

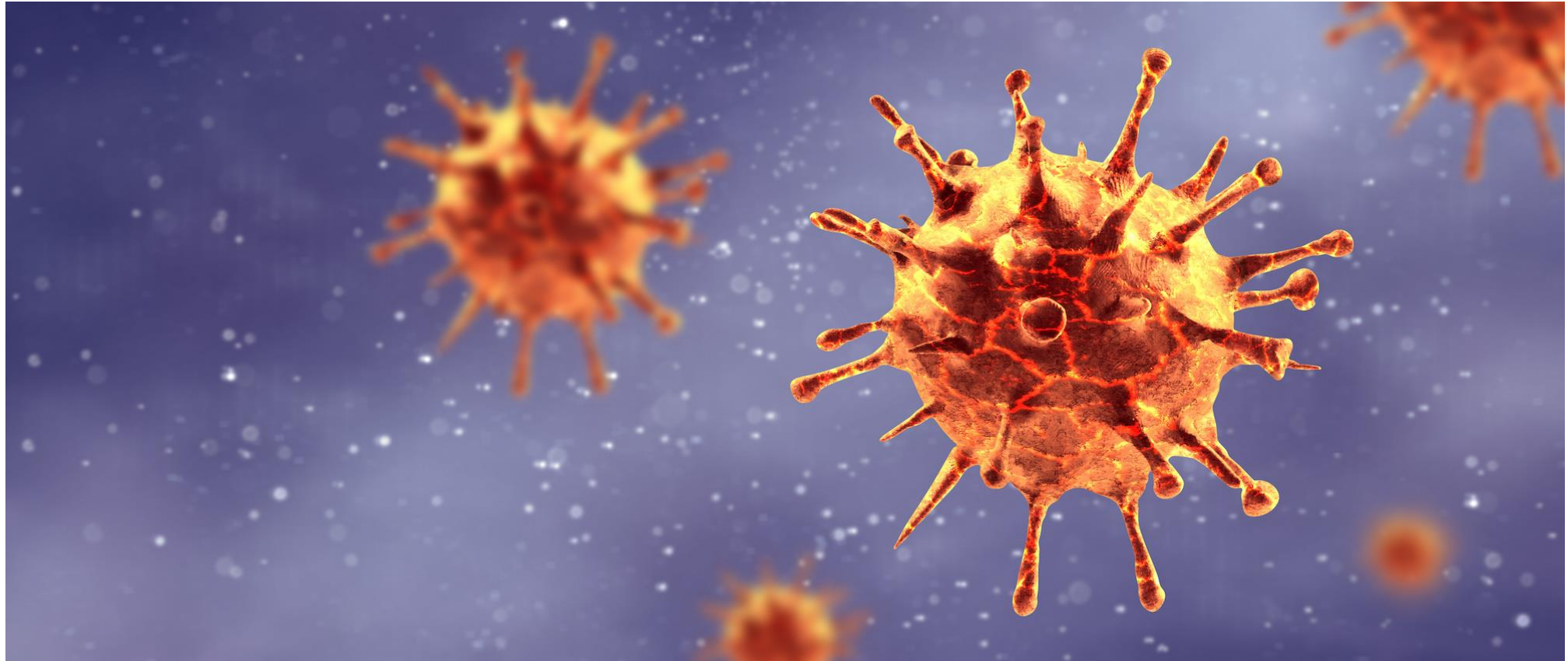


 CENTRUM
GEESTELIJKE
GEZONDHEIDSZORG
WAAS & DENDER

 CENTRUM
GEESTELIJKE
GEZONDHEIDSZORG
DE DRIE STROMEN

Psychosociaal welzijn bij ouderen... en hoe daar mee omgaan

Lezing 1-10-2021



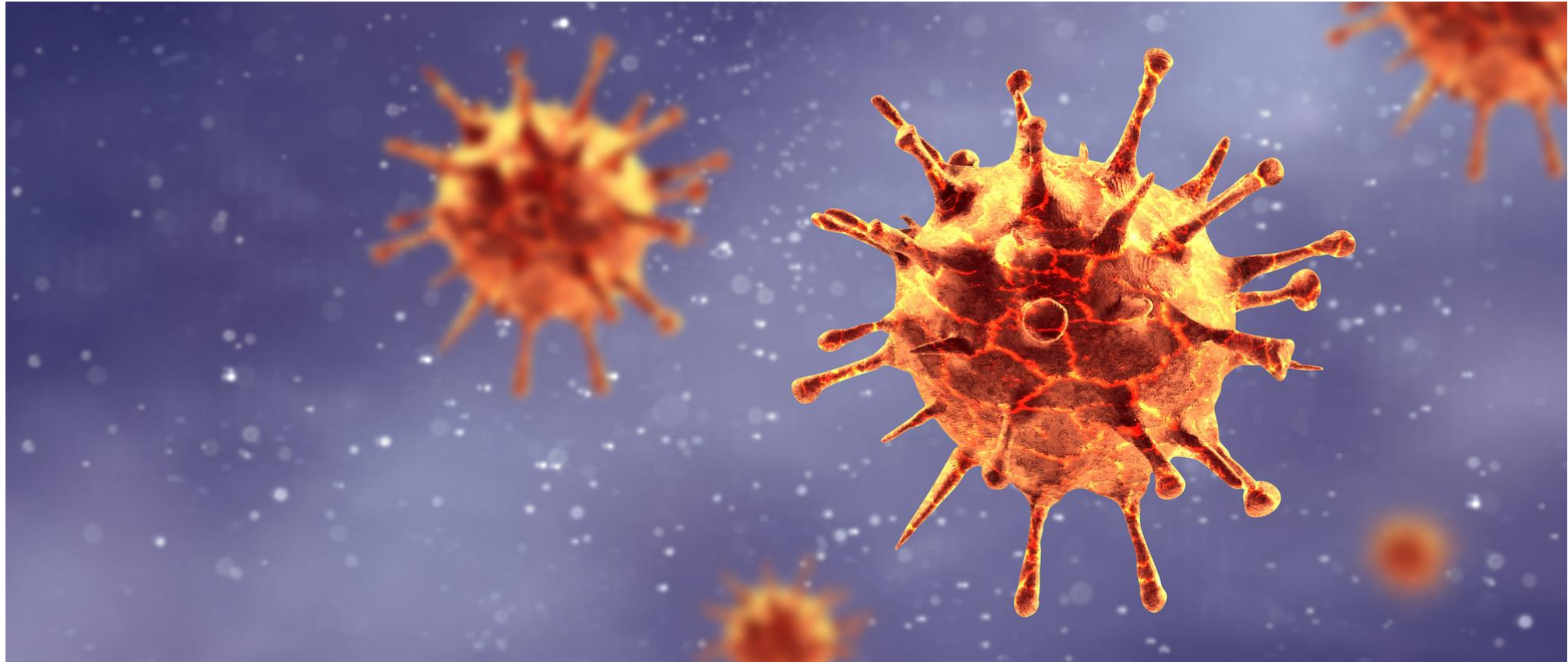
Inhoud vandaag

Lesson learned 1: Wat COVID ons leert als hulpverlener

- Wat we best niet doen en waarom
- Wanneer externe hulp zoeken (CGG...)?

Lesson learned 2: Wat COVID ons leert als mens

- Belang van (menselijke) verbinding



Lesson learned 1: Wat COVID ons leert als hulpverlener



Wat te doen bij collectief trauma volgens de psychologie/wetenschappelijke evidentie?

-> Vroeger zeer duidelijk: trauma debriefings (*liefst in groep*)

MAAR: -2002-2003: mogelijks negatieve impact: niet meer aangeraden door WHO

-2012: meta-analyse en nieuwe richtlijn:

'Psychological debriefing should not be used for people exposed recently to an traumatic event...'

Vertrouw op natuurlijk herstel
Geef ruimte aan persoonlijke coping

Wat dan wel doen:

