

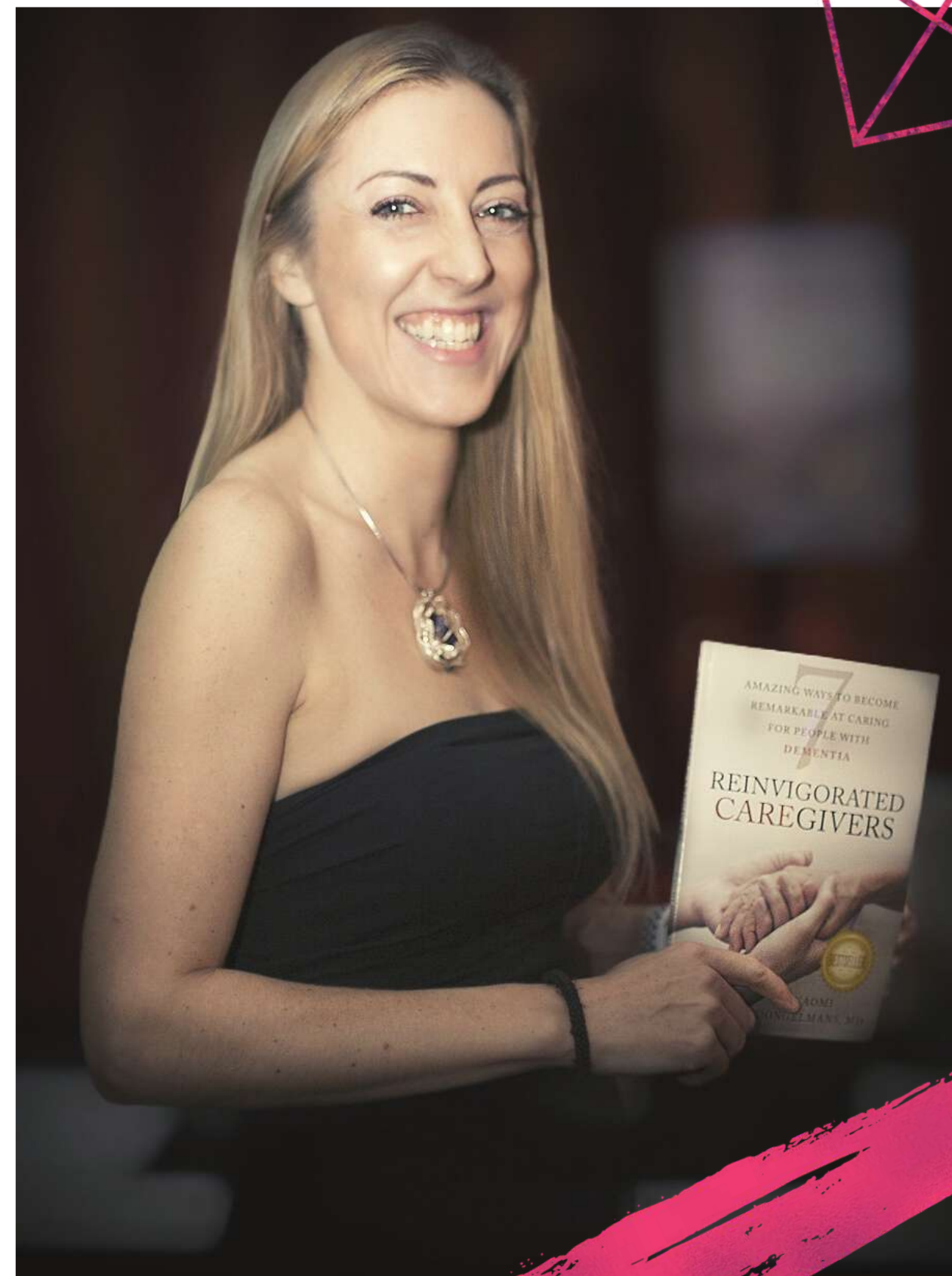


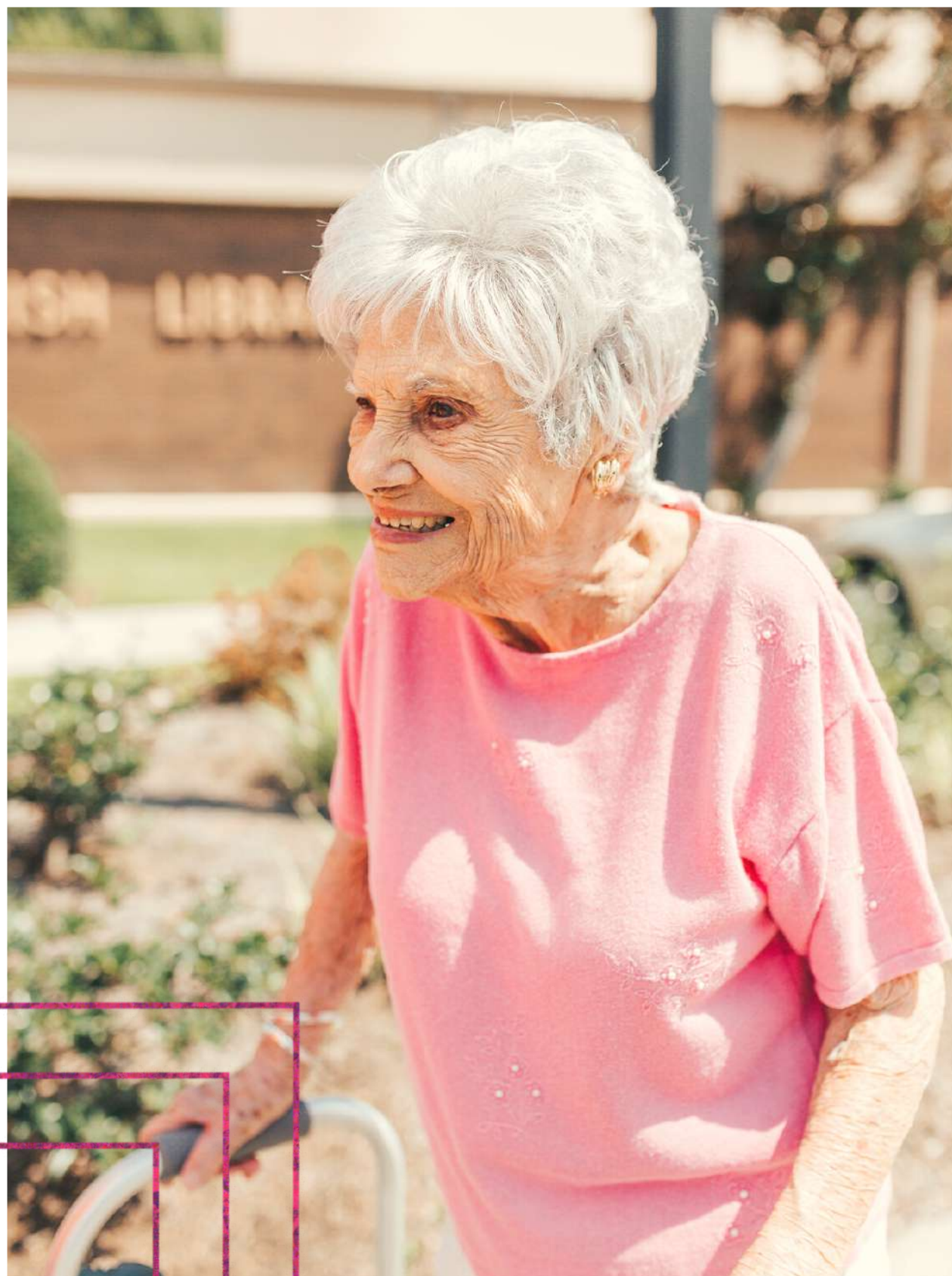
de Vrolijke Mantelzorger

Introductie workshop over dementie



Drs. Naomi Dongelmans, huisarts





Waar gaan we het over hebben?

- 1 Wie ben ik?
- 2 Wat is dementie? Prevalentie. Erfelijkheid.
- 3 Risicofactoren
- 4 Symptomen en diagnose
- 5 Preventie. Wat kun je zelf doen?



over Naomi

- Huisarts
- Bestsellerauteur
- Internationaal spreker
- Leefstijl en business coach
- Danser
- ZorgMies Regio Maastricht

x x x x x x x x x x x x x x x x x x

Wat is dementie?

x x x x x x x x x x x x x x x x x x



x x x x
Dokter Naomi

The image features a decorative header at the top with a row of pink circles of varying sizes and textures, some with a brushstroke effect. To the right, a grid of human brains is shown against a pink background. A teal-colored L-shaped frame surrounds the text area on the left. A pink ribbon-like graphic loops around the bottom left corner of the teal frame.

