

IN HET VERPLEEGHUIS DOORLEREN MET DEMENTIE

Het brein vergeet, het leren blijft

Ook al heb je dementie, je kunt nog steeds nieuwe dingen leren. De 86-jarige meneer De Bruin maakt weer zelfstandig een ommetje. „Ik vond het een vreselijke gedachte dat hij de rest van zijn leven binnen zou zitten.”

Maja Landeweer

Ergotherapeut Manja Trouw haalt Kees de Bruin op in zijn kamer. Ze spiekt om het hoekje. „Hij slaapt.” De Voorburger zit in zijn leunstoel, ogen gesloten. Sinds negen maanden woont de vroegere psycholoog op een gesloten afdeling voor mensen met dementie in verpleeghuis WZH Leilinde in Leidschenveen.

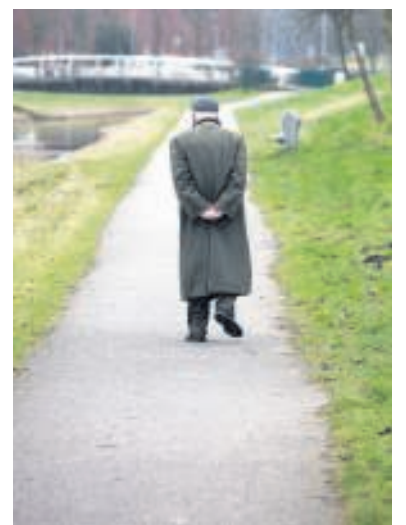
Trouw laat hem alleen. „Even wakker worden.” Niet veel later komt hij naar buiten, grijze pet op het hoofd, klassieke lange groene jas, vrolijke, nieuwsgierige blik. De Bruin is verrast over het gezelschap dat vandaag meeloopt. „Was dit bekend?”

Ergotherapeut Trouw toetst een code in om de afdeling te kunnen verlaten. Beneden kijkt meneer De Bruin op haar naamplaatje. „Mani-a”, zegt hij. „Nee, Manja”, reageert ze. „Oh gelukkig”, lacht hij. „Stukken beter.”

Het zal misschien een keer of veertig zijn geweest dat het duo afgelopen najaar zij aan zij langs de vaart wandelde, achter het verpleeghuis. Twee maanden lang, elke doordeweekse dag. Maar Kees de Bruin herkent haar niet. Wel weet hij waar de koffie is. Als de verpleeghuisbewoner ineens foet-sie lijkt, is hij cappuccino tappen.

Alleen

Trouw geeft aan dat we naar buiten kunnen. De Bruin, de handen op de rug gevouwen, gaat voorop. Zonder ook maar één keer om te kijken. Alsof hij alleen is marcheert hij door, in een kalm, gelijkmatig tempo. Niet één keer aarzelt hij, niet één keer stopt hij. Zelfs niet als de fotograaf om hem heen holt, om de wandelaar van alle kanten op de foto te zetten, bij de speeltuin, bij



Door dementie sterven er een hoop hersencellen af, maar er blijven er ook nog heel veel intact

— Manja Trouw

de vaart; de Bruins vaste herkenningpunten.

De tachtiger weet precies waar hij heen gaat. Ook al is hij veel vergeten. „Hij weet niet dat hij in Leilinde woont”, zegt zijn dochter Cecile de Bruin na de wandeling via de telefoon. „En zijn eigen kamer kan hij ook niet vinden.” Toch wandelt hij helemaal in zijn upje buiten. Dag in, dag uit. Hoe dat kan? „Een mens heeft honderd

miljard hersencellen. Door dementie sterven er een hoop af, maar er blijven er ook nog heel veel intact”, verklaart Trouw. „Daardoor kun je in een vergevorderd stadium van dementie blijven leren. Maar dat lukt alleen als je gemotiveerd bent, als je iets echt leuk vindt.”

Trouws collega Mari Groenendaal, *lecturer practitioner*, doet vanuit WZH onderzoek bij de Haagse

Hogeschool naar leren bij dementie. Helemaal precies weten ze het niet, zegt ze, hoe het werkt. „We hebben een klein onderzoekje gedaan met vier cliënten, die net als meneer De Bruin een route leerden lopen. De man die het slechtste scoorde bij de geheugentest, kon de route het best onthouden. Mogelijk is dat toeval.”