-> screen-and-treat-approach

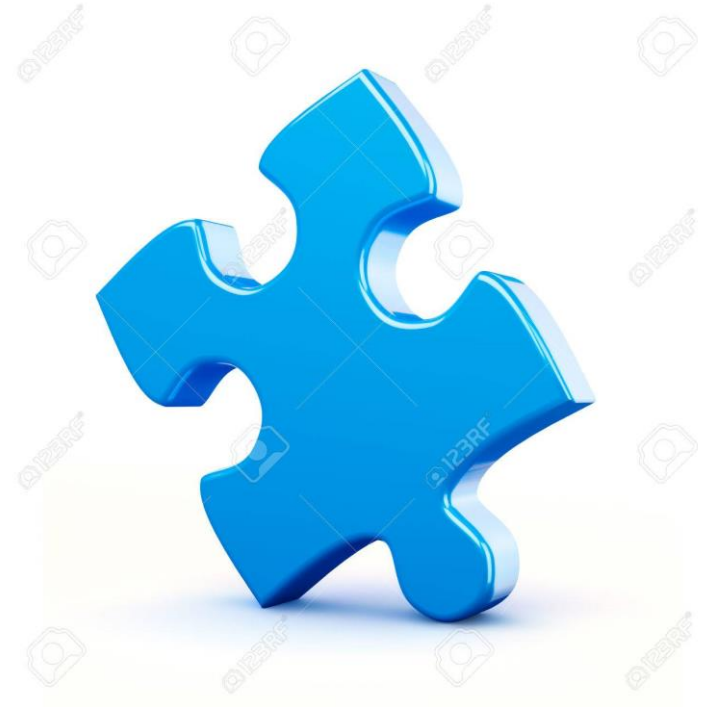
Volg op en schakel hulp in indien nodig

Vertrouw op natuurlijk herstel
Geef ruimte aan persoonlijke coping

Wat dan wel doen:

-> screen-and-treat-approach

Volg op en schakel hulp in indien nodig



Puzzelstuk 1





**Hoe hou je dit in de gaten?
Wanneer kan er een alarmbel afgaan?**

ALARMSIGNALLEN

*Verandering in
gedrag*



Zich terugtrekken



Fysieke klachten



*Verandering in
emoties*



*Zeggen dat
het niet goed gaat*



Signalen

VERANDERING IN GEDRAG

- *Meer/minder eten*
- *Slaapproblemen*
- *dagstructuur verdwijnt*
- *Toenemende vraag naar medicatie*
- *Geen deelname meer aan 'leuke' activiteiten*
- *Roekeloos gedrag*
- *Geen zorg meer toelaten*
- *vertraagdheid*

In vergelijking met de vroegere gewoontes !



Signalen

VERANDERING IN GEDRAG

- *Energieverlies*
- *Interesseverlies*
- *Verminderde zelfzorg*
- *Geheugen en concentratieproblemen*
- *Onrustig zijn*
- *Aanklampend gedrag*

In vergelijking met de vroegere gewoontes



Signalen

VERANDERING IN EMOTIES

- *Sneller geïrriteerd of boos*
 - *Veel huilen -> niet meer kunnen huilen*
 - *Extreme emoties / afgevlakte emoties*
 - *Angstig*

 - *Hopeloosheid*
 - *Schuldgevoelens*
 - *Waardeloos gevoel*
 - *Leeg gevoel*
- In vergelijking met de vroegere gewoontes !***



Signalen

ZICH TERUGTREKKEN

- *- zich afzonderen op de kamer*
- *- aanwezig zijn maar niet/minder deelnemen aan een gesprek*
- *- zelf geen contact zoeken*
- *- telefoon wel nog opnemen maar niet meer zelf bellen*
- *- ...*

In vergelijking met de vroegere gewoontes !



Signalen

ZEGGEN DAT HET NIET GOED GAAT

Duidelijk:

- *'Het gaat echt niet meer'*
- *'Ik heb het moeilijk'*
- *'soms denk ik dat ik er beter zelf een einde aan maak'*

Onduidelijk:

- *'het is al beter geweest'*
- *het gaat wel'*
- *'iedereen heeft wel eens een moeilijke dag'*
- *'ik wil je niet lastigvallen met mijn problemen'*

In vergelijking met de vroegere gewoontes !



Signalen

FYSIEKE KLACHTEN

- *Gewichtsverlies*
- *hartkloppingen*
- *Benauwdheid*
- *Zweten*
- *Duizelig*
- *Vermoeidheid*
- *Droge mond*
- *Pijn*
- *Trillende handen*

HUISARTS !

***Somatische aandoening of
medicatiewijziging?***



Signalen

POSITIEVE SYMPTOMEN

- *Wanen*
- *Hallucinaties*
- *verwardheid*
- *Gedesorganiseerd gedrag*
- *Onsamenhangende spraak*

-> *weinig ziektebesef*

Bij positieve symptomen steeds de huisarts contacteren!



DEMENTIE?

