

Onveilige situaties thuis en buitenshuis

Rapportage peiling april 2014
Wendy Werkman (Alzheimer Nederland)

Achtergrond en vraagstelling

Het regeringsbeleid is erop gericht iedereen zo lang mogelijk thuis te laten wonen. Veel mantelzorgers zeggen ook tegen Alzheimer Nederland dat zij hun naaste met dementie zo lang mogelijk thuis willen laten wonen, in zijn eigen vertrouwde omgeving. Dankzij de steun en hulp van mantelzorgers en professionele ondersteuning is dit ook vaak mogelijk, zelfs als iemand alleen woont. Maar naarmate de ziekte vordert, kan dit om allerlei redenen steeds lastiger worden. Bijvoorbeeld omdat de mantelzorgers overbelast¹ raakt door de zorg of de naaste teveel zorg en toezicht nodig heeft (24 uur per dag). Er kunnen zich onveilige situaties voordoen in huis; degene met dementie kan het gevaar soms niet meer goed inschatten, is door de ziekte gevoeliger voor vallen of de vergeetachtigheid brengt gevaarlijke situaties met zich mee (zoals het pannetje op het vuur laten staan).

Over deze onveilige situaties zowel thuis als buitenshuis heeft Alzheimer Nederland in april 2014 een peiling onder mantelzorgers gedaan waarin de volgende vragen centraal stonden:

- In welke mate maken mantelzorgers zich zorgen over onveilige situaties?
- Heeft men onveilige situaties thuis of buitenshuis meegemaakt? Om wat voor situaties gaat het dan en hoe vaak komt het voor?
- Welke maatregelen treft men ter voorkoming van onveilige situaties? En wie heeft hen hierin geadviseerd?

Wie zijn ondervraagd?

In totaal hebben 695 mantelzorgers de vragenlijst ingevuld; 603 mantelzorgers uit het Alzheimerpanel Nederland (www.alzheimerpanel.nl) en 92 mantelzorgers die via andere wegen zijn geworven voornamelijk via de website van Alzheimer Nederland en social media. (Enkele achtergrondkenmerken van de mantelzorgers staan in tabel 1 in de resultatenbijlage).

Leeswijzer rapportage

Op de volgende pagina staat een samenvatting met daarin de belangrijkste resultaten over onveilige situaties. Tevens is de kijk van Alzheimer Nederland op de resultaten beschreven inclusief enkele adviezen. In de bijlage staan alle resultaten van deze peiling in tabellen en figuren. Deze resultaten worden hier en daar ingekleurd door citaten van respondenten.

¹ Mantelzorgers over ondersteuning bij dementie door het sociale netwerk en de gemeente; Dementiemonitor Mantelzorg 2013; Deelrapportage 2; Nivel, Alzheimer Nederland, www.alzheimer-nederland.nl/dementiemonitor

Samenvatting

- Mantelzorgers maken zich grote zorgen om onveilige situaties; 1 op de 3 maakt zich zelfs heel veel of dagelijks zorgen. Deze zorgen zijn realistisch want er gaat relatief vaak iets mis.
- Driekwart (76%) van de mantelzorgers geeft aan dat zich wel eens onveilige situaties thuis hebben voorgedaan.
- Bij onveilige situaties thuis gaat het vooral om vallen (45%), verkeerde/geen inname medicijnen (42%) en elektrische apparaten aan laten staan (40%). Maar ook pan op het vuur, gas aan laten staan en vreemden binnen laten, komen regelmatig voor (samen goed voor ca. 25% van de onveilige situaties).
- 70% heeft ervaring met onveilige situaties buitenshuis. Dan gaat het vooral om verdwalen (56%) en vallen (41%). Tevens komen gevaarlijke situaties in het verkeer vaak voor, vooral door gebrek aan verkeersinzicht, zoals het zomaar opeens zonder uitkijken de weg oversteken.....
- Het blijkt dat onveilige situaties in huis vaker voorkomen dan buitenshuis. Nagenoeg de helft zegt dat ze dagelijks (14%) tot wekelijks (34%) met zulke onveilige situaties te maken hebben. De situaties buitenshuis zoals verdwalen komen volgens 22% van de mantelzorgers elke week voor, 1 op de 5 meldt een frequentie van 1 keer per maand.
- Om zulke onveilige situaties te voorkomen is de meest genoemd maatregel het houden van toezicht door zorgprofessionals (36%) of het eigen netwerk (31%). Daarnaast wordt het huis vaak aangepast om valincidenten te voorkomen (30%), treft men brandpreventiemiddelen (26%) en maakt een kwart (24%) gebruik van personenalarmering. Opvallend is dat velen geen gebruik maken van speciale hulpmiddelen of domotica, maar zelf maatregelen of hulpmiddelen verzinnen om het veilig te houden zoals het verstoppertje van de autosleutels.
- Mantelzorgers bedenken dus vaak zelf deze maatregelen. Daarnaast worden ze geadviseerd door professionals zoals casemanagers en thuiszorgmedewerkers. De gemeente speelt in deze advisering nauwelijks een rol.
- Om zo veilig mogelijk thuis te kunnen blijven wonen is 24 uur toezicht nodig volgens de mantelzorgers. Mantelzorgers adviseren andere mantelzorgers vooral om zo vroeg mogelijk professionele hulp en het sociale netwerk in te schakelen en hulpmiddelen te gebruiken.

