



centrum voor
consultatie en
expertise

samen zoeken
nieuw perspectief
cce.nl

Slaapproblemen bij ouderen met dementie

Gerben v.d. Heide: Psycholoog

Joke Snoeren: Eerst verantwoordelijk verzorgende

Landelijke Dag Waardigheid & Trots 4 juni 2019



centrum voor
consultatie en
expertise

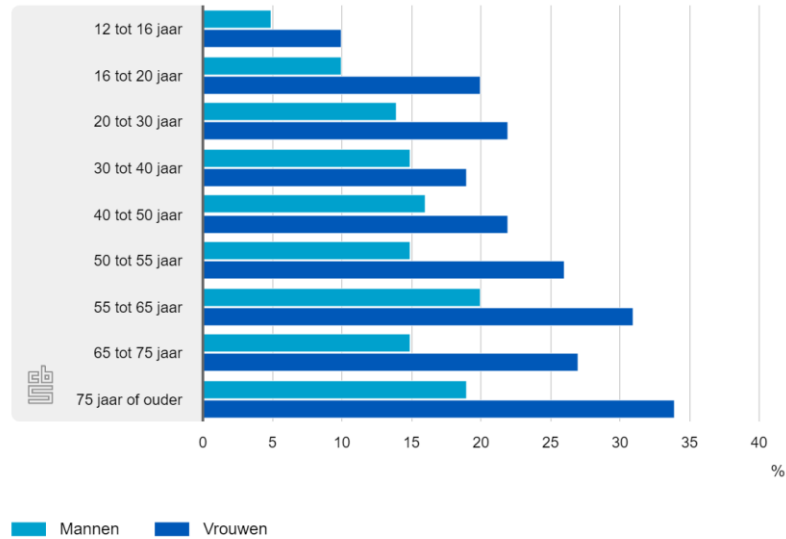
samen zoeken
nieuw perspectief
cce.nl

Waar gaan we het over hebben?

- Slaapproblemen bij dementie
- Casus
- CCE Traject

Frequentie

Slaapproblemen, leeftijd, geslacht, 2017



Bron: CBS, 2018.

Gevolgen

- **Lichamelijke problematiek**
- **Stemmingsproblemen**
- **Onrust en agitatie**



Casus



Anamnese

- Slaapprobleem
- Onrust
- Wanhoop nachtdienst



Wat valt jullie op?



CCE-Traject

Onderzoeksfase:

- Acti-watch (slaapmeting)
- Observaties op de afdeling
- Voorgeschiedenis
- Medisch onderzoek

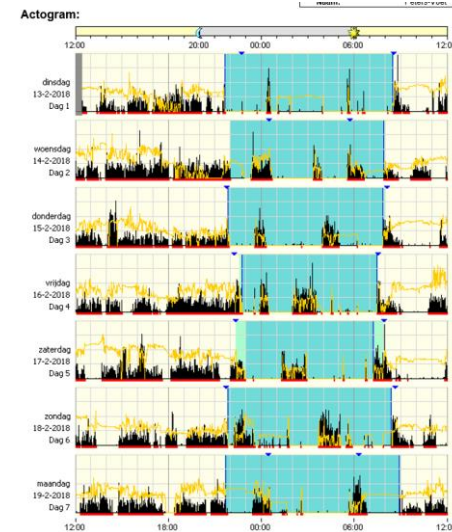
Hoe zouden jullie dit aanpakken?



Wat zagen we?

- Een verstoord slaapritme
- Passende benadering
- Een angstige persoonlijkheid

Vitamine D tekort



Advies slaapdeskundige

- Vitamine D
- Licht (kamer en omgeving)
- Geuren
- Posey bed
- Somox kussen
- Haptonomie/handmassage
- Stoppen slaapmedicatie



Stappenplan

- Signaleringsplan
- Rust in kamer
- Benadering
- Nabijheid/andere kamer



Traject

- Licht kamer/gangen/woonkamer
- Dagelijks Vitamine D
- Geuren (rozengeur/lavendel)
- Rust in kamer (vanuit bed)
- Benadering
Ron methode (non verbaal)
Gewoontes (opruimen)
- Handmassage (workshop)



Stoppen slaapmedicatie

- Vervangen door paracetamol vanwege ritueel



**Hadden we nog meer
kunnen doen?**



Wat hebben we bereikt?

- **Kwaliteit van slaap verbeterd**
- **Mw. leren kennen**
- **Signalen herkennen (moe/hulpvraag)**
- **Verminderde heftigheid van gedrag**
- **Minder wanhoop in de nacht**

Wat neem je mee?

- Breed kijken
- Licht
- Rust
- Levensloop en persoonlijkheid
- Benadering
- Geuren
- Domotica



Zijn er nog vragen?

Bedankt voor jullie aandacht!

