

Als je het plezier van eten dreigt te vergeten...

Blijven inzetten op GENIETEN is de boodschap bij een warme voedingszorg!

Een goede voedingszorg voor personen met dementie is individueel te bepalen.

Onderstaande overzicht kan hulp bieden in het zoeken naar een gepaste ondersteuning bij de maaltijden.

Aandachtspunten bij personen met dementie	Mogelijks effect op de maaltijden	Ondersteuning in de voedingszorg
<p>Algemene verwardheid en geheugenproblemen.</p> 	<p>Vergeeten eten of blijven eten omdat men vergeet dat men al gegeten heeft (verlies van remming).</p> <p>Hierdoor ontstaat een verandering in het voedingspatroon.</p>	<p>Geef structuur aan de maaltijdmomenten en voorzie een vast ritueel ter aankondiging van de maaltijden vb.: samen de tafel dekken, een herkenbaar tafelkleed of herkenbare placemats gebruiken, herkenbare (rustige) muziek bij de maaltijden afspelen, een vaste plaats aan tafel voorzien, ...</p> <p>Wanneer de bewoner opnieuw wil eten, net na de maaltijd, weiger dit niet. Voorzie meerdere kleine maaltijden per dag en rek de maaltijdmomenten door de bewoner zoveel mogelijk zelf de maaltijd te laten voorbereiden vb. zelf boterhammen smeren.</p>
<p>Desoriëntatie in tijd, plaats, persoon.</p> 	<p>Een onrustig gevoel door een verlies aan structuur waardoor de maaltijden geweigerd worden.</p>	<p>Voorzie een goed zichtbare klok en kalender zodat men zich kan oriënteren in tijd.</p> <p>Maak de eetruimte voldoende herkenbaar (keukeninrichting) en plaats hier geen voorwerpen die niet met de maaltijd te maken hebben (vb. medicatiekar, poetskar, hobby materiaal, kiné-toestellen, ...).</p>
<p>Complexe handelingen worden moeilijker.</p> 	<p>Ondersteuning bij de maaltijd of de voorbereiding van de maaltijd verloopt moeilijk.</p>	<p>Bewaar zo lang mogelijk de zelfstandigheid van de bewoner, maar ondersteun waar nodig.</p> <p>Lukt een bepaalde handeling niet meer, kijk dan naar wat wel nog kan vb. i.p.v. het plooiën van servetten ondersteunen in het klaarleggen van de servetten op tafel, ... Met aangepast bestek, servies en bekertjes kan je de bewoner ondersteunen om zelfstandig te eten of drinken. Leg het gebruik ervan uit of doe het voor, dit is niet altijd vanzelfsprekend.</p>
<p>Gedagsveranderingen, wantrouwen.</p> 	<p>De maaltijd weigeren door wantrouwen.</p>	<p>Schep de maaltijd altijd uit in het zicht van de bewoner en vraag wat, hoeveel en waar op het bord (vb. saus) de bewoner dit wenst. Gebruik vertrouwd materiaal vb. een herkenbaar bord, placemat en herkenbare maaltijden. Als het mogelijk is, aangeboden door een herkenbaar persoon.</p> <p>Als dit niet werkt kan je proberen om zoveel mogelijk voorverpakt aan te bieden en pas te openen bij de bewoner aan tafel, of zelf laten openen als dit nog lukt. Zo ziet de bewoner dat er niemand aan de maaltijd is geweest.</p>

Aandachtspunten bij personen met dementie

Mogelijks effect op de maaltijden

Ondersteuning in de voedingszorg

Smaakveranderingen, verlies van smaak.



Veranderende voedingsgewoonten of vermindering van de eetlust.

Vaak voorkeur voor zoete smaken.

Ga niet uit van vaste voedingsgewoontes, maar bevrraag steeds om na te gaan wat de bewoner wenst te eten. Probeer nieuwe smaken wanneer je merkt dat de vertrouwde maaltijden moeilijker verlopen.

Zoete smaken hebben vaak de voorkeur, bij een beperkte voedingsinname zijn zoete zuivelproducten daarom een goed tussendoortje. Zoete dranken kunnen dan weer de vochtinname bevorderen.

Daling van het reukvermogen.



Een daling van het reukvermogen heeft een grote invloed op de smaak en daarbij de eetlust.

Je kan de maaltijden een extra boost geven door gebruik te maken van kruiden en aroma's. Hou ook rekening met de presentatie en variatie in textuur van de maaltijden.