Verzamelaar

Meer dan 60 verschillende soorten
dementie



x

x

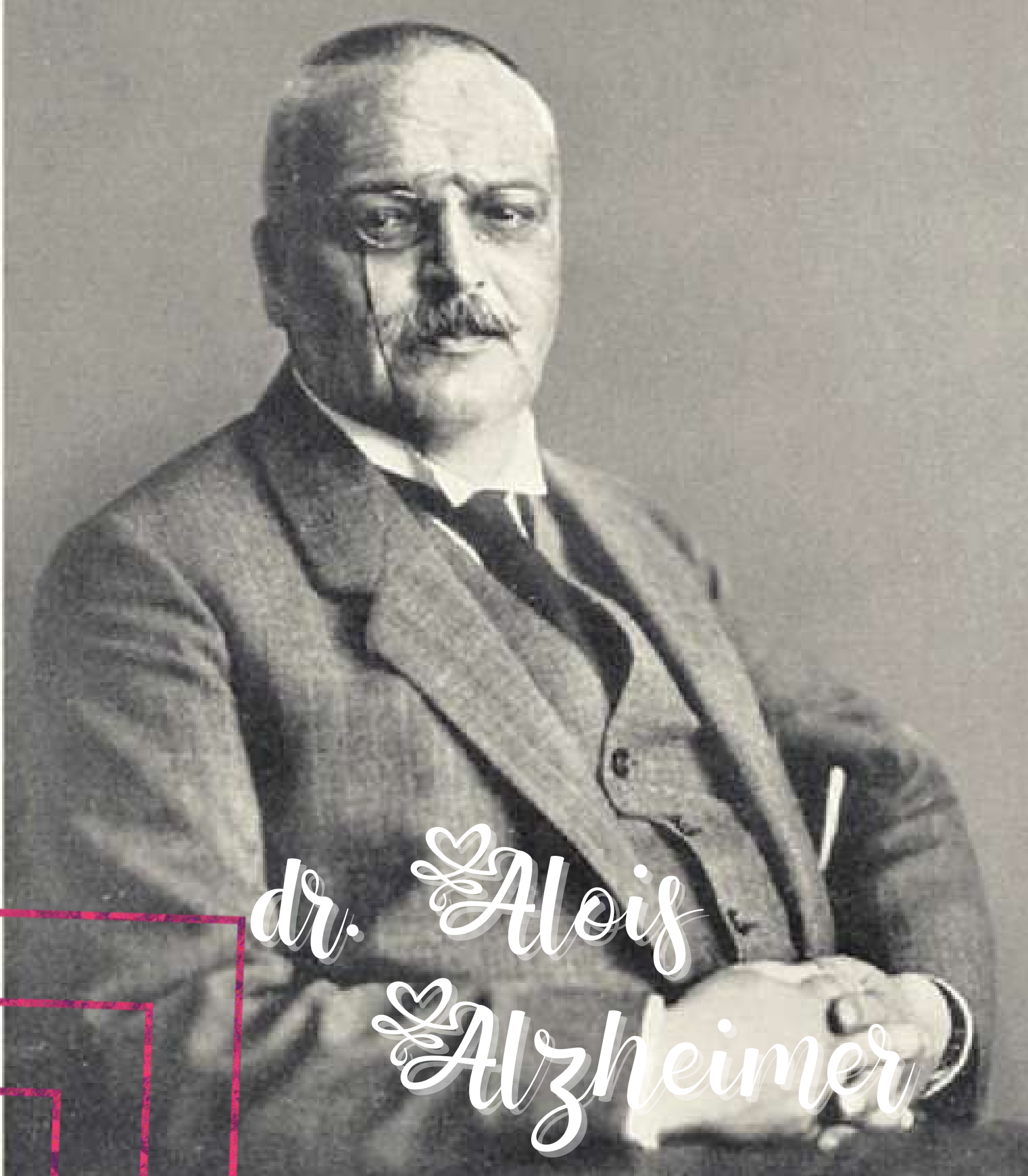
x

x

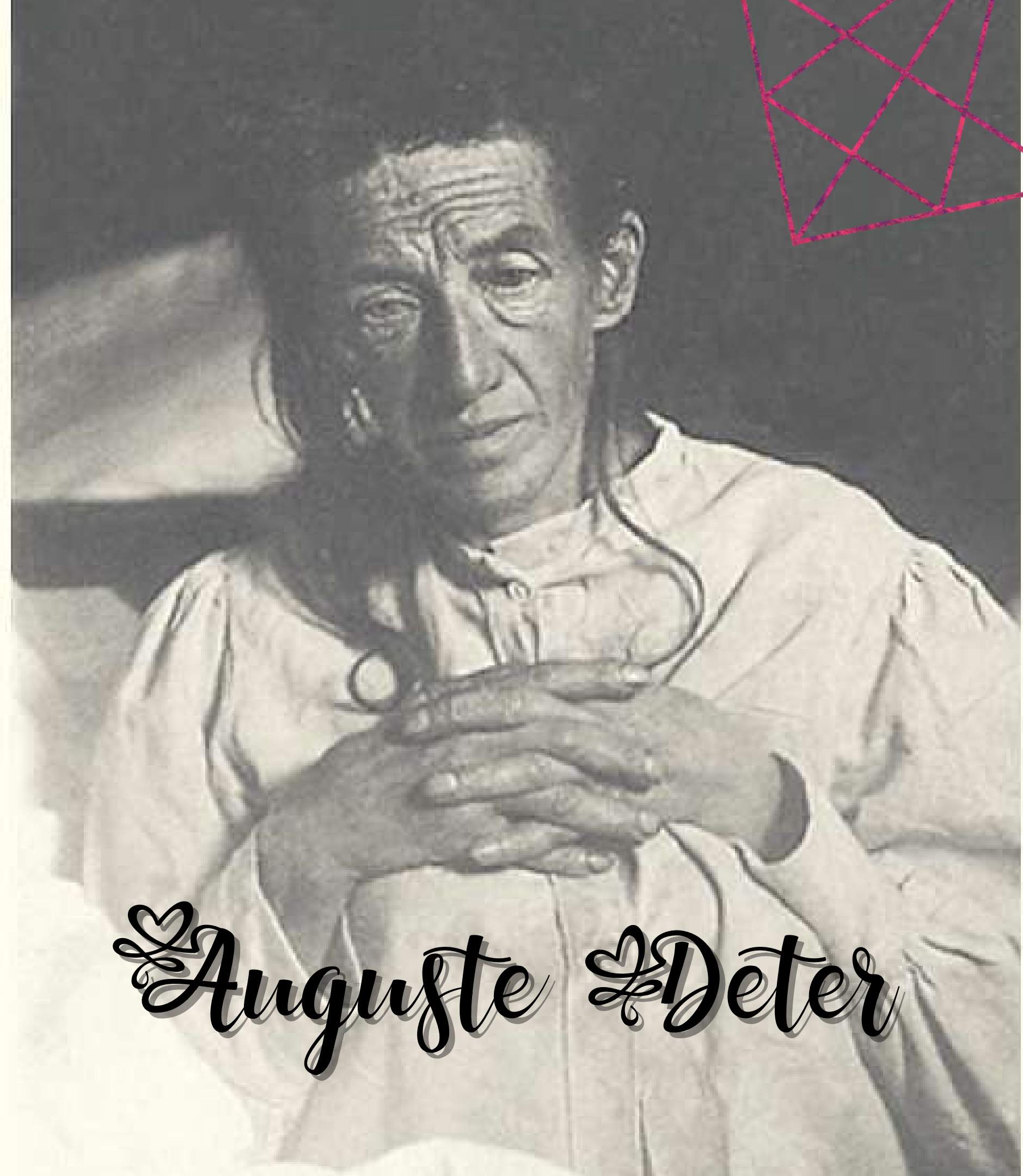
Alzheimer

- >70% van alle gevallen
- vooral >60 jaar

FTD, vasculair, Korsakov,
Creutzfeld Jacob



dr. Alois
Alzheimer



Auguste Deter

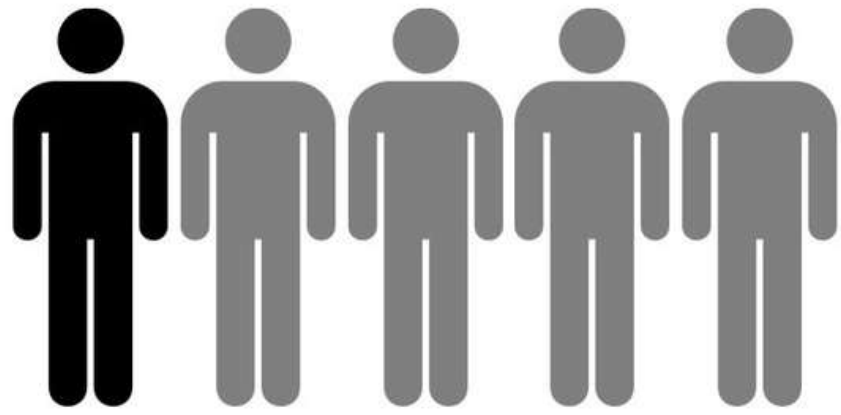
x x x x x x x x x x x x x x x x x x

Hoe vaak komt het voor?

x x x x x x x x x x x x x x x x x x



x x x x
Dokter Naomi



1 op de 5 mensen
krijgt dementie.

De wereldwijde prevalentie van dementie was

**MEER DAN 35 MILJOEN
MENSEN IN 2010.**

Elke 4 seconde wordt er een persoon
gediagnosticeerd met dementie.



Mensen met dementie wereldwijd
115 miljoen in 2050

Startend met 2% van alle 65-jarige,
verdubbeld dit percentage elke 5 jaar; ongeveer
40% van alle mensen van 90 jaar of ouder
krijgen dementie.



x x

Is het erfelijk?

x x



x x x x
Dokter Naomi



Erfelijkheid

- Alleen bij familielid <65 jaar
- Voornaamste afwijkend gen

Apoliproteïne E4



We zullen altijd vrienden blijven tot we oud en seniel zijn... en dan kunnen we weer opnieuw vrienden worden.