Reflectie en advies Alzheimer Nederland

Er komen bij Alzheimer Nederland regelmatig signalen binnen over incidenten in en om het huis. En met het oog op langer thuis wonen, vormde dit aanleiding om hier wat dieper op in te gaan. De resultaten tonen dat het eerder regelmaat dan uitzondering is dat zich onveilige situaties voordoen, die wonderwel vaak goed aflopen door een oplettende mantelzorger of andere betrokkenen. De uitkomsten zijn schrijnend omdat de terechte zorgen en ongerustheid over de veiligheid nog weer extra bijdragen aan de belasting van de mantelzorgers die op een bepaald moment 24 uur per dag toezicht moeten houden. Dat vraagt veel, teveel van de zwaar belaste mantelzorger, zeker gezien de bezuinigingen in de professionele zorg. Alzheimer Nederland vreest dat de beschikbaarheid van dagopvang of huishoudelijke hulp dan ook afnemen en het toezicht nog meer alleen op de schouders van de mantelzorgers komt te liggen. Een breder netwerk is daarom cruciaal voor de mantelzorgers om de zorg te delen en vol te houden. Sommigen hebben dat al, anderen niet, en we weten uit de Dementiemonitor Mantelzorg dat men het lastig vindt hulp in te schakelen en om hulp te vragen. Veel mantelzorgers wachten daar (te) lang mee. Met de invoering van de nieuwe Wmo in 2015 ligt hier een belangrijke taak voor de gemeenten; ondersteun de mantelzorgers en help hen hun netwerk in te schakelen. Ook zien we een belangrijke taak voor de gemeenten in de voorziening van extra hulpmiddelen voor thuis, door bijvoorbeeld hierover op tijd te adviseren.

Uit onze peiling blijkt dat gemeenten nu nog nauwelijks worden ingeschakeld, ook omdat mensen niet weten wat gemeenten voor ze kunnen betekenen. Maar met de invoering van de nieuwe Wmo in 2015 ligt hier een belangrijke taak voor juist gemeenten:

1. ondersteun de mantelzorgers (bijvoorbeeld met dagopvang); recent onderzoek toont aan dat met 1 dag dagopvang per week de stress van de mantelzorgers al tot een normaal niveau kan worden teruggebracht.²
2. help mantelzorgers om de zorg te delen en om hun netwerk in te schakelen;
3. speel een belangrijke rol in de voorziening van hulpmiddelen thuis, door bijvoorbeeld hierover tijdig te adviseren of door mantelzorgers zo snel mogelijk te verwijzen naar professionals met verstand van dementie, zoals de casemanagers en door samen te werken met deze professionals als gemeente;

Kortom: Alzheimer Nederland doet een appèl op de gemeenten om mee te helpen het thuis en daarbuiten veilig te houden; alleen dan kunnen mensen met dementie zo lang en zo veilig mogelijk thuis wonen.