- *Grote overlap tussen beginnende dementie en psychische problematieken*
- *Kunnen ook gelijktijdig voorkomen*

Psychische problematiek niet zomaar uitsluiten/vergeten!



SUÏCIDE

- *Extra aandacht aan besteden !*
- *Minder zelfmoordpogingen maar wel fataler*
- **Vragen naar zelfmoordgedachten zet NIET aan tot zelfmoord!**

Risicofactoren:

- *Aanwezigheid van psychische problematiek (vb. depressie)*
- *Poging in het verleden*
- *Recent verlies*
- *Hoog alcohol/medicatiegebruik*
- *Er zijn reeds plannen*

Signalen:

- *Spreken over zelfdoding*
- *'het maakt toch allemaal niet meer uit' , 'voor wie doe ik het nog?'*
- *Roekeloos gedrag*
- *Afgenomen zelfzorg*



BIJ VRAGEN OVER GEWELD



Wat kan je zelf doen?

- *Leer de persoon kennen*
- *Vraag door naar gedachten en emoties*
- *Luister & toon begrip*
 - *Empathie, echtheid, niet veroordelend*
 - *Geen valse hoop geven*
- *Houd contact*
- *Betrek de omgeving*
- *Zoek professionele hulp*
- *Neem het serieus!*

Communiceer met elkaar



Wat met onbegrepen/lastig gedrag?

- *Signaleren (wat, hoe vaak, wanneer wel/niet, wie is betrokken ...)*
- *Wat werkt en wat werkt niet?*
- *Ga op zoek naar mogelijke oorzaken/uitlokkende factoren*
- *Spreek duidelijk af hoe jullie, als team met deze situaties omgaan*
- *Evalueer en pas aan*



Signalen

ERNSTIG?

- *Lijden onder de klachten*
 - *Klachten zijn aanhoudend*
 - *Eerstelijns hulp volstaat niet*
 - *Suicidegedachten*
-
- *Persoon vormt een gevaar voor zichzelf of de omgeving*
-> *crisisinterventie*



Signalen

ERNSTIG?

ALTIJD HULP ZOEKEN BIJ :

- ***Positieve symptomen***
*hallucinaties, wanen,
verward/gedesorganiseerd gedrag,
onsamenhangende spraak*
- ***Zelfverminking***
- ***Uiting van gedachte aan zelfdoding***



Wat doen we?

AMBULANTE PSYCHOTHERAPIE

- *Ouderen vanaf 65 jaar*
- *Met ernstige psychische en/of psychiatrische problemen zoals:*
 - Depressie*
 - Angst- en panieklachten*
 - Zelfmoordgedachten*
 - Persoonlijkheidsproblematiek*
 - ...*

Belang van hulpvraag bij de persoon zelf!



CENTRUM
GEESTELIJKE
GEZONDHEIDSZORG
DE DRIE STROMEN



CENTRUM
GEESTELIJKE
GEZONDHEIDSZORG
WAAS & DENDER



Zorg ouderenteam

Hoe aanmelden?

Telefonisch via secretariaat:

- *CGG De Drie Stromen: 052/ 21 36 95*
- *CGG Waas en Dender: 078/35 34 35*

Bij voorkeur na verwijzing door andere diensten of de huisarts !

- > *Eerste gesprek gratis*
- > *teamoverleg*
- > *zorgadvies/behandelvoorstel*
- > *11 euro, 4 euro (verhoogde tegemoetkoming)*
of Gratis



Zorg ouderenteam

Professionele coaching

Casusgerichte intervisie/coaching voor hulpverleners

zorgouderenteam@cgg.dedriestromen.be

outreachouderen@cggwaasendender.be

-> uitbreiding van het aanbod gericht naar personen die werken met psychisch kwetsbare ouderen



Waar vind je ons?

