomen.

Behoeftte aan autonomie

Het voorleggen van keuzes aan de bewoner geeft hem het gevoel van samenwerken en een gerespecteerde partner in het gesprek te zijn. Het maakt hem betrokken bij wat er gaat gebeuren en versterkt het gevoel invloed te kunnen uitoefenen op de wereld om hem heen. Aangezien kiezen een lastig proces is, helpt het om te variëren in soorten vragen van open vraag tot het vragen en instemming voor een voorgestelde keuze.

Tips

Een bewoner met dementie voelt zich beter als hij veiligheid en geborgenheid ervaart in een situatie met anderen en waar duidelijk is wat er hij moet en kan gaan doen. Het helpt hem als: Deze zin telkens aanpassen aan boven beschreven behoeften

- hij contact maakt met de mensen aan tafel, door bijvoorbeeld de namen te noemen als het eten opgediend wordt en alle de bewoners samen een prettige maaltijd te wensen.
- de deur naar de gang is dicht is, zodat er een besloten sfeer ontstaat en binnenkomers zich aanpassen aan de heersende sfeer. meer uitleg?
- hij goed en prettig aan tafel zit, dat wil zeggen op een plaats die hij fijn vindt en op een manier die hem gelegenheid geeft ontspannen en netjes te eten. is al eerder behandeld
- hij geen uitnodiging ervaart om te beginnen met eten dat gerespecteerd wordt en de mogelijkheid te starten met de maaltijd meerdere keren aangeboden wordt.
- er met aandacht gezocht wordt naar redenen van het niet starten met het eten.
- hij hulp op maat krijgt. Leg uit
- hij een tijdje niet gegeten heeft, bewogen heeft of voor het eten kijkt naar het aquarium in de huiskamer

- de gastvrouw niet weg hoeft te lopen voor voorraad die op is.

4. Eten van de maaltijd

Wat is het?

Gezamenlijk aan tafel zitten en het eten (warm) opeten in een gezellige sfeer zonder verstoringen van buiten af, waarbij iedereen zoveel mogelijk zelf doet en voldoende eet.

Casus

Het vlees (schnitzel) wordt uitgedeeld door de verzorgende. 'Hier een lekker stukje vlees voor u'. Meneer de Boer pakt hij het vlees op en probeert er een hap van te nemen het lukt hem niet een stuk van zijn vlees te happen. 'He', zegt hij licht geïrriteerd. Hij legt het vlees weer terug en kijkt vragend om zich heen. Later voelt hij met zijn hand boven zijn eten, 'Het is helemaal koud' zegt hij teleurgesteld.

Mevrouw Groen loopt naar de tafel, ze gaat zitten zonder de leuning te pakken en zakt schuin in haar stoel. Ze wordt geholpen met aanschuiven, maar er blijft nog een behoorlijke ruimte tussen haar lichaam en de tafel. Als ze eet moet ze een flink stuk over haar schoot overbruggen. Er valt wat eten op haar schoot dat ze zelf op probeert te ruimen. Het lukt haar niet. Ze kijkt af en toe rond maar zegt niets.

Van elk stukje brood dat mevrouw van Dongen in haar mond steekt, pakt zij een klein stukje weer uit haar mond en draait dit in een soort balletje en legt de balletjes in een rijtje op de rand van het bord. De gastvrouw ziet het als ze afruimt en vraagt: 'Heeft u genoeg gegeten?'.

Meneer van Zijl wil zijn koffie drinken, hij probeert verschillende dingen uit, maar het lukt hem niet te drinken. Dan schenkt hij de koffie op het schoteltje en schept met zijn lepeltje kleine beetjes koffie op. Hij maakt het schoteltje leeg en legt de lepel erop als hij klaar is.

Mevrouw van der Stelle zit in een rolstoel in het zitgedeelte van de huiskamer. Ze eet met haar handen en knoeit veel op haar grote servet. Op haar gezicht kleven etensresten en tijdens het kauwen doet ze telkens haar mond ver open. Als haar bord en beker leeg is zet ze deze opzij en smakt tevreden nog wat na.

