



Iris van der Reijden advies @zusterIris

Tips en Checklist

Wanneer de diagnose dementie gesteld wordt gaat er van alles door je heen, op allerlei gebieden.

Als eerste een paar algemene tips ter overweging

- Stel familie , vrienden, kennissen op de hoogte van diagnose en veranderingen
- Organiseer een familiegesprek over stand van zaken, verwachtingen (on)mogelijkheden
- Spreek vroeg af : als de nood aan de man komt wie kan dan wat doen? (concreet)
- Las pauzes/ vakanties in en plan die voor het komende jaar (van weekendjes weg, vakantie, groepsreis t/m dagopvang)
- Organiseer een uitlaatklep
- Specifiek voor mantelzorger : vraag iemand om jou in de gaten te houden
- Blijf vooral die dingen doen waar je je nuttig kan voelen
- Blijf vooral die dingen blijven doen waar je van geniet

Hieronder staan een aantal zaken opgesomd die op enig moment belangrijk kunnen zijn.

Welke dingen zijn duidelijk en geregeld, en welke dingen niet?

Kennis ziektebeeld dementie :

- wat is het
- hoe verloopt het
- waar krijg ik wel of geen last van, wat kan ik zelf doen
- wie kan me helpen
- familie, burens etc wel of niet op de hoogte?

Gezondheid

- verwachting voor de komende jaren
- mogelijkheden en beperkingen op dit moment
 - mobiliteit, lichamelijke gezondheid
 - dagelijks leven
 - huishouding
 - sociale contacten
 - geestelijke/ mentale gezondheid
 - zingeving, er toe doen

Belangrijke zaken in uw leven (bezigheden, genieten van...)

-
-
-
-

Woonsituatie

- geschikt voor de langere termijn
 - aanpassingen nodig?
 - alarmering
 - traplift
 - veiligheid mbt gas en elektra
 - veiligheid mbt trappen, kleedjes e.d.
- nodig om naar andere woning om te zien

Belangrijke contacten in het leven voor u;

- partner
- familie
- kinderen
- kleinkinderen
- vrienden
- club, vereniging
- geloofsgemeenschap
- mogelijkheden tot contact onderhouden
 - telefoon
 - brieven, kaarten
 - computer

Contacten in de buurt

- buren
- wijkagent
- winkeliers
- instanties

Wegwijs in zorgland;

contact met en/ of op de hoogte van mogelijke hulp van

- huisarts
- casemanager
- praktijkondersteuner huisarts
- dagbesteding
- vrijwilliger of beroepskracht dagbesteding thuis
- ergotherapeut
- fysiotherapeut
- logopedist
- verpleging thuis
- verzorging thuis
- huishoudelijke hulp
- maatschappelijk werk
- mantelzorgmakelaar

Op de hoogte van

- vergoeding voorzieningen vanuit WMO, zorgverzekering, wet langdurige zorg
- aanvragen en verkrijgen indicaties
- in natura of PGB

Documenten (aanwezig? vindplaats?)

- paspoort
- ID bewijs
- rijbewijs
- juridische status :
 - alleenstaand,
 - gehuwd , in gemeenschap van goederen ja/nee
 - samenwonend, met of zonder contract
- zorgverzekering
- aanvullende zorgverzekering
- inboedelverzekering
- overlijdensverzekering;
- testament
- wilsverklaring : document mbt wensen rond het levenseinde
 - reanimatie wel/ niet
 - behandelen wel/ niet

- ziekenhuisopname wel/ niet
- document waarin vastgelegd is wie er voor u mag beslissen als u dat zelf niet meer kan; notariële volmacht, levenstestament, mentorschap of bewindvoering
- inkomsten
 - pensioen
 - AOW
 - spaargeld
- bankrekening
 - en/ of rekening?
 - verschillende rekeningen?
 - bij internetbankieren, vindplaats rekeningnummers, afschriften en wachtwoorden?
- computergebruik, vindplaats wachtwoorden?