VESTIGINGEN



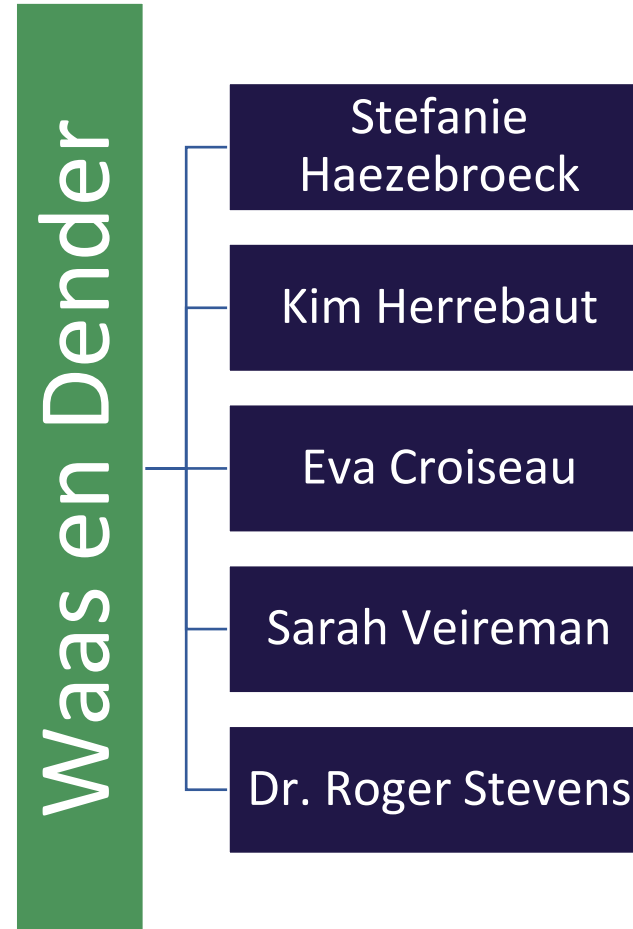
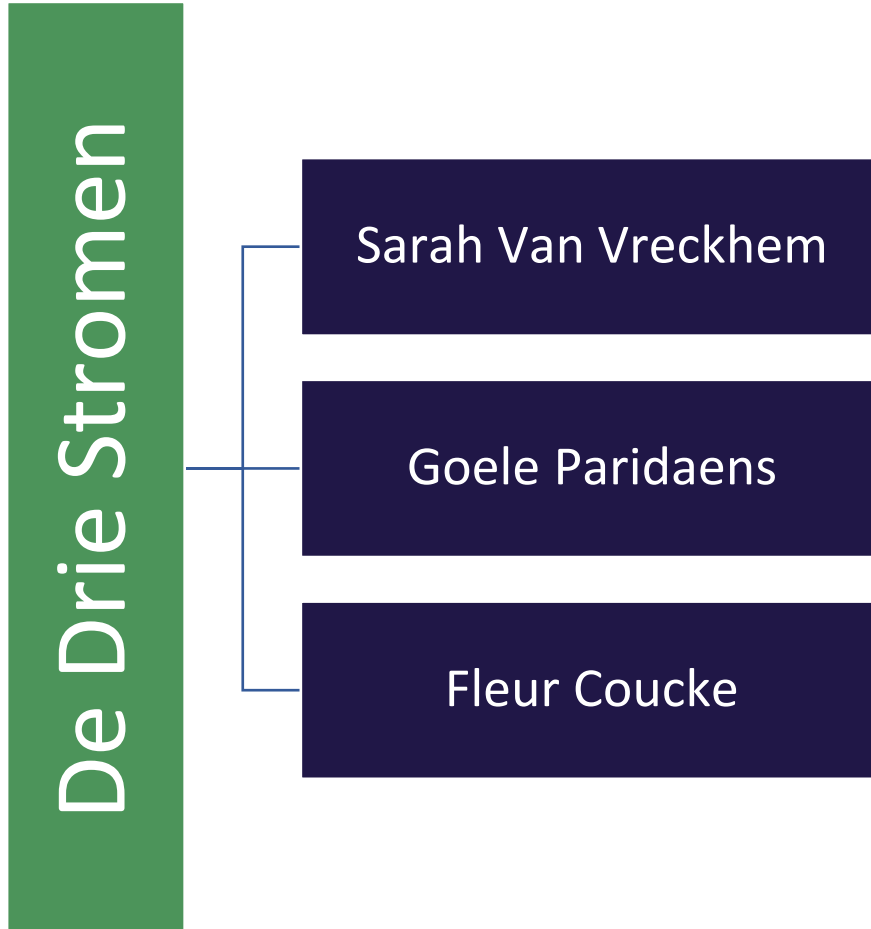
CGG Waas en Dender:

