

---

## Veiligheid en aanpassingen in huis

---

### VEILIGHEID EN AANPASSINGEN IN HUIS

In de woonomgeving van iemand met dementie kunt u allerlei voorzorgsmaatregelen treffen om ongewenste of zelfs gevaarlijke situaties te voorkomen. Belangrijk is om een omgeving te maken waarin iemand gemakkelijk, comfortabel en veilig kan wonen. Een goede en veilige omgeving vergroot het zelfvertrouwen van de patiënt en verhoogt ook uw eigen gemoedsrust.

### VALLEN

Oudere mensen vallen nogal eens. Kijk daarom het huis na op voorwerpen en omstandigheden die een val kunnen veroorzaken. Denk aan losse kleden en matjes, kapotte traproeden, gladde vloeren, wankel meubilair en snoeren op de grond. Een leuning aan weerszijden van de trap en handgrepen bij het bad en de wc vergroten het gevoel van veiligheid.

Slechte verlichting kan de verwarring en de kans op vallen vergroten. Vooral in de slaapkamer, keuken, badkamer, 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.

### GEVAARLIJKE STOFFEN, BRANDGEVAAR EN ELEKTRICITEIT

Schoonmaakmiddelen en andere gevaarlijke vloeistoffen kunnen het beste achter slot bewaard worden. Zo kan iemand zich niet vergissen als hij iets wil drinken. Als u denkt dat de patiënt toch iets giftigs heeft gedronken, bel dan 112 of ga direct naar de eerste hulp van het ziekenhuis. Neem de (lege) verpakking mee, zodat de arts weet welke behandeling nodig is.

Gewone gasdetectors en rookmelders zijn alleen zinvol als er ook andere mensen in huis wonen. Iemand met dementie weet mogelijk niet wat het alarmgeluid betekent. Er bestaan ook rookmelders die draadloos een signaal naar een meldcentrale kunnen geven. Als de persoon met dementie rookt, zie er dan op toe dat hij geen brandende lucifers of sigaretten laat vallen of in bed rookt.

Kijk goed of de patiënt nog goed zelfstandig om kan gaan met elektrische apparaten. Vooral tuingereedschap en apparaten die zeer heet kunnen worden moeten niet zonder toezicht worden gebruikt. Ook elektriciteit in de badkamer kan snel tot onveilige situaties leiden. De patiënt moet geen elektrische deken gebruiken als het risico op incontinentie aanwezig is. Vraag iemand met verstand van elektriciteit met u samen het huis te controleren.

Als u niet bij de persoon met dementie woont, zorg er dan voor dat u een stel duplicaatsleutels van het huis hebt, en dat deuren niet van binnen met grendels afgesloten kunnen worden. In noodgevallen kunt u dan altijd binnenkomen. Kijk ook op dit ook het geval is op de wc en de badkamer.

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. Waarschuw de buren wanneer u langere tijd van huis bent. Misschien willen ze een oogje in het zeil houden.

## **WEG MAAR NIET ZOEK**

Het risico bestaat dat mensen met dementie het huis verlaten en verdwalen. Dat is voor veel mantelzorgers een grote zorg. Maar voortdurend toezicht houden of de patiënt tegen zijn wil in binnenshuis houden, is niet altijd mogelijk. Het kan helpen om de patiënt een keer bewust zijn gang te laten gaan, maar hem dan te volgen en te kijken waar hij heengaat. De kans is groot dat hij die keer dat hij ongezien weggaat, dezelfde kant opgaat. U kunt anderen ook vragen op te letten en u te waarschuwen als hij of zij alleen over straat gaat.

Er zijn tegenwoordig apparaatjes op de markt die voorzien van een zogenaamd Global Positioning System (GPS). Dit kan in sommige gevallen uitkomst bieden. Als de persoon met dementie een dergelijk apparaatje bij zich draagt, kunt u hem/haar met uw eigen computer ieder moment via internet lokaliseren en terugvinden. Ook bestaat de mogelijkheid om zogenaamde veilige zones in te stellen. Buiten deze zones kan er een sms gezonden worden naar de mantelzorger of een alarmcentrale.