Mevrouw van Leeuwen heeft een boterham met kaas voor zich liggen, hij is in kleine stukjes gesneden. Ze pakt haar vork op, bekijkt hem, legt hem weer neer en draait haar bord. De gastvrouw geeft haar de vork in de hand en begeleidt de beweging naar haar mond, 'zo, dan gaat het goed, kunt u het nu zelf weer?'. De situatie herhaalt zich nog twee keer. Later vraagt de gastvrouw nonverbaal door haar aan te kijken en een eetbeweging met haar hand te maken of mevrouw nog een stukje brood neemt. Mevrouw van Leeuwen pakt het stukje brood en eet dit op. Ze legt haar vork naast haar bord.

Mevrouw Boelens eet zelf haar warme eten. Soms heeft ze haar bestek niet goed vast, waardoor het eten van haar vork of lepel glijdt. De verzorgende zegt: 'Wat bent u weer hard aan het werk mevrouw Boelens, goed hoor. Het is zo wel heel lastig voor u, zal ik u even helpen?'. Ze draait de vork in de goede richting en helpt mevrouw met de beweging naar het bord: 'oh, u wilt het zelf doen, groot gelijk. Als het moeilijk gaat kom ik u weer helpen hoor'.

Mevrouw van Wees zit scheef op haar stoel en heeft een bord met rand zodat zij haar eten goed op haar vork kan krijgen en dat het eten niet op haar rolstoel valt. Dit bord staat

verkeerd om; het bord staat met de rand van haar af. De verzorgende tilt haar iets omhoog en zegt tegelijkertijd 'Komt u eens dicht bij de tafel zitten, anders knoeit u zo!'.

Vragen:

- Hoe kun je zorgen voor een gezellige sfeer tijdens het eten?
- Hoe kun je ervoor zorgen dat bewoners zoveel mogelijk zelf eten?
- Hoe kun je ervoor zorgen dat iedereen aan tafel blijft zitten?
- Hoe zorg je voor zo min mogelijk verstoringen van buiten af?
- Hoe zorg je dat iedereen voldoende binnen krijgt?

Bij welke behoeftes sluit dit aan?

Behoefte aan in staat stellen, ondersteuning en bevestiging

Voor de bewoner met dementie lukt het soms niet om zo te eten als hij gewend is of kan hij niet het hoofd bieden aan problemen die hij tegenkomt. Dit kan leiden tot frustratie, teleurstelling en gevoel van falen en eenzaamheid. Ingrijpen is op zo'n moment heel wenselijk, omdat hij ondersteuning, hulp of troost nodig heeft.

Het kan zijn dat de bewoner zelf spontaan een oplossing voor het probleem vindt. Soms is deze onconventioneel, maar wel effectief. Ingrijpen in de situatie kan de spontane handelingswijze van de bewoner afkappen en hem ontmoedigen of het gevoel geven afgewezen te worden. Evenals het afwijzen van de gevonden oplossing en het opleggen van de meest voor de hand liggende handelingswijze. Het helpt hem om waardering te voelen voor zijn eigen oplossing en zelfstandigheid en hulp te krijgen bij dat wat hij niet op een bevredigende manier voor elkaar kan krijgen. Het geven van complimenten heeft een versterkende invloed op het gevoel van eigenwaarde en vormt een stimulans om gedrag voort te zetten en initiatief te blijven nemen.

De mogelijkheden van de bewoner met dementie kunnen verschillen per dag. Op dagen dat het eten niet makkelijk gaat is er veel hulp nodig, maar dat kan een volgende dag verrassend anders zijn. De bewoner voelt zich gesteund door hulp als hij het niet kan en bevestigd in zijn kunnen en persoon als hij het zelf kan en daar gelegenheid voor krijgt.

Behoefte aan autonomie of afhankelijkheid

Om een goed te kunnen eten op een ontspannen manier met zo min mogelijk kans op knoeien, is een goede houding van groot belang. Niet in balans zitten betekent niet in balans eten. Dit vergroot de kans op een gespannen lichaamshouding, onnodig knoeien en daarmee meer onzekerheid, ongemak of schaamte.

Behoefte aan stimulans

De omgeving kan de bewoner stimuleren om door te gaan met eten, dit kan door anderen te zien eten, hulp of aanmoediging te krijgen (verbaal of non-verbaal) op momenten, dat het nodig is. Ook ongestoord kunnen eten op een manier die vanzelfsprekend is voor de bewoner kan stimulerend zijn.

