



## Veiligheid in huis

Verzorgers van mensen met dementie moeten een evenwicht zien te vinden tussen bescherming van de patiënt tegen gevaar en het stimuleren van zijn onafhankelijkheid. Vergeet niet dat ook mensen met een beginnende dementie soms niet meer kunnen beoordelen of iets gevaarlijk is. Daarbij zijn dementiepatiënten vaak op een leeftijd dat zij een groter risico lopen op ongevallen in huis, omdat evenwichtsgevoel en reactiesnelheid verminderen bij het ouder worden en lichamelijke handicaps vaker optreden.

### In de Informatievenserie *Omgaan met dementie* zijn ook verschenen:

- Activiteiten voor dementerenden
- Agressief gedrag
- Autorijden en dementie
- Doorliggen
- Dwaalgedrag
- In gesprek met een dementerende
- Incontinentie
- Intimiteit en seksualiteit
- Na de diagnose
- Veilig koken
- Verdriet om dementie
- Wassen en baden

### Andere Informatievenseries:

- Algemeen
- Hulp bij dementie
- Informatie in andere talen
- Medicijnen
- Verschijnselen
- Ziektebeelden

U kunt de persoon met dementie natuurlijk niet van minuut tot minuut in de gaten houden, en misschien moet u accepteren dat er zo nu en dan iets misgaat. Wel kunt u een aantal voorzorgsmaatregelen nemen:

### Vallen

Ouderen vallen nogal eens. Kijk het huis na op allerlei zaken die een val kunnen veroorzaken, zoals losse kleden en matjes, kapotte traproeden, gladde vloeren, wankel meubilair, snoeren op de grond, enz.

### Verlichting

Slechte verlichting kan de verwarring en de kans op ongelukken vergroten. Vooral in de slaapkamer, de keuken, de badkamer, de wc, op de trap en de overloop is goede verlichting belangrijk. Als de persoon met dementie de neiging heeft 's nachts op te staan, kunt u een lampje in de slaapkamer en op de gang laten branden.

### Houvast

Een leuning aan weerszijden van de trap en handgrepen bij het bad en de wc, vergroten het gevoel van veiligheid.

### Gevaarlijke stoffen

Zorg er voor dat alle medicijnen achter slot worden opgeborgen, en zie er op toe dat de patiënt voorgeschreven middelen inderdaad inneemt.

Schoonmaakmiddelen en andere gevaarlijke vloeistoffen kunnen het beste achter slot bewaard worden, opdat de persoon met dementie zich niet kan vergissen als hij iets wil drinken.

Als u bang bent dat de patiënt toch iets giftigs heeft gedronken, bel dan 112 of ga naar de eerste hulppoli van het ziekenhuis. Neem de (lege) verpakking mee, opdat de arts weet welke behandeling nodig is.

## **Keuken**

Zet dingen die iedere dag worden gebruikt binnen handbereik, zodat de persoon met dementie niet op een trapje of stoel hoeft te klimmen om ze te pakken.

Berg scherpe messen en apparaten waar de patiënt niet veilig meer mee kan omgaan op.

Schaf een elektrische waterkoker aan die automatisch uitgaat als het water heeft gekookt. Informeer bij het energiebedrijf naar mogelijkheden om het gasfornuis te beveiligen. Zie ook het informatief 'Veilig koken'.

Als de persoon met dementie zich ergens aan brandt, laat hem dan het getroffen lichaamsdeel minstens tien minuten onder koud stromend water houden. Laat hem knellende sieraden zoals horloge en ringen afdoen, omdat de huid kan opzwellen. Smeer geen zalf op de brandwond, maar dek hem af met een schone theedoek en bel de huisarts.

## **Verwarming**

Gas- en elektrische kachels kunnen voor iemand met dementie een gevaar vormen. Leg nooit kleren te drogen op een kachel (brandgevaar!). Gebruik geen elektrisch bijzetkachelkje in de badkamer. Laat de geiser regelmatig controleren en zorg dat de ruimte waar hij hangt goed is geventileerd. Informeer bij het energiebedrijf naar mogelijkheden om de gaskachel te beveiligen.

Controleer voor het baden of de temperatuur van het water niet te hoog is. Een antislipmat in het bad verhoogt de veiligheid.

## **Andere voorzorgsmaatregelen**

Gewone gasdetectors en rookmelders zijn alleen zinvol als er ook andere mensen in huis wonen. De persoon met dementie weet mogelijk niet wat het alarmgeluid betekent. Er bestaan ook rookmelders die draadloos een signaal naar een meldcentrale kunnen geven.

De patiënt moet geen elektrische deken gebruiken als het risico op incontinentie aanwezig is.

Als de persoon met dementie rookt, zie er dan op toe dat hij geen brandende lucifers of sigaretten laat vallen of in bed rookt.

Soms is het verstandig de sloten van badkamer en wc onklaar te maken of te verwijderen. Als u niet bij de persoon met dementie woont, zorg er dan voor dat u een stel duplicaatsleutels van zijn huis hebt, en dat deuren niet van binnen met grendels afgesloten kunnen worden. In noodgevallen kunt u dan altijd binnenkomen.

## **Belangrijke telefoonnummers**

Leg een lijstje aan met noodnummers bij de telefoon. Denk bijvoorbeeld aan:

- ▶ huisarts;
- ▶ 112;
- ▶ energiebedrijf, loodgieter;
- ▶ elektricien;
- ▶ taxi;
- ▶ het nummer waar u te bereiken bent of dat van een familielid.

## **Buren**

Als de persoon met dementie alleen woont, of als u lange perioden van huis bent, willen de buren wellicht opletten of er niks mis gaat. Geef hen

een sleutel en het telefoonnummer waarop u te bereiken bent.