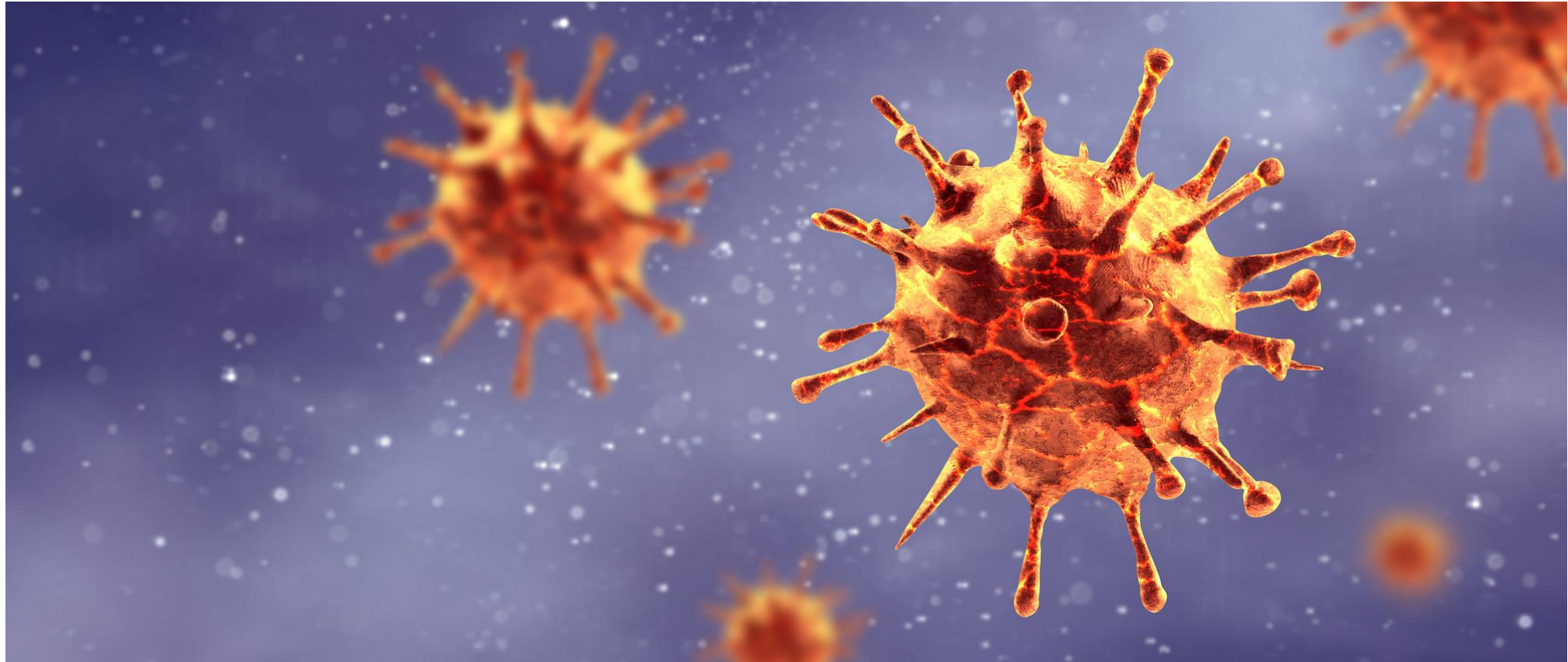
- Lokeren – Uebergdreef 12
- Dendermonde – Koning Albertstraat 14
- Sint-Niklaas – Parklaan 14B

CGG De Drie Stromen:

- Lokeren – Haarsnijderslaan 14
- Dendermonde – Sas 13
- Wetteren – Koning Astridlaan 12

