



‘Anders omgaan met psychofarmaca, met aandacht voor wat iemand echt nodig heeft’

Bas Poels en Irene Baten – projectleiders

In de ouderenzorg laten bewoners met dementie soms onrustig gedrag zien. In sommige gevallen krijgen zij daarvoor psychofarmaca. Kunnen teams deze medicatie bewuster gaan inzetten?

Onbegrepen gedrag bij mensen met dementie is vaak signaalgedrag. Het zijn bijvoorbeeld uitingen van onrust, verdriet, pijn of andere onaangename gevoelens. Bas Poels van Laurens: ‘In sommige gevallen kunnen psychofarmaca uitkomst bieden. Maar dan moet je ze wel doelgericht inzetten en er direct een afbouwplan bij maken. Vaak zijn er prima alternatieven, van dagstructuur bieden tot psychosociale interventies.’

Het project Bewust Anders Met Medicatie (BAMM) startte als

'Beter Af Met Minder' binnen het mbo-leertraject Ongekend Talent van het programma LZO I. Een van de deelnemers bedacht samen met haar collega's alternatieven voor psychofarmaca om de kwaliteit van leven van de bewoners te verbeteren. Het idee: psychofarmaca kunnen worden afgebouwd als teams beter kijken naar de oorzaak van bepaalde onrust. Het resultaat was positief. Bewoners raakten meer ontspannen en toegankelijk, naasten waren blij en bij sommige cliënten nam het moeilijke gedrag zelfs af. Laurens en het Van Kleeft Instituut werken samen met Pluut & Partners (voor het actieonderzoek), het Albeda College (mbo-onderwijs) en Hogeschool Rotterdam (hbo-onderwijs).

Goede alternatieven voor psychofarmaca

- Een eigen kamer en gedimd licht
- Cliënten betrekken bij huis-houdelijke taken
- Bewoners eigen keuzes laten maken
- Positieve bekrachtiging met complimenten
- Poppen, knuffels en spelletjes aanbieden

Indrukwekkende resultaten

Poels is beleidsadviseur bij Laurens, een grote zorgorganisatie in de regio Rotterdam. Bewust Anders Met Medicatie (BAMM) bouwt voort op een eerder ZonMw-project met het Van Kleeft Instituut. Poels: 'Ik was als begeleider betrokken bij het onderzoek. De kartrekker bereikte met haar collega-verzorgenden indrukwekkende resultaten, zoals meer ontspannen en toegankelijke bewoners. ZonMw gaf ons subsidie om de resultaten met meer teams verder te brengen.' Irene Baten is vanuit het Van Kleeft Instituut aangehaakt. 'Ik vertaal met Albeda College en Hogeschool Rotterdam de resultaten naar leerproducten voor de opleidingen. Zodat huidige en toekomstige professionals kunnen bijdragen aan een bewuster gebruik van psychofarmaca.'

Leren door te doen

De richtlijn Probleemgedrag bij mensen met dementie zegt dat je bij signaalgedrag moet zoeken naar een persoonsgerichte aanpak. Maar als iemand agressief is of in de weerstand zit, lijken psychofarmaca soms de gemakkelijkere keuze. Op basis van de eerdere ervaringen zoeken nu 4 teams – elk met 2 verzorgenden als kartrekkers – samen met psychologen, artsen en andere collega's naar alternatieven. Dat gebeurt in actieonderzoek: leren in de praktijk. Poels: 'Je kunt dit alleen als team doen, zodat je samen een verandering realiseert.' Daarbij heb je ook lef nodig om buiten de lijntjes te kleuren, vervolgt Baten. 'In de ouderenzorg bestaat soms de neiging om iedereen hetzelfde te bieden. Maar als een meneer steeds in verzet gaat als je hem vroeg uit bed haalt, kan de oplossing zijn hem gewoon te laten doorslapen.'

Aansluiten op iemands ritme

Een belangrijke bevinding: veel onrust is te voorkomen door goed te observeren en met iemand mee te bewegen. Poels: 'Het gaat erom dat een bewoner een betekenisvolle dag heeft. Wat dat inhoudt, kun je als zorgverlener niet voor iemand anders bepalen. De belangrijkste interventie is aansluiten op iemands ritme.' In het actieonderzoek draait het om een cyclisch proces waarin je verbetert aan de hand van ervaringen, inclusief de 'fouten'. Baten: 'Je leert juist veel als er dingen anders lopen dan je had gedacht. De uitkomst hoeft ook niet per se te zijn dat er geen psychofarmaca meer worden gebruikt. Het gaat erom dat we er weloverwogen mee omgaan.'

”

In actieonderzoek leer je juist veel als het anders loopt dan gedacht

Aanpak opschalen

Gedurende het project ziet Laurens al duidelijke verbeteringen. Teams zijn bewust anders bezig met medicatie. Familieleden ervaren dat het beter gaat met hun naaste. En ze zijn blij met hun actieve rol als mantelzorger. Het idee is om de ervaringen op te schrijven in de vorm van verhalen. Iedere bewoner is weer anders, en een verhaal doet daaraan het meeste recht, zegt Baten. Laurens wil de aanpak verder opschalen, maar de praktijk is soms weerbarstig, vervolgt Poels. 'Het moet uiteindelijk uit de zorgteams en de behandelaars komen. De kracht van BAMM is dat de verzorgenden zelf de actieonderzoekers zijn.' De aanpak past volgens hem goed bij de koers van Laurens: van zorgen naar samen leven. 'Bij alles wat we doen, staat het gewone leven steeds voorop. En BAMM helpt daarbij.'

Wil je ook bewuster omgaan met psychofarmaca?
Lees dan meer over 'BAMM' op zonmw.nl