²Anticipating an Easier Day: Effects of Adult Day Services on Daily Cortisol and Stress *The Gerontologist first published online July 4, 2014 doi:10.1093/geront/gnu060*

Bijlage: Resultaten

Samenstelling steekproef

De steekproef is als volgt samengesteld:

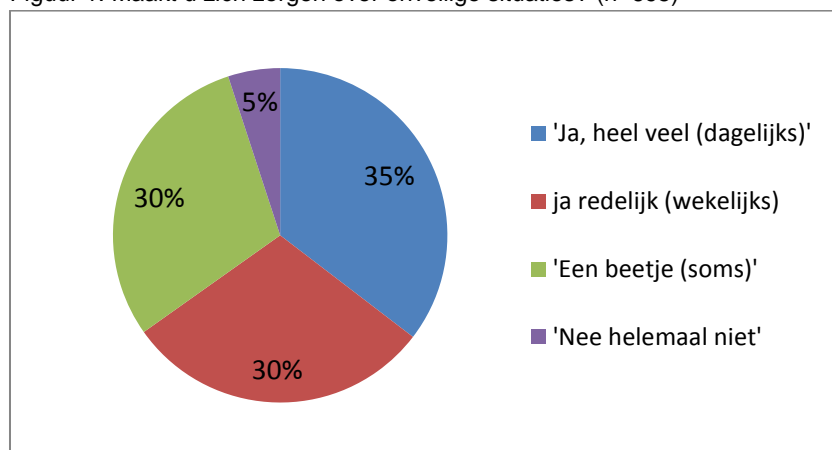
Tabel 1: steekproef (n=695)

Relatie naaste met dementie	
Partner	44%
Ouder	39%
Anders (bijvoorbeeld ander familielid of kennis)	17%
Woonsituatie naaste met dementie	
Samenwonend	38%
Verpleeghuis	31%
Alleenwonend	21%
Anders (bijvoorbeeld inwonend bij kind)	10%

Zorgen maken over onveilige situaties

Bijna elke respondent maakt zich in enige mate zorgen over onveilige situaties; waarvan 1 op de 3 zelfs heel veel, maar liefst elke dag. Slechts 5% maakt zich daarover helemaal geen zorgen.

Figuur 1: Maakt u zich zorgen over onveilige situaties? (n=695)



Onveilige situaties thuis

Aan de mantelzorgers is vervolgens gevraagd of ze wel eens onveilige situaties met hun naaste hebben meegemaakt en wat dan. We maken hier een onderscheid tussen onveilige situaties thuis en buitenshuis. Driekwart (76%) van de mantelzorgers geeft aan dat zich wel eens onveilige situaties thuis hebben voorgedaan. In de volgende tabel staat beschreven welke situaties dit zijn geweest.

Tabel 2: onveilige situaties thuis (n=525)

Soort situaties	%
Vallen	45%
Anders, zie tabel 3 hieronder	43%
Verkeerde/geen inname medicijnen	42%
Elektrische apparaten aan laten staan of verkeerd gebruiken	40%
Pan op het vuur laten staan	27%
Gas aan laten staan	26%
Vreemden binnen laten	26%
Verbranding (bijvoorbeeld door heet water of hete radiatoren)	8%
Verwonding door messen of andere scherpe/gevaarlijke voorwerpen	4%
Inname schoonmaakmiddelen of andere giftige stoffen	1%

In bijna de helft van de onveilige situaties gaat het om valincidenten in het huis. Tevens geeft een grote groep (> 40%) aan dat medicijnen niet of verkeerd worden ingenomen en elektrische apparaten niet goed worden gebruikt of dat de naaste deze aan laten staan.

“Ze is een keer in de badkamer gevallen en heeft toen erg veel bloed verloren. De volgende ochtend is ze door de buurman en thuiszorg in bed gevonden, ernstig verward.”

“Waterkoker op gaspit aangestoken om thee te zetten.”

“Vandaag nog stond mijn vrouw op het punt om haar oorbellen met haakjes in te nemen in plaats van haar medicijnen. Ik kon nog net ingrijpen!”

Andere situaties worden ook nog vaak genoemd. In de volgende tabel staat een overzicht van de meest genoemde situaties in deze categorie.

Tabel 3: onveilige situaties thuis, anders

Andere situaties
Voordeur open laten staan
Eten en drinken: te veel, te weinig, bedorven voedsel, te veel alcohol en het eten van oneetbare dingen
Water laten stromen (douche, kraan)
Onbeheerd laten branden van sigaretten en kaarsen
Agressie
Het kopen van goederen en diensten aan de deur/telefoon; privé gegevens (bijv. pincode weggeven)

Onveilige situaties buitenshuis

Ook buitenshuis doen zich volgens veel mantelzorgers onveilige situaties voor; 70% heeft wel eens iets meegemaakt. Onderstaande tabel geeft weer welke situaties veelal voorkomen.