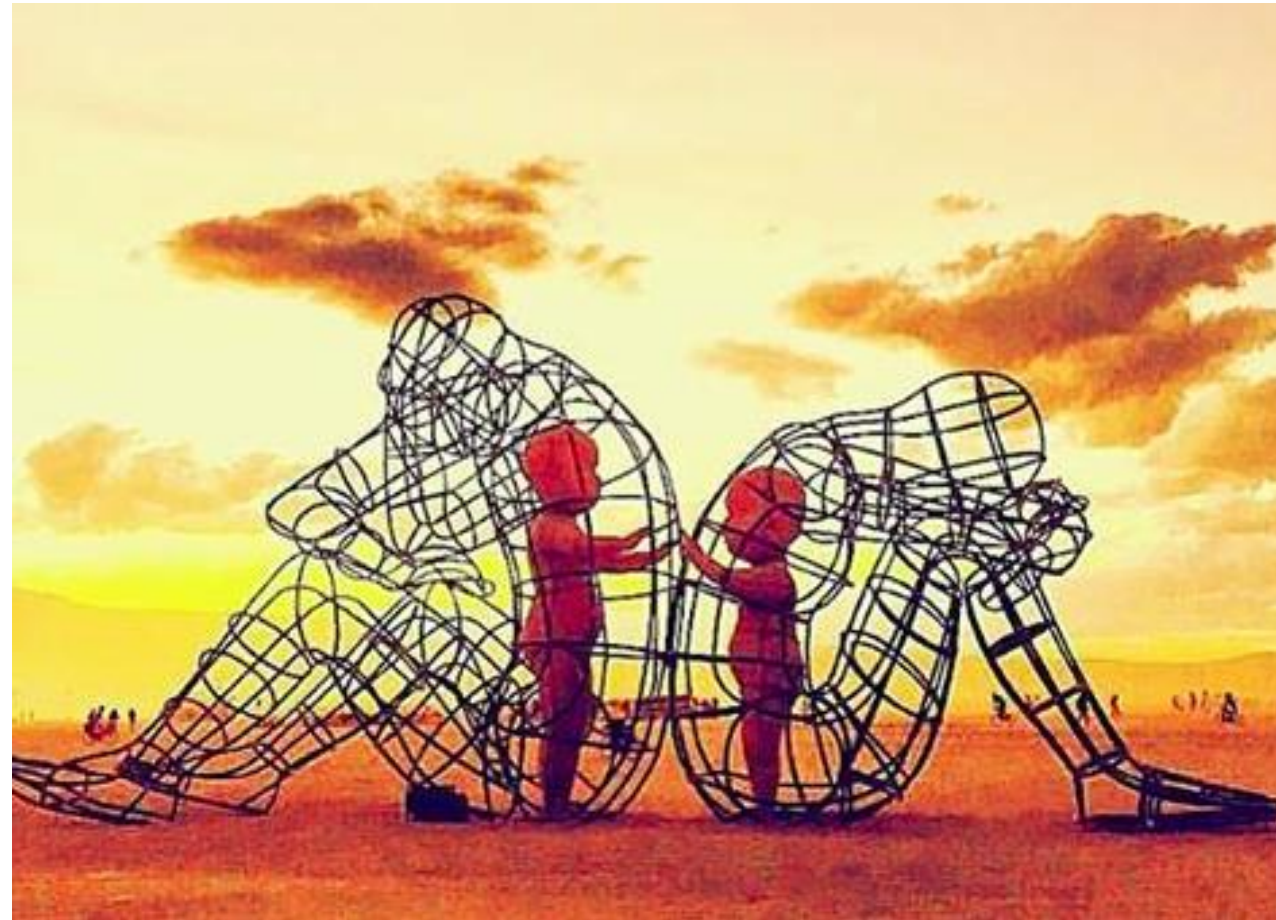
HET TEAM





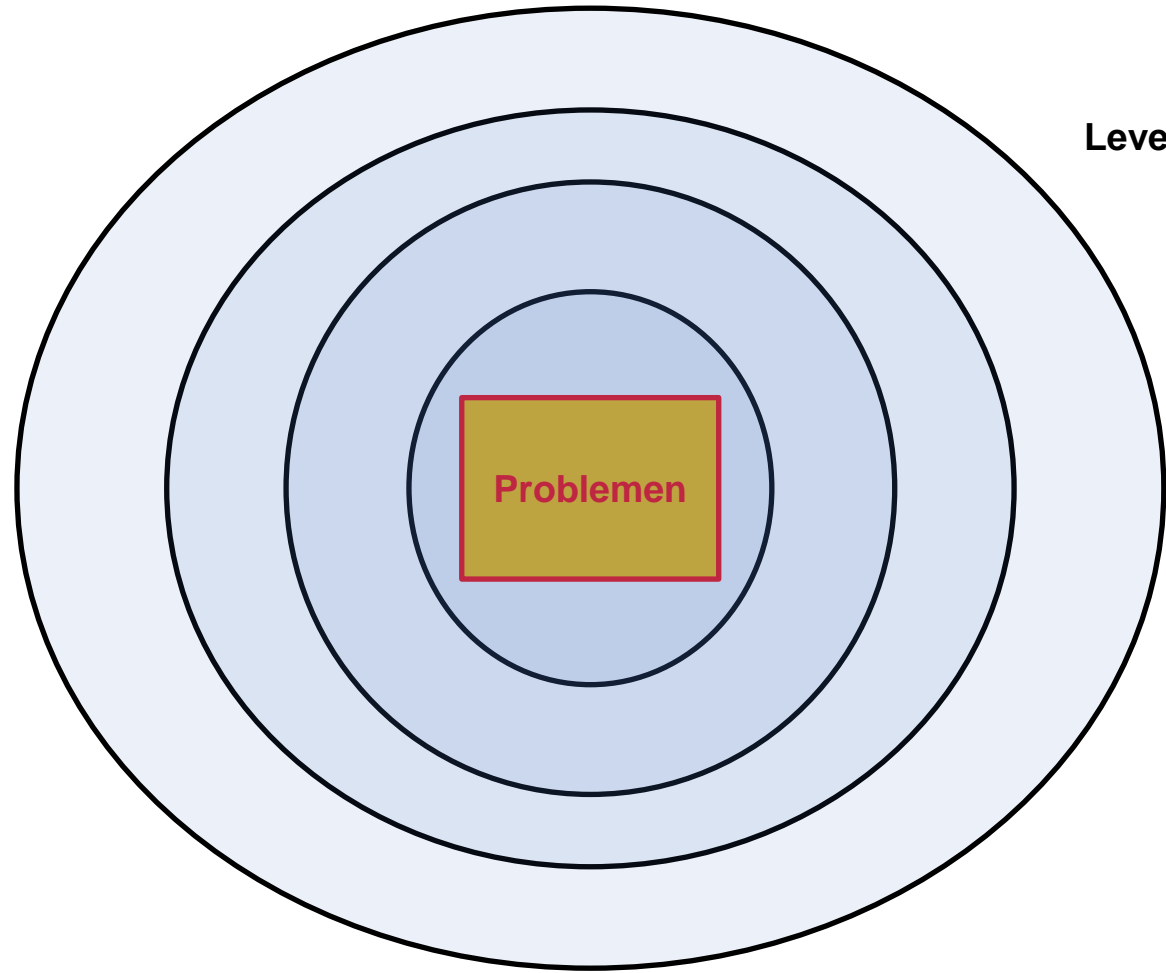
Lesson Learned 2: Nood aan (menselijke) verbinding





Connectie is levensnoodzakelijk voor de mens
Disconnectie geeft depressie

https://www.ted.com/talks/johann_hari_this_could_be_why_you_re_depressed_or_anxious



Leven

CONNECTIE MET...

*mensen/dieren
passies*

...

Herstel/verstevig connectie...