Tips

Respect en waardering voor wat de bewoner voor wie hij is en wat hij kan is belangrijk voor de bewoner met dementie om initiatief te blijven nemen tijdens het eten, evenals goede materialen en hulp bij dingen die hij niet kan. Hij heeft dan ook baat bij:

- ruimte om zelf oplossingen te bedenken en respect voor zijn oplossing als deze niet gevaarlijk is en
- waardering als de oplossing hem zelfstandig maakt.
- alertheid van het personeel op mogelijkheden en frustratie van de bewoner, dit is beter

te realiseren als de zorg voor bewoners tijdens het eten over meerdere personen is verdeeld.

- een plaats heeft waar de bewoner zich goed voelt tijdens het eten
- complimentjes over (kleine) dingen die goed gaan.
- een gradatie in keuze mogelijkheid van: open vraag, meerkeuze vraag tot gesloten vraag of voorstel
- als bij alle verzorgende bekend is welk hulpmiddel of methode helpt om zelfstandig of prettig te eten. enkele hulpmiddelen noemen?
- als er gerichte aandacht wordt gegeven aan wat niet meer lukt of onprettig is tijdens het eten en deskundigen, zoals een dietiste of logopediste tijdig worden ingeschakeld.
- de deuren van de huiskamer naar de gang gesloten zijn zodat personeel en vrijwilligers niet zomaar binnenlopen.

5. Afronden van de maaltijd

Wat is het?

Een duidelijk (gezamenlijk) einde maken aan de maaltijd, zodat de overgang naar een andere activiteit voor de bewoners duidelijk is.

Casus

Meneer Gevers heeft geen boterham meer op zijn bord liggen en kijkt voor zich uit. De gastvrouw haalt rustig zijn bord en bestek weg. Het glas en het kopje blijven staan, beiden zijn leeg.

Mevrouw Everts heeft haar bord leeg gegeten, veegt haar mond af met het servet en maakt aanstalten om op te staan. 'Mevrouw Everts, blijf nog even zitten, dat is zo gezellig voor ons, u kunt van tafel als de andere dames ook uitgeeten zijn. Wilt u misschien nog wat water?'

Vragen

- ° Wat zijn manieren om een maaltijd gezamenlijk te beëindigen?
- ° Hoe kun je ervoor zorgen dat iedereen die klaar is met eten blijft zitten?
- ° Welke manieren zijn er om gezellig na te tafelen?
- ° Hoe kunnen bewoners helpen bij het afronden van de maaltijd?
- ° Wat zou een creatieve oplossing kunnen zijn voor een groot verschil in tempo van eten en toch het gevoel van samen eten te ondersteunen?

Bij welke behoeftes sluit dit aan?

Behoeftes aan duidelijkheid

Net zo goed als het starten van de maaltijd duidelijkheid geeft aan de bewoner met dementie, is ook het afronden van de maaltijd een belangrijk ijkpunt voor hem. Als de maaltijd klaar is weet hij dat hij in principe van tafel kan of niet meer aan tafel zit om te eten. Als het duidelijk is wanneer het eten afgerond is, is het ook duidelijker wanneer het nog niet gewenst is dat de bewoner van tafel gaat.

Behoeftes aan verbondenheid

Het gevoel van samenzijn wordt ondersteund door gezamenlijke afronding van het eten.

Behoeftes aan genieten

Genieten kan bevorderd worden door op een gezellige manier na te tafelen.

Behoeftes aan in staat stellen, ondersteuning en bevestiging

Door bewoners in te schakelen bij kleine onderdelen van het afruimen wordt hun gevoel van eigenwaarde versterkt. Door hen te bedanken voor de hulp ook.

Tips

Voor de bewoner met dementie is het prettig te weten dat de maaltijd afgelopen is, het geeft rust te weten wat er van hem verwacht wordt, het helpt hem om:

- De tafel na het ontbijt geheel af te ruimen en indien passend, bijvoorbeeld een tijdschrift

of een foto neer te leggen of hem te begeleiden naar het zitgedeelte van de woonkamer.