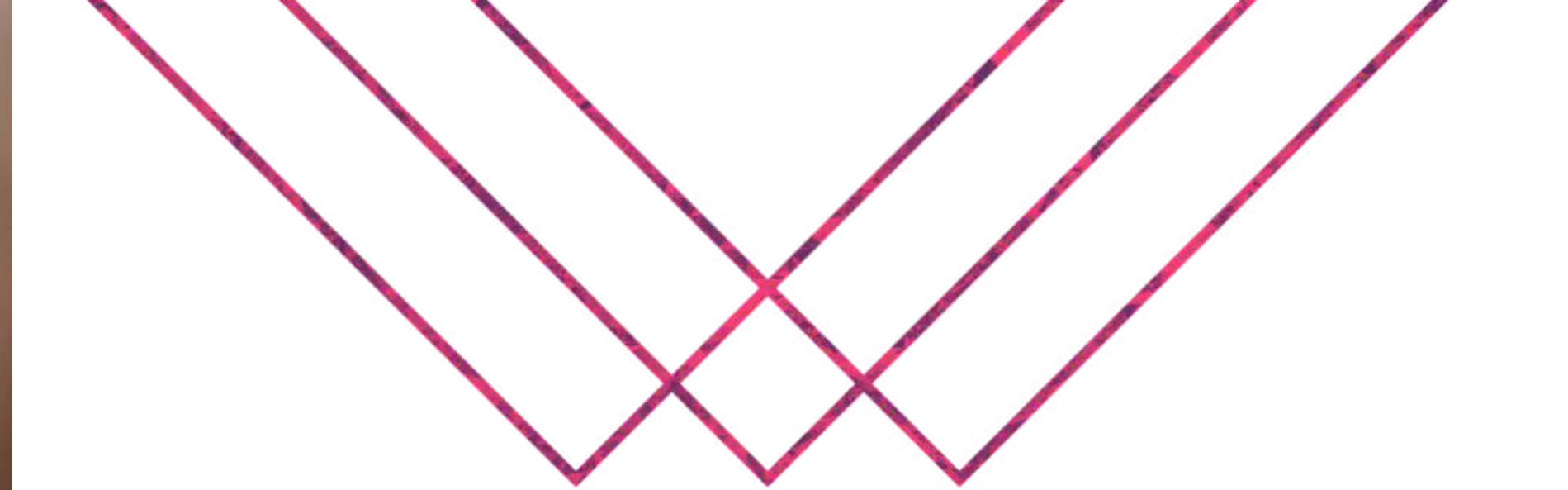
x x x x x x x x x x x x x x x x x x

Wat zijn de symptomen?

x x x x x x x x x x x x x x x x x x



x x x x
Dokter Naomi



Geheugen
verlies





♥ Communicatie problemen



*Problemen
met dagelijkse
taken*

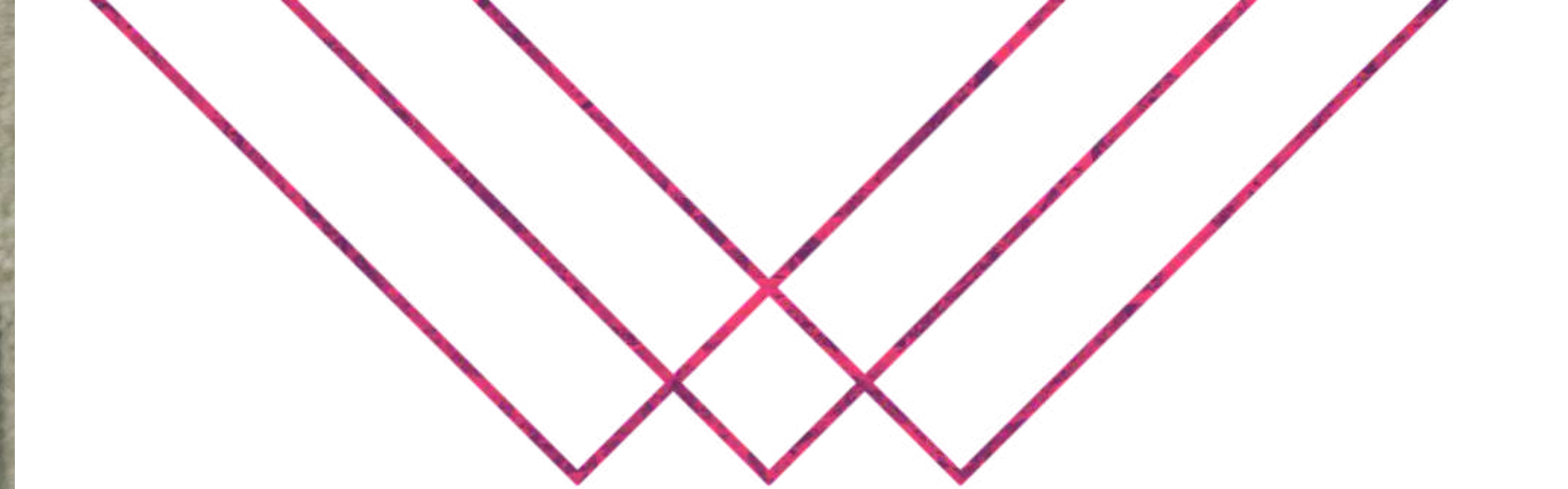




*Dingen op
verkeerde plek
leggen*



#Desorientatie



*Slecht / verminderd
inschattingvermogen*





Stemmingswisselingen
/ Persoonlijkheid
veranderingen



Verlies van initiatief

x x x x x x x x x x x x x x x x x x

Wat zijn de risicofactoren?