Tabel 4: onveilige situaties buitenshuis (n=489)

Soort situaties	%
Verdwalen	56%
Vallen	41%
Anders, zie tabel 5	36%
Een ongeluk veroorzaakt met auto of ander voertuig	14%

Meer dan de helft van de mantelzorgers geeft aan dat hun naaste met dementie wel eens verdwaald. Net als bij de situaties in huis, komt vallen buitenshuis ook vaak voor.

“Hij liep 's nachts weg in ondergoed en blote voeten in de sneeuw.”

“De weg was opengeboken en kon toen de vertrouwde route op de fiets niet meer vinden. Is uiteindelijk bij politiebureau terecht gekomen en die gaven hem een kaart...tja dat snap iemand met Alzheimer ook niet meer!”

“Vader was al een keer met de auto een fietspad opgereden, een oprit, en had altijd smoesjes. Het ergste was een aanrijding waarbij de auto total loss bleek. Wonderwel had hij slechts lichte verwondingen en de andere partij ook. Hij had de verkeerssituatie totaal verkeerd ingeschat en was verschrikkelijk boos geworden op de aanwezige agent.”

Hieronder staat een overzicht van de meest genoemde situaties in de categorie ‘anders’.

Tabel 5: onveilige situaties buitenshuis, anders

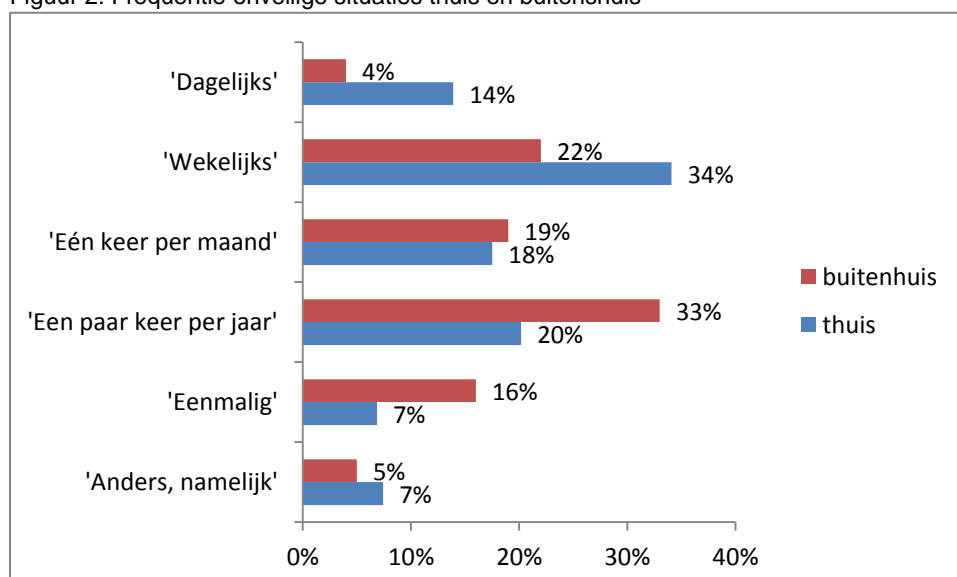
Andere situaties
Onveilige situaties in verkeer vooral door gebrek aan verkeersinzicht <ul style="list-style-type: none"> • Niet meer uitkijken bij oversteken • Verkeerssituaties, zoals snelheid auto's, niet meer goed kunnen inschatten • Tegen verkeer inrijden • Door rood rijden • Verkeerd voorsorteren
's nachts dwalen (in bijvoorbeeld te koude kleding in de winter)
Ongepast (soms agressief) reageren tegen vreemden

De mantelzorgers hebben veel onveilige verkeerssituaties met hun naaste met dementie meegemaakt. Dit gebeurt meestal op de fiets of als voetganger, maar ook als bestuurder van een auto.

Frequentie onveilige situaties

De mantelzorgers hebben aangegeven hoe vaak zulke onveilige situaties nu voorkomen. Het blijkt dat de situaties thuis vaker voorkomen dan buitenshuis.