Bij dementie ‘gaat er heel veel kapot’. „Hoe meer er in de herse-





▲ Meneer de Bruin met ergotherapeute Manja Trouw, klaar voor het (bijna) dagelijkse ommetje (hoofdfoto). Onder: kalm en vastberaden marcheert de tachtiger door. Hij weet precies waar hij heengaat. FOTOS FRANK JANSEN

nen is beschadigd, hoe moeilijker het wordt. Toch is er nog veel mogelijk. Wat dat dan is, is soms niet te voorspellen. Zeker op het gebied van oriëntatie.”

Ingeslepen

De Bruin leerde de route via de methode van het ‘foutloos leren’. De route moet er ‘ingeslepen’ worden, door die keer op keer te herhalen. Dat moet ‘foutloos’, wat betekent:

altijd op exact dezelfde manier. Groenendaal: „Terwijl wij leren van fouten, kan het demente brein die niet verwerken. Door de voortdurende herhaling is de route nu opgeslagen in meneer De Bruin's onbewuste geheugen. Hij hoeft er niet meer over na te denken.”

De leermethode kost tijd, maar is dat dubbel en dwars waard, vindt Trouw. „Het gaat om kleine dingen, maar die geven wel veel plezier. Dat je bijvoorbeeld weer zelf koffie kunt zetten.”

Onlangs is vanuit de Haagse Hogeschool, zorginnovatiebureau DAZ en Alzheimer Nederland de landelijke campagne ‘Lerend vermogen van mensen bij dementie: denk in mogelijkheden’ van start gegaan om betrokkenen te stimuleren meer te doen met wat mensen met dementie nog wél kunnen. WZH loopt hierin voorop en heeft filmpjes aangeleverd van de succesverhalen, zoals dat van meneer De Bruin. Groenendaal: „We hopen andere zorgaanbieders te inspireren om ook van die min een plus te maken. Voor organisaties is het soms moeilijk in te passen,

maar het kán wel.”

Naast foutloos leren, gebruikt WZH ook het ‘associatief leren’ en het ‘emotieleren’. „Dingen die een emotie oproepen blijven beter hangen.” Vandaar de vrolijke gehaakte lapjes die her en der in Leilinde hangen. Trouw: „Die zijn voor een mevrouw die graag beneden een kopje koffie drinkt, maar



Hij kan aangereken worden, maar ik vind vrijheid belangrijk dan veiligheid

—dochter Cecile de Bruin

de weg niet kan vinden. Deuren ziet ze als een wit vlak, die herkent ze niet. Omdat ze van haken houdt, volgt ze nu de pannenlapjes.”

Meneer De Bruin is een buitensmens, geboren op een boerderij. Zijn dochters gaven dat direct aan bij de intake. Cecile de Bruin: „Ik vond het een vreselijke gedachte

dat hij de rest van zijn leven binnen zou zitten.” Ze vindt het ‘heel bijzonder dat WZH dit doet’. „Ik heb er nu een veel beter gevoel bij dat mijn vader in een verpleeghuis woont.”

Ook al is het tegelijk ook spannend dat haar vader er zelfstandig op uit gaat. „Ja, hij kan aangereken worden door een brommer. Maar ik vind vrijheid belangrijker dan veiligheid.”

Het wandelen doet haar vader goed, weet ze. „Laatst moesten de bewoners van Leilinde binnen blijven vanwege een uitbraak van griep. Hij was gedesoriënteerd en chagrijnig.” Trouw: „Ook al weet hij na afloop niet meer dat hij gewandeld heeft, het fijne gevoel blijft hangen.”

Het loslaten is voor de familie net zo spannend als voor de medewerkers. Trouw: „Op een gegeven moment zei hij: als je druk bent, red ik het zelf wel hoor. In het begin ben ik stiekem op bepaalde punten gaan kijken. Hij heeft een GPS-tracker bij zich als achtervang, maar tot nu toe komt hij altijd zelf weer thuis.”