- Het eten af te ronden door bijvoorbeeld te vragen; 'Bent u klaar met eten', 'Heeft u genoeg gegeten' of 'Ik ruim uw ontbijtspullen op, is dat goed'
- De bewoner de kans te bieden te helpen bij het afruimen van de tafel en de afwas.

Verantwoording

Vanuit de Kenniskring Transitie in Zorg van de Hogeschool Rotterdam (TiZ) is onderzoek gedaan naar de manier waarop het woonklimaat tijdens het eten aansluit bij de wensen en behoefte van mensen met dementie. Het onderzoek is uitgevoerd door Ellen Roest, onder supervisie van Jacomine de Lange (lector TiZ) en in samenwerking met Sabine Feelders en Sabrina Riemsdijk, twee vierdejaars studenten van de opleiding ergotherapie, die hun afstudeerproject gewijd hebben aan dit onderzoek.

In samenwerking met de Frankelandgroep, locatie Schiedam is gedurende twee maanden participerende *observatie* uitgevoerd tijdens het ontbijt, het middag- en avondeten op een psychogeriatrische afdeling. In totaal hebben 27 observaties plaatsgevonden. De observaties zijn letterlijk chronologisch uitgeschreven en gecodeerd. Tekstfragmenten met dezelfde code zijn met elkaar vergeleken volgens de methode van constante vergelijking (Boeije, 2005). Op die manier hebben we per fase van de maaltijd de behoeften van mensen met dementie onderscheiden en manieren om daaraan tegemoet te komen.

De resultaten zijn besproken met het zorgteam van de afdeling en met familieleden van bewoners van de afdeling. De uitkomsten en ervaringen zijn verwerkt in deze handreiking.

De Frankelandgroep, locatie Schiedam is een modern grootschalig verpleeghuis. De zorgvisie wordt samengevat in 'zo gewoon mogelijk', hierin speelt een veilige en vertrouwde omgeving, respect voor de eigenheid van de bewoner en nadruk op de mogelijkheden een belangrijke rol.

De maaltijden vinden plaats in de eetkamer, die grenst aan de woonkamer. Sommige bewoners eten op hun kamer, deze zijn niet betrokken in de observatie.

Elke huiskamer heeft een open keuken met een aanrecht, elektrische kookplaat, magnetron koelkast en vaatwasser. Alle tafelbenodigdheden (zoals servies, bestek, tafelkleden) en etenswaar (brood, zoetbeleg, beschuit, etc.) bevinden zich in de keukenkastjes. Thee, koffie en pap klaargemaakt in de keuken.

Per huiskamer is er een gastvrouw aanwezig van 9.00 tot 13.00 uur, zij zorgt voor het eten den drinken begeleidt de bewoners hierbij en draagt zorg voor een huiselijke sfeer. Tijdens de middagmaaltijd wordt zij ondersteund door enkele verzorgenden en vrijwilligers. Bij het avondeten is er afwisselend een gastvrouw of een verzorgende die het eten organiseert en begeleidt.

Er wordt gegeten aan kleine tafels die gedekt zijn met tafelkleden en er wordt gebruik gemaakt van stoffen servetten. De bewoners hebben een vaste plaats aan tafel; deze verandert na overleg met het afdelingshoofd als de indeling het prettig en rustig eten verstoort.

Het warme eten wordt in de keuken door de gastvrouw in dekschalen geschept en op tafel op warmhoudplaatjes gezet. De bewoner heeft keuze uit twee groentes en veelal twee bijgerechten. Aan tafel wordt het eten in overleg met de bewoner door een verzorgende opgeschept. Het aanwezige personeel verdeelt zich tijdens het eten over de tafels, waarbij veelal wordt gekeken naar de hulp die bewoners nodig hebben. Soms heeft het aan tafel zitten alleen een sociale functie.

Voor de broodmaaltijd is er een ruime keuze, zowel in eten als drinken. Voor elke bewoner worden de gewenste benodigdheden (al dan niet klaargemaakt) op tafel gezet. Uit hygiënisch oogpunt wordt boter en beleg in individuele porties gegeven.

Eens in de maand vindt er een kookactiviteit plaats onder leiding van een activiteiten begeleider. In het onderzoek is het gebruiken van een zelfbereide maaltijd wel opgenomen, het zelf bereiden is niet geobserveerd.