Figuur 2: Frequentie onveilige situaties thuis en buitenshuis



Zoals de figuur laat zien zegt nagenoeg de helft dat ze thuis dagelijks (14%) tot wekelijks (34%) met zulke onveilige situaties te maken hebben. De situaties buitenshuis zoals verdwalen komen volgens 22% elke week voor, 1 op de 5 meldt een frequentie van 1 keer per maand en een derde een paar keer per jaar. Het komt maar heel weinig voor dat er sprake was van eenmalige onveilige situaties, met andere woorden zulke situaties doen zich regelmatig voor.

Maatregelen ter voorkoming onveilige situaties

Driekwart van de mantelzorgers (73%) heeft maatregelen getroffen om onveilige situaties (nogmaals) te voorkomen of hier snel op te kunnen reageren mocht zich zo'n situatie voordoen. Welke maatregelen mantelzorgers nemen, staat in onderstaande tabel.

Tabel 6: maatregelen voor onveilige situaties (n=508)

Soort maatregelen	%
(meer) Toezicht door zorgprofessionals	36%
(meer) Toezicht door familieleden en andere naasten	31%
Aanpassingen in de inrichting in huis om vallen of stoten te voorkomen	30%
Brand(preventie)middelen	26%
Personenalarmering	24%
De voordeur op slot als u even gaat boodschappen doen	16%
Een keramische, elektrische of inductiekookplaat	15%
Thermostaatkranen	14%
Gevaarlijke stoffen of apparaten achter slot en grendel	14%
Afsluitbare medicijnkast/pillendoos met alarmfunctie	12%
Een beschermknop die de knoppen van een gasfornuis en schakelaars afschermt	7%
Dwaalbeveiliging (GPS)	5%
Een drukmat met sensoren naast bed/onder matras die alarmeert zodra iemand uit bed stapt	3%
Deuralarm gekoppeld aan pieper/mobiele telefoon van mantelzorger/overige naaste	2%
De kamerdeur op slot als u bijvoorbeeld even elders in huis bezig bent	2%

Vooraf het houden van toezicht lijkt de manier om onveilige situaties te voorkomen. Mantelzorgers geven vaak aan dat ze hun naaste met dementie nooit meer alleen laten; vaak naar aanleiding van een incident zoals verdwalen of vallen. Daarnaast wordt het huis vaak aangepast om valincidenten te voorkomen (30%). Een kwart van de mantelzorgers treft brandpreventiemiddelen en maakt gebruik van personenalarmering. Overigens nemen mantelzorgers niet één maatregel maar een combinatie van om het zo veilig mogelijk te houden. Het nemen van zulke maatregelen is niet altijd eenvoudig omdat de naaste met dementie dit wel eens weigert.

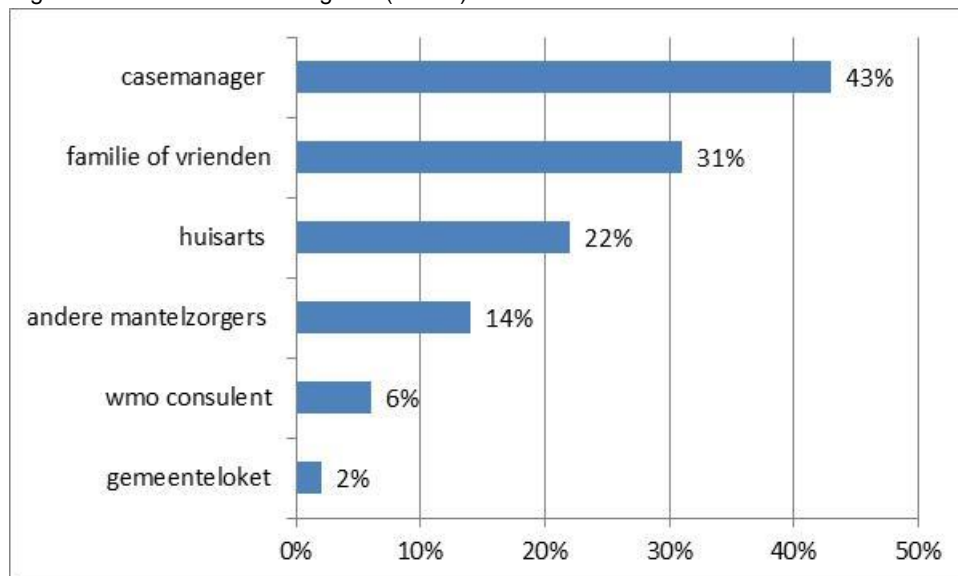
Velen (52%) noemen nog andere maatregelen die ze zelf hebben bedacht of hen zijn geadviseerd door professionals of anderen (zoals andere mantelzorgers). In de volgende tabel staat een overzicht van de meest genoemde andere maatregelen.

