

KRIJG
VAT OP
DEMENTIE

10

Je stappenplan bij verloren zijn

Dit plan helpt iedereen die
met de vermissing te maken krijgt.

Verwarring bij dementie is gewoon een gegeven.

“Oh pest ... waar is hij.”

“Hij is niet waar ik dacht dat hij was.”

“Hij zat juist nog in zijn zetel.”

...

Het zijn gekende scenario's

Zelfs in de media wordt er gewag van gemaakt.

Grote zoektochten.

Opa is verloren gelopen met alle gevolgen van dien.

Vermissing komt regelmatig voor dan we denken.

Meestal wordt het rustig binnen de familie, kennissen en de burens opgelost.

Soms kan het ook grote gevolgen hebben.

Dat heb je liever niet.

Daarom dit vermissingsdocument.

TIP:

Deel dit stappenplan met familieleden, huishoudhulp, verplegend personeel ... iedereen die maar langskomt en af en toe een oogje in het zeil houdt.

Het waarom van een vermissingsfiche

Om mensen met dementie toch zo lang mogelijk zelfstandig thuis te laten wonen is een vermissingsfiche onontbeerlijk, zodat je als het ooit misloopt iedereen het stappenplan kan uitvoeren. Op die manier weet iedereen wat de verschillende stappen zijn om de persoon in kwestie zo snel mogelijk terug te vinden.

Ik stel me soms voor dat ik niet thuis ben, één van mijn kinderen even een oogje in het zeil houdt en dat de opa buiten gaat wandelen en niet meer vindbaar is. En ik niet bereikbaar. Horror!

Daarom ligt er bij ons stevast op een afgesproken plek een vermissingsfiche. Netjes ingevuld en telkens up to date. In mijn google agenda zet ik jaarlijks een herinnering om daar even naar te kijken en, indien nodig, wijzigingen aan te brengen.

Het idee is eenvoudig: de persoon in kwestie zo snel mogelijk terugvinden.

Daarvoor is tijd cruciaal.

BELANGRIJK: het is van uiterst belang dat alle partijen, iedereen die oppast, weet waar deze documenten liggen. Wees daarin zeer precies want 'ze liggen in de kast' is te vaag (welke kast? Waar juist?). Terwijl bijvoorbeeld in een plastic container met een rood deksel in de koelkast veel specifieker is en dus makkelijker vindbaar. En er is maar 1 koelkast. Nog een voordeel: die koelkast blijft ook altijd op dezelfde plek staan.

Het stappenplan

Dit plan helpt iedereen die met de vermissing te maken krijgt.

Of het nu familiehelp is of een neefje dat plots langskomt en ontdekt dat de opa er niet is. Iedereen is op de hoogte dat er een 'plan' is als ma/pa met dementie niet thuis is.

TIP:

Print het stappenplan uit en steek het bij de vermissingsfiche in het niet zo geheime doosje in de koelkast. Dan heb je direct een houvast als er iets gebeurt.

Het erkende vermissingsdocument met:

- **zorgfiche en**
- **medische fiche**
- **zoektochtfiche**

Dit document dient zo gedetailleerd mogelijk ingevuld te worden. Het is best een lijvig document waarmee verschillende hulpdiensten aan de slag kunnen. Dit document wordt ter beschikking gesteld door het Expertisecentrum Dementie Vlaanderen vzw en werd gemaakt in samenwerking met de politie en de cel vermiste personen, en kan je hier als bijlage uitprinten.

Vul dat zo goed mogelijk is. Plan minstens **een jaarlijkse revisie** van dit document in zodat er recente informatie instaat. Ik denk in het bijzonder aan de medicijnen en de pasfoto.

Het stappenplan bij vermissing

1. Hou het hoofd cool

En nee, dat is niet makkelijk als je in paniek bent, maar 'first things first'.
Ademen en blijven ademen. Het heeft écht geen zin om als een kip zonder kop rond te lopen.
Dan verlies je kostbare tijd in je zoektocht.

2. Kijk rond in het huis

Ik bedoel daarmee: kijk écht rond. Soms vergissen mensen met dementie zich en stappen bijvoorbeeld door de kastdeur zogenaamd naar buiten.

Ja, je kan daar nu meewarig je schouders over ophalen, maar het gebeurt écht.

Dan staan ze in de kast (in het donker) en vinden ze de weg naar 'buiten' niet meer.

Dus eerst grondig je huis doorzoeken. Kijk achter **alle** deuren, in bed en alle mogelijke plekken.

Kijk ook even rond in de buitenruimten (garage, tuinhuis, ...).

3. Het niet zo geheime doosje!

Als het goed is, kent iedereen die komt oppassen het doosje waar de vermissingspapieren in zitten. Zoals hierboven beschreven, kan je dat beter in de koelkast zetten dan in een kast.

Bij een panieksituatie is het nét dat beetje makkelijker om te weten waar de koelkast is dan te zoeken naar de juiste kast of schuif.

4. Waar gaat hij graag naartoe?

Kijk ook even waar hij graag naartoe gaat:

- het ouderlijk huis waar hij opgegroeid is;
- de begraafplaats van zijn vrouw of kinderen;
- zijn voormalig werk of vrijwilligerswerk;
- een theetje drinken bij de burens.

Doe even een controle indien mogelijk en de plekken niet al te ver uit elkaar liggen.

TIP: Ga niet zelf op zoek!

Stuur je troepen (= familie of vrienden) uit of bel 101 (zie punt 6).

5. De vermissingsfiche

Die is voor een deel ingevuld en heeft nog nood aan extra informatie op het moment zelf:

- welke kledij heeft hij aan;
- wanneer heeft hij het laatst gegeten;
- wanneer hij zijn medicijnen genomen.

TIP: Misschien handig om kruisjes te zetten in het document waar er extra informatie nodig is, dan moet je niet in die panieksituatie het hele document beginnen lezen.

Vul alles zo goed mogelijk in. Dat kan je bijvoorbeeld doen terwijl iemand anders een ronde doet bij de plekken waar hij graag is.

6. De persoon in kwestie niet gevonden?

Bel dan 101. Je komt terecht bij de politie die een zoektocht kan opstarten.

Ik hoop oprecht dat je nooit zo'n situatie meemaakt, maar je kan maar beter voorbereid zijn.

Hallo, Ik ben Marianne

Ik ondersteun mensen die zorgen voor ma/pa met dementie, zodat ze kunnen blijven zorgen zonder er aan onderdoor te gaan.

Ik hoor je al denken: 'wat kan jij voor mij betekenen?'

Ik leer je te zorgen voor iemand met dementie op je eigen voorwaarden.

Geef me een seintje als je ...

- anders wil omgaan met dementie, zodat je niet hoeft uit te vliegen omdat het je even teveel wordt;
- je werk/gezin/zorg wil combineren zodat je voor alle aspecten in je leven nog energie hebt;
- als je wil leren hoe je met energie en goesting kan blijven zorgen voor iemand met dementie.

Ik kijk ernaar uit om van je te horen!

Marianne

Meer inspiratie nodig?
Kijk eens op www.marianne-stevens.be



MARIANNE
stevens

GSM: +32 494 411 406
info@marianne-stevens.be