Zo kan je buiten geur en smaak ook inspelen op andere zintuigelijke prikkels die de voedingsinname kunnen stimuleren.

Door te koken in de eetruimte creëer je extra geur waardoor je de eetlust kan stimuleren.

Extra gevoelig voor afleiding door prikkels uit de omgeving.



Snel afgeleid van het maaltijdmoment, verlies van focus waardoor er een vermindering van de voedingsinname optreedt.

Creëer een eetomgeving met weinig afleidende zintuigelijke prikkeling buiten de maaltijd vb.: geen tv, storende muziek of andere storende geluiden zoals telefoons of luidruchtig gepraat. Voorzie geen overdreven tafeldecoratie, drukke prints, servies of bestek dat niet gebruikt wordt, ...

Ga voor een aangename, maar sobere tafelaankleding. Plaats enkel het noodzakelijke op tafel.

Voorzie voldoende plaats aan tafel en ruimte tussen de bewoners zodat dit duidelijk afgebakend is.

Vermindering van het zicht (diepte- en verzicht en wijziging in kleurwaarneming).



Eentonige kleuren in de maaltijd en de maaltijdomgeving (tafel, bord, ...) zorgen ervoor dat de verschillende maaltijdcomponenten minder zichtbaar worden. De voedingsinname kan daardoor afnemen.

Zorg voor voldoende kleur op het bord bij het opstellen van het menu. Kip met appelmoes en puree is vaak een populair gerecht maar zeer eentonig in kleur. Door bijvoorbeeld verse kruiden te gebruiken bij de aardappelen en te werken met een gekleurd bord/placemat creëer je extra kleur.

Door een contrast te creëren tussen de tafel en het bord wordt de maaltijd beter zichtbaar waardoor er meer focus is op het bord. Het is bewezen dat de kleur rood aanzet tot actie en de voedingsinname zou stimuleren. Je kan daarom kiezen om een rood bord/placemat of een rode beker te gebruiken.

Slikproblematiek: bij dementie is er een verhoogd risico op slikproblemen.



Risico op verslikken waardoor de maaltijd een moeilijk moment wordt en de voedingsinname afneemt.

Voorzie maaltijden met een aangepaste consistentie. Zorg voor een aantrekkelijke presentatie van de gemixte voeding en presenteer alle componenten apart op het bord zodat smaak en kleur herkenbaar blijven.

Schep niet te veel ineens op het bord, een grote hoeveelheid kan ontmoedigen om eraan te beginnen. Start met een kleine maaltijd en vraag nadien of de bewoner wat extra wenst.

Aandachtspunten bij personen met dementie

Mogelijks effect op de maaltijden

Ondersteuning in de voedingszorg

Apraxie: niet weten hoe bepaalde handelingen uit te voeren, volgorde niet weten.



Een op het eerste zicht eenvoudige handeling vb. eten met bestek, kan plots moeilijk worden waardoor er vermindering van de voedingsinname optreedt.

Je kan verbaal stimuleren door te benoemen wat er moet gebeuren of visueel door het voor te doen. Je kan de persoon ook samen zetten met iemand die wel goed eet zodoende de handelingen gekopieerd kunnen worden.

Merk je dat de middagmaaltijd moeilijk verloopt en de broodmaaltijden vlotter, dan kan fingerfood misschien een hulp bieden.

PICA: de neiging om oneetbare zaken te eten.



Decoratie die op tafel staat kan gebruikt worden om te eten/drinken.

Je kan zorgen voor een mooi gedekte tafel, maar bij bewoners met dementie kan je best niet te veel decoratie of dingen die niet tot de maaltijd behoren op tafel plaatsen.

Plaats bijvoorbeeld geen bloemen of plantjes op tafel. Indien er toch planten in de ruimte staan, zorg dan voor eetbare planten vb. verse kruiden.

Taal- of communicatie-problemen.



Het kan zijn dat het communiceren over de maaltijden moeilijker verloopt.

Blijf de mogelijkheid geven om keuzes te maken. Stel niet meer dan één vraag per keer. Wanneer het moeilijk verloopt om een keuze te maken kan het helpen om dit visueel te ondersteunen.

Ga met de maaltijd tot bij de bewoner en laat kiezen. Communiqueer het menu eventueel via afbeeldingen.

**VOOR MEER
INFORMATIE**

Scan me!

