

Inhoud

Inleiding	8
Hoofdstuk 1: De werking van de hersenen en het geheugen en de aantasting bij dementie	15
De hersenen	17
De werking van het geheugen	22
Geheugenproblemen	24
Dementie	29
Gastartikel: Alles hing nu van mij af	36
<i>Ervaringsverhaal mantelzorger Sjef van Bommel</i>	
Hoofdstuk 2: Omgaan met emoties en gevoelens	47
Verdriet, depressie en rouw	50
Versterkt gevoelsleven	55
Hoe blijf ik goed communiceren?	58
Behoeften	67
Risico's horen bij het leven	74
Gedragsproblemen	77
Apathie	77
Angst en afhankelijk gedrag bij dementie	85
Boosheid en agressie	88
Omgaan met eigen emoties als mantelzorger	90
Gastartikel: Muziek laat me voelen dat ik leef	94
<i>Artikel over de waarde van muziek</i>	
Hoofdstuk 3: Praktijkverhalen	103

Gastartikel: Smakelijk eten	142
<i>Artikel over eten en voeding</i>	
Hoofdstuk 4: Woningaanpassingen	151
Algemene uitgangspunten	153
Vragen	156
Advies en ondersteuning	157
Suggesties voor aanpassingen	157
Veiligheid	162
Gedrag	169
Bewegingsvrijheid	173
Aandachtspunten in zorginstellingen	176
Gastartikel: Blijf in beweging	178
<i>Artikel over de noodzaak van goed bewegen</i>	
Hoofdstuk 5: Hulpmiddelen bij dementie	187
Algemene uitgangspunten	188
Hulpmiddelen leren gebruiken	189
Indeling hulpmiddelen	194
Hulpmiddelen ten behoeve van geheugen en oriëntatie	195
Hulpmiddelen ten behoeve van bewegen	205
Hulpmiddelen ten behoeve van (overige) activiteiten	216
Hulpmiddelen ten behoeve van communicatie	223
Hulpmiddelen ten behoeve van veiligheid	228
Gastartikel: Gezonde verlichting voor ouderen	242
<i>Artikel over de invloed van licht op mensen met dementie</i>	
Hoofdstuk 6: Veelgestelde vragen in Alzheimercafés	253
Register	282