als medewerker
als dienst
als samenleving

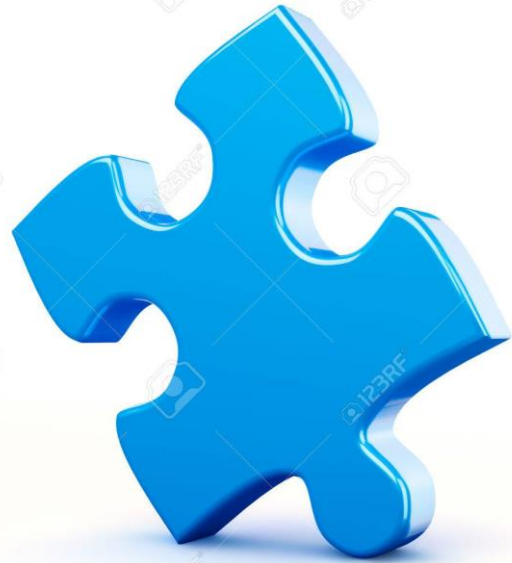


Puzzelstuk 2









Opvolgen en hulp
inschakelen indien nodig



Inzetten op menselijke
connectie



—
● — ●
—
CENTRUM
GEESTELIJKE
GEZONDHEIDSZORG
WAAS & DENDER

—
● — ●
—
CENTRUM
GEESTELIJKE
GEZONDHEIDSZORG
DE DRIE STROMEN

Tijd voor vragen

Bedankt!



— CENTRA
● — ● GEESTELIJKE
— GEZONDHEIDSZORG