

16 JAN 2024

[Opslaan](#) [Reacties](#) 0 [Delen](#)

Onderbreek apathie bij dementie met gratis toolbox

Rhijja Jansen

Het wordt tijd dat er meer oog komt voor apathie bij mensen met dementie, vindt klinisch neuropsycholoog Hanneke Nijsten. Daarom promoveert zij binnenkort op dit onderwerp, en maakte zij samen met haar collega's de interventie SABA: Samen in Actie Bij Apathie.



Foto: Rawf8 / stock.adobe.com

Wat is apathie eigenlijk?

“Mensen die de hele dag maar zitten te zitten”, wordt ook wel eens over deze cliënten gezegd. Bij apathie is er geen of weinig initiatief, verminderde of geen interesse, en er is een minder emotionele reactie of betrokkenheid. Als er bijvoorbeeld iets in de huiskamer gebeurt, dan reageren deze bewoners er amper op. En als je hen vraagt een activiteit te doen, dan krijg je meestal een afwijzend antwoord. Je spreekt van apathie als iemand dit gedrag langer dan vier weken heeft, voor een groot gedeelte van de dag.’

Maar iemand kan ook van nature kalm of introvert zijn?

‘In dat geval is het karakter en heeft iemand geen apathie. Bij apathie is er een duidelijke verandering: vóór de dementie was de cliënt bijvoorbeeld een opgewekte, sociaal persoon, die graag overal bij betrokken werd. Soms heeft iemand al apathie als hij in het verpleeghuis komt wonen, waardoor verzorgenden niet weten of dit altijd zo was. Daarom is het belangrijk om dit na te vragen bij de mantelzorgers. Maar er kan ook iets anders aan de hand zijn dan apathie.’

Zoals?

‘Iemand is bijvoorbeeld depressief, of heeft last van de bijwerkingen van een medicijn. Van bepaalde medicatie worden mensen wat suf en afgevlakt. Of iemand hoort slecht, waardoor de

persoon zich afsluit van wat er om hen heen gebeurt. Je moet eerst dingen uitsluiten, voor je echt kunt zeggen dat iemand apathie heeft.'

Waarvoor wordt de apathie veroorzaakt?

'We weten dat bepaalde hersennetwerken betrokken zijn bij apathie bij dementie. Je ziet dat deze netwerken beschadigd raken en daardoor minder goed functioneren of samenwerken. Je ziet dat ook bij andere aandoeningen waarbij apathie voorkomt, zoals de ziekte van Parkinson en het syndroom van Korsakov. Hoe deze hersennetwerken beschadigen, hangt van de aandoening af. Bij de ziekte van Alzheimer beschadigen de hersencellen doordat er in de cellen bepaalde eiwitten klonten, of er ontstaat een soort kluwen van eiwitten. En bij een hersenbloeding beschadigen de hersencellen doordat ze minder doorbloed raken en afsterven.'

Heeft iemand zelf last van zijn apathie?

'Meestal voelen mensen met apathie zich niet somber, nee. Maar toch is het belangrijk om er iets aan te doen. Omdat we inmiddels uit mijn promotieonderzoek weten dat het risico op overlijden groter is als iemand apathie heeft. Mensen met apathie die in het verpleeghuis wonen gaan sneller dood dan mensen zonder apathie.'

Waarom?

'We hebben gekeken of dit samenhangt met de cognitieve stoornissen of een depressie en dat is niet zo. Andere oorzaken hebben we niet onderzocht, maar ik vermoed omdat iemand met apathie minder snel aangeeft wanneer het niet goed gaat. Omdat mensen met apathie nu eenmaal moeilijk op gang komen en weinig initiatief tonen. Ze eten en drinken minder makkelijk en zullen niet uit zichzelf een verzorgende aan de mouw trekken als ze dorst hebben. Ook reageren ze minder snel op lichamelijke prikkels, zoals pijn of naar het toilet moeten. Daardoor stijgt de kans op complicaties.'

Wat ontdekte je nog meer in je onderzoek?

'Dat de kwaliteit van leven toeneemt als je apathie onderbreekt. Door bijvoorbeeld iemand mee te nemen naar een activiteit, of door écht contact te maken en de cliënt te betrekken bij dagelijkse bezigheden of zorgmomenten. We hebben aan de hand van het onderzoek samen met verzorgenden en mantelzorgers materialen en een werkwijze samengesteld. Een 'toolkit', waarmee je leert apathie bij iemand met dementie op te merken, te onderzoeken en te onderbreken.'

Want dat gaat nu heel moeilijk?