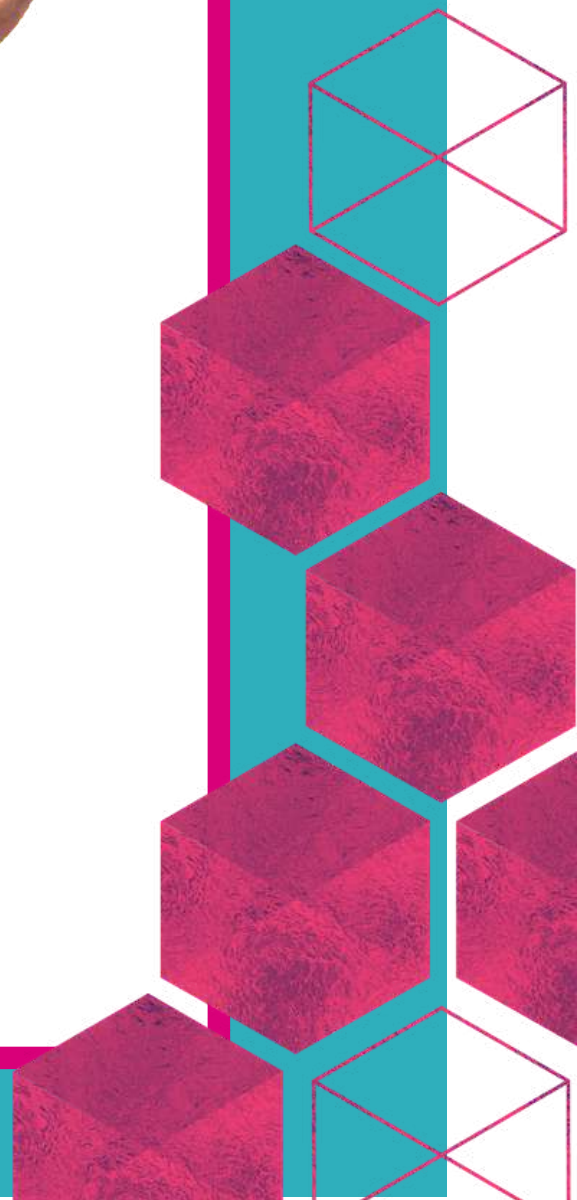
x x x x x x x x x x x x x x x x x x



x x x x
Dokter Naomi

Risicofactoren

- Roken
- Weinig bewegen
- Ongezond dieet
- Overgewicht
- Hoge bloeddruk
- Hoog cholesterol
- Suikerziekte



The background of the slide features three stylized trees with dense foliage, rendered in a light teal color. They are positioned in a row across the lower half of the image, set against a solid teal background. The trees have thick trunks and rounded canopies. Above the trees, there are two horizontal lines of small, red 'x' marks. The top line consists of 20 'x's, and the bottom line consists of 18 'x's. In the bottom right corner, there are four red 'x' marks above the text 'Dokter Naomi'.

Hoe kun je het risico verlagen?

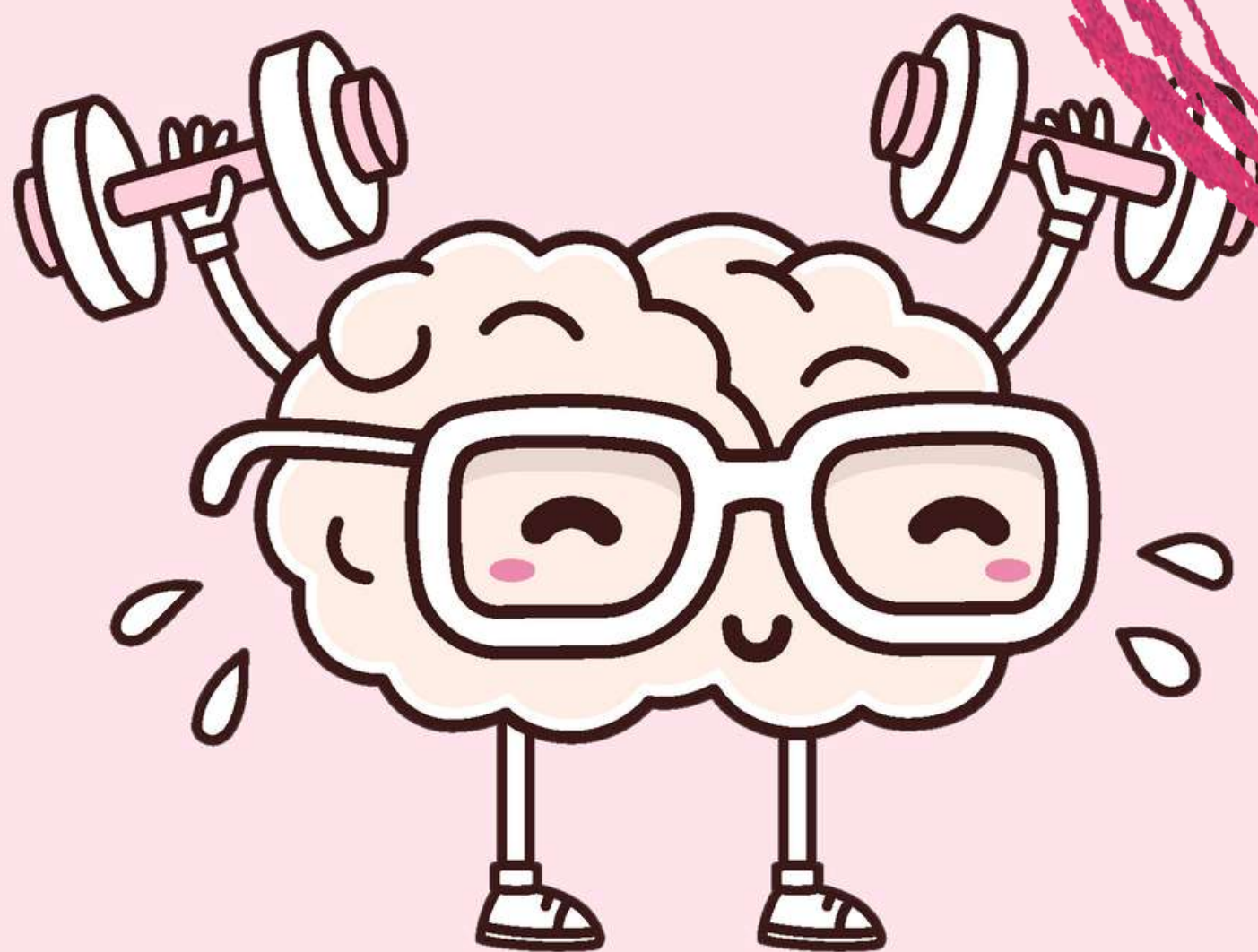

Dokter Naomi



♡ Eet gezond

♡ Rook niet

2Beweeq!





