



## Hoe herken ik vergeetachtigheid en dementie?

Bij het ouder worden kunnen ouderen te maken krijgen met vergeetachtigheid of dementie (bijvoorbeeld Alzheimer). Het is belangrijk dat de signalen van dementie zo vroeg mogelijk herkend worden. Zo kan de juiste zorg en hulp worden geboden aan de oudere en zijn familie.

In deze folder vindt u informatie over hoe u dementie kunt herkennen en bij wie u terecht kunt voor advies of hulp.

[Project 'migranten met vergeetachtigheid of dementie en hun familie'](#)

# Signalen bij (migranten)ouderen

## Wanneer contact opnemen met de huisarts of het kernteam?

Onderstaande signalen komen bij veel mensen voor. Er hoeft dan niet altijd iets ernstigs te zijn. Maar als u zich zorgen maakt en u herkent **meerdere signalen** die **vaak** voorkomen, dan is het belangrijk om hulp te zoeken.



## Geheugen / vergeetachtigheid

- Vergeetachtig en/of verward zijn.
- Spullen kwijt zijn of op vreemde plaatsen terugvinden, bijvoorbeeld huissleutels in de ijskast.
- De weg niet meer weten: eigen huis niet meer kunnen vinden.
- Afspraken vergeten. Veel te vroeg of veel te laat op een afspraak komen.
- Steeds hetzelfde verhaal vertellen, alleen over het verleden praten.
- Recente gesprekken of gebeurtenissen vergeten.
- Medicijnen niet of verkeerd innemen.
- Vergeten dat je net hebt gegeten of vergeten dat je nog moet eten.
- Minder besef van tijd hebben. Niet meer weten welke dag het is. Op andere tijden willen eten en slapen. In de nacht op straat lopen.
- Steeds naar dezelfde persoon of instantie gaan om iets te regelen waarvoor je al eerder bent geweest, zoals vragen om uitleg van dezelfde brief.



## Dagelijks functioneren en activiteiten

- Problemen met geld en administratie: niet meer weten hoe contant of met pinpas te betalen. Brieven niet meer lezen of begrijpen.
- Problemen met autorijden, reizen met bus, tram of metro.
- Zich niet meer goed kunnen verzorgen. Kleding dragen die niet bij elkaar past, of vuil is. Zich niet meer scheren of naar de kapper gaan. In pyjama of op pantoffels naar buiten gaan.
- Ruimtes in huis niet meer herkennen.
- Huishoudelijke taken niet meer goed kunnen uitvoeren, zoals een maaltijd klaarmaken of niet meer weten hoe wasmachine, fornuis of tv werken.
- Huis is niet meer schoon.
- Boodschappen niet meer goed kunnen doen. Ijskast is leeg, er is teveel van hetzelfde eten gekocht, of het is oud/beschimmeld.
- Niet meer weten hoe en wanneer te bidden.



## Veranderingen gedrag en karakter

- Zich terugtrekken in huis. Niet meer naar de moskee, kerk, markt willen of naar andere activiteiten buiten de deur.
- Dingen niet meer leuk vinden of willen doen.
- Rusteloos zijn. Steeds opstaan en heen en weer lopen, willen opruimen, het licht aan en uit willen doen of naar buiten willen.
- Ander gedrag gaan vertonen. Snel boos, agressief, angstig of verdrietig worden. Achterdochtig zijn. Bijvoorbeeld ergens geld of spullen opbergen en denken dat het is gestolen.
- Lelijke, ongepaste of slechte dingen zeggen of doen bij een ander.
- Geen gevoel voor schaamte hebben: zich sociaal onwenselijk gedragen.
- Onzeker worden of afhankelijk gedrag vertonen. In huis steeds achter de partner aanlopen.
- Dingen zien die er niet zijn (hallucinaties), bijvoorbeeld een beest in de douche of iemand zien die er niet is.



## Taal / land van herkomst

- Gesprekken moeilijk kunnen volgen. Ander antwoord geven op een vraag, niet meer meedoen in een gesprek met meerdere mensen
- Niet of slecht op woorden of namen kunnen komen.
- Een taal niet meer kunnen spreken zoals het Nederlands, Turks, Marokkaans, Papiaments of Kaapverdisch.
- Terug willen naar het geboorteland. Bij aankomst familie of bekenden niet herkennen of zich niet thuis voelen.



## Zorg en ondersteuning

- Geen hulp willen accepteren.
- Aangeven dat er helemaal niets aan de hand is.
- Alleen hulp zoeken voor lichamelijke klachten (bij de huisarts). Op zoek naar medicatie.

## Advies of hulp nodig?

Bent u de partner of een familielid van een oudere met vergeetachtigheid of dementie? Dan kunt u voor hulp terecht bij de huisarts.

Bent u partner, familielid, kennis, vrijwilliger, buurvrouw of buurman van de oudere? Dan kunt u voor meer informatie en advies ook contact opnemen met een professional van een kernteam voor oudere migranten met vergeetachtigheid of dementie en mantelzorgers in Feijenoord of Delfshaven.

U kunt de kernteams maandag tot en met vrijdag bellen tussen 14.00 en 17.00 uur. U kunt ook een bericht inspreken of een e-mail sturen. Telefoonnummers en e-mailadressen vindt u hieronder:

### Kernteam migranten en dementie Feijenoord

Telefoonnummer: 010 2618185

E-mailadres: [feijenoord@projectomd.nl](mailto:feijenoord@projectomd.nl)

### Kernteam migranten en dementie Delfshaven

Telefoonnummer: 010 2618184

E-mailadres: [delfshaven@projectomd.nl](mailto:delfshaven@projectomd.nl)

Een professional van het kernteam zal binnen 2 werkdagen contact met u opnemen en u verder helpen.

## Meer informatie nodig ?

Video's in verschillende talen vindt u op de volgende website:

<https://signaleren.alzheimer-nederland.nl/>

Folders in verschillende talen vindt u op de volgende website:

<https://www.alzheimer-nederland.nl/presskit-signaleren>



---

## Samenwerkingsproject

Ook dank aan Wmo Radar en Humanitas voor hun bijdrage



## Gefinancierd door