'Zeker. Ten eerste wordt apathie vaak niet herkend. Verzorgenden denken al gauw dat iemand gewoon geen zin heeft, of dat de cliënt van nature een kalm persoon is. Als ze iets voorstellen aan de persoon met apathie, krijgen ze meestal "Nee" of "Ik heb geen zin" te horen. Maar iemand met apathie kan helemaal niet inschatten of hij wel of geen zin heeft. Vaak kan hij de situatie niet overzien, iets wat vaker voorkomt bij dementie. En zegt hij automatisch nee. Dit kan best ongewikkeld voelen, want we leren als zorgverlener om de cliënt serieus te nemen en mee te gaan in de behoeftes en beleving. Maar in dit geval moet je weten dat de bewoner dit niet kan aangeven. Dus dat je die "nee" niet al te serieus moet nemen.'

Wat moet je wél doen?

'Iemand toch verleiden om mee te gaan, soms door hem letterlijk bij de arm te nemen en mee te nemen naar de activiteit. Want als je ze eenmaal hebt geholpen met opstarten, dan gaan ze, net zoals mensen met het syndroom van Korsakov. Vervolgens observeer je goed of de cliënt het wel echt leuk vindt. Is er een glimlach? Is er oogcontact? Doet de cliënt mee met de activiteit? Want mensen met apathie zijn vaak niet non-stop apathisch. Dit zijn aanwijzingen dat je de apathie even hebt onderbroken en de cliënt een mooi moment hebt bezorgd.'

Wat is een vooroordeel over apathie?

'Dat het onwil is. Dat is niet zo, een persoon met apathie kan niet simpelweg niet goed aangeven wat hij wil. Het is niet de wens van de persoon, als hij ergens geen zin in heeft, maar het is 9 van de 10 keer de apathie. Voor naasten en verzorgenden kan het daarom lastig zijn om met apathie om te gaan. Soms blijven ze stimuleren en aan een bewoner trekken om een reactie te krijgen. Of ze geven op en stimuleren de client niet meer "Want meneer wil het toch niet". Beide kan zorgen voor gevoelens van onzekerheid, frustratie en machteloosheid bij de zorgverlener.'

Je ontwikkelde tijdens je onderzoek ook de interventie SABA: Samen in Actie bij Dementie?

'Klopt, dit is een toolbox voor verzorgenden en mantelzorgers met materialen. Zoals een folder, een animatie, een praatplaat, een activiteiten blad en een plezierige activiteiten plan bij apathie. Ook zijn er twee modules met kennis over apathie en het uitvoeren van activiteiten bij iemand met apathie. De materialen en werkwijze geven naasten, vrijwilligers en zorgverleners handvatten om apathie te ontdekken, onderzoeken en onderbreken. Hierin staat hoe je apathie herkent en hoe je ermee omgaat. Deze toolbox is gericht op bewoners in het verpleeghuis. En we zijn nu een versie aan het ontwikkelen voor thuiswonende mensen met dementie en apathie.'

Tot nu toe is er weinig aandacht voor apathie bij dementie, hoe komt dat?

'Ja, heel jammer, want apathie bij dementie komt heel vaak voor: de helft van de mensen met en zonder dementie krijgt apathie. Doordat mensen met apathie niet opvallen, worden ze snel over het hoofd gezien. Zorgverleners hebben het al druk genoeg, dus meestal krijgt luidruchtiger onbegrepen gedrag eerder de aandacht. Dat is ook gedrag waar verzorgenden direct last van hebben. Bij mensen met apathie wordt al gauw gedacht: mevrouw zit tevreden en ze wil niets, prima. Dat is echt te makkelijk gedacht. Deze mensen verdienen ook aandacht en er valt zeker iets positiefs te halen, voor cliënt, naasten én verzorgenden. Want toen we checkten hoe SABA bevalt, gaven verzorgenden en naasten aan dat ze zich vaardiger voelden om met apathie om te gaan, dat er meer aandacht was voor kleinschalige activiteiten en bezigheden en er meer tevredenheid was over succesvol contact met de persoon met apathie.'

Alle informatie en materialen van SABA zijn [hier te vinden >>](#)

Het onderzoek werd mede mogelijk gemaakt door zorgorganisaties Archipel en de Zorgboog, het Universitair Kennisnetwerk Ouderenzorg Nijmegen (UKON), RadboudUMC, AmsterdamUMC en de Open Universiteit. ZonMW en Alzheimer NL hebben het onderzoek gefinancierd.



Blijf op de hoogte van het laatste nieuws over dementie met de [gratis online nieuwsbrief van TVV voor verzorgenden >>](#)

[Reageer op dit artikel](#) [Deel dit artikel](#)

Rhijja Jansen

PREMIUM

Column Inge | Twee vrouwen

PREMIUM

do 06 jul 2023 | Magazine

Even bellen met... dementieverschillen tussen mannen en vrouwen