*Slaap goed
& ontspan
regelmatig*



De mentale oefeningen





❖ *Onderhoud
goede gezins
en sociale
relaties*

*Meld je aan
bij een club*





“Als je weet wat er gaat gebeuren met
iemand met dementie, dan kun je je daarop
aanpassen”



x x x x x x x x x x x x x

Tips om overbelasting te voorkomen

x x x x x x x x x x x x x





Vraag om hulp bij:

- ★ Huisarts
- ★ Praktijkondersteuners
- ★ Casemanagers
- ★ Psycholoog
- ★ Dagbesteding/dag opvang
- ★ Bij grote zorg opname met indicatie Wet Langdurige Zorg

Tips om jezelf te behoeden van overbelasting



BLIJF ACTIEF



BLIJF IN CONTACT MET VRIENDEN



DOE AAN HOBBIES



PRAAT NORMAAL, MAAK GEEN RUZIE



ROUTINE



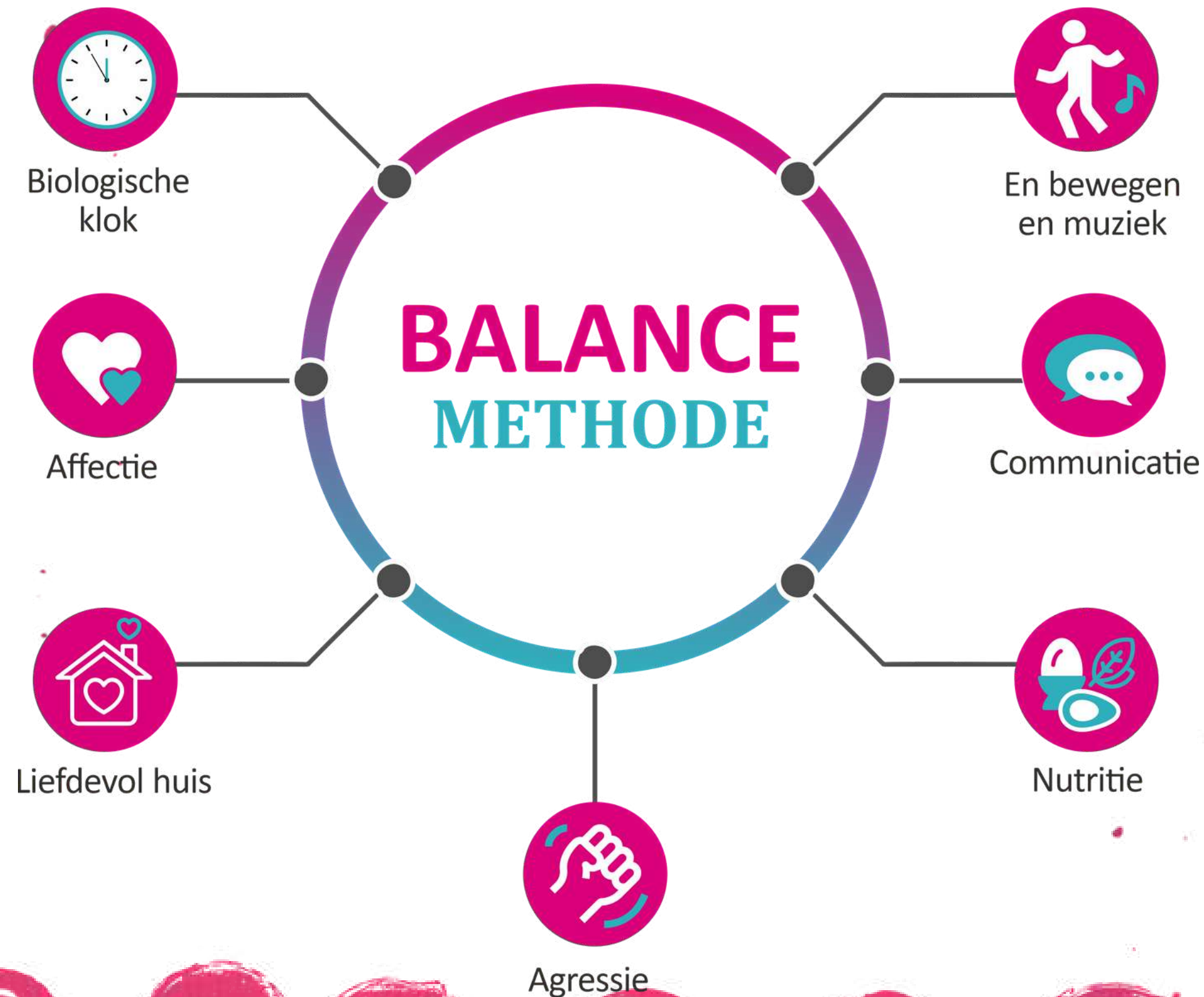
BIJ PROGRESSIE HULP INSCHAKELEN



DAG OPVANG

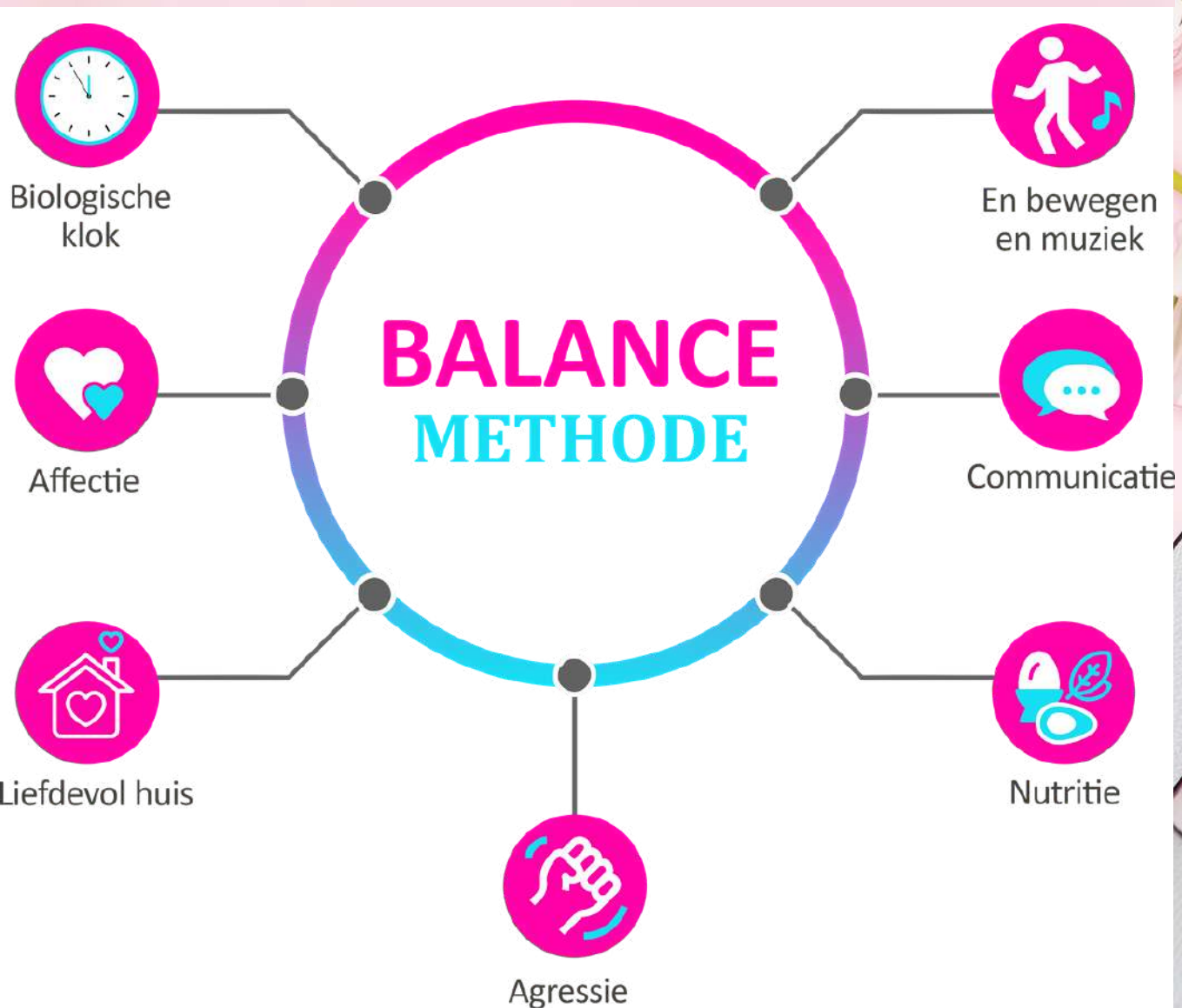


IN DE BALANCE METHODE ZIJN 7 MANIEREN OM HET LEVEN VAN JOU EN DE PERSOON MET DEMENTIE, MAKKELIJKER, VEILIGER, GEZONDER EN GELUKKIGER TE MAKEN.





Bestel mijn boek hier:



DementieDokter.nl/bestel-boek



Naomi

Naomi@DementieDokter.nl

ZorgMies.nl

DementieDokter.nl



GRATIS WEBINAR
TWV €97

DE VROLIJKE MANTELZORGER

GRATIS aangeboden door
ZorgMies Regio Maastricht

ZorgMies.nl

ZorgMies
Maastricht

9 APRIL
10.00U

MUZIEK, BLIJ BREIN & DEMENTIE



Over de positieve invloed
van muziek op het brein
& hoe je muziek kunt
inzetten bij een persoon
met dementie

16 APRIL
10.00U

DementieDokter.nl/agenda

[DementieDokter.nl/
bestel-boek](https://DementieDokter.nl/bestel-boek)