Tabel 7: andere maatregelen, die mantelzorgers zelf noemen

Andere situaties
Koken niet meer mogelijk maken (bijv. gas afsluiten, tafeltje dekje)
Nachtverlichting
Autorijden/fietsen niet meer mogelijk maken (bijv. sleutels verstopten, auto verkopen)
De omgeving informeren zodat ze bijv. hun naaste thuis brengen bij verdwalen
Naar de dagopvang
Briefje met gegevens in kleding, tas of identiteitsketting
Traphekje
Aangepaste badkamer (bijv. beugels)
Gevaarlijke of overbodige dingen weghalen (bijv. lucifers, gereedschap)
Verhuizing naar verpleeghuis, verzorgingshuis of aanleunflat

De casemanager en familie en vrienden adviseren over maatregelen ter voorkoming van onveilige situaties. De gemeente speelt in deze advisering een hele kleine rol (zie figuur 3). Ook zegt een deel dat niemand hen geadviseerd heeft; dat ze zelf deze maatregelen verzonnen hebben.

Figuur 3: advies inzet maatregelen (n=695)



Gebruik hulpmiddelen

Zojuist hebben we laten zien welke maatregelen worden genomen om onveilige situaties te voorkomen. Tevens hebben we aan de mantelzorgers gevraagd hoe zij aankijken tegen de inzet van hulpmiddelen; of ze er bezwaar tegen hebben of niet. In de volgende tabel ziet u de uitkomsten.

Tabel 8: houding ten opzichte van hulpmiddelen (n=695)

Soort maatregelen	%
Ik heb geen moeite met zulke hulpmiddelen	52%
Ik heb hier geen mening over	20%
Ik trek een grens bij hulpmiddelen die iemands privacy aantasten, zoals videobewaking	20%
Ik trek een grens bij hulpmiddelen die iemand bewegingsvrijheid aantasten, zoals een alarmknop bij de buitendeur	7%

De helft heeft dus geen bezwaar tegen het gebruik van hulpmiddelen als daardoor hun naaste met dementie veiliger thuis kan blijven wonen. 1 op de 5 heeft er wel bezwaar tegen als deze hulpmiddelen iemand privacy aantasten.

Velen hebben dus geen bezwaar tegen hulpmiddelen maar in de praktijk blijken zulke hulpmiddelen zoals domotica nog niet veel gebruikt te worden. De mantelzorgers geven hiervoor de volgende redenen.

Tabel 9: redenen geen gebruik hulpmiddelen (n=695)

Soort maatregelen	%
Anders	35%
Niet van toepassing, ik gebruik wel hulpmiddelen	25%
Ik en/of anderen houden toezicht	25%
Ik heb daar nog niet over nagedacht	14%
Ik ben er niet bekend mee	13%
Ik kan ze niet betalen	7%
Ik weet niet hoe ik eraan moet komen	4%

Een kwart van de mantelzorgers zegt geen hulpmiddelen te gebruiken omdat ze zelf of anderen toezicht houden. Een derde noemt andere redenen waarbij de meest genoemde redenen zijn dat zulke middelen nog niet nodig zijn om het veilig te houden, of de middelen juist niet meer gebruikt kunnen worden omdat de dementie in een te ver gevorderd stadium is. Bovendien komt weigering door de naaste met dementie vaak voor. Overige redenen, zoals onbekendheid met hulpmiddelen, komen minder voor.

Tips voor andere mantelzorgers

Tenslotte is nog gevraagd of men nog tips heeft voor andere mantelzorgers om hun naaste met dementie zo lang mogelijk veilig thuis te laten wonen. De mantelzorgers hebben hier uitgebreid antwoord op gegeven, geput uit hun eigen ervaring (zie de citaten op de volgende pagina). Een deel zegt echter geen tips te kunnen geven omdat de ziekte zich bij eenieder zo anders manifesteert en het daarom erg persoonlijk is. Daarnaast vindt een aantal dat thuis wonen met dementie niet verantwoord is en opname niet uit te sluiten is.

De tips voor zo lang mogelijk veilig thuis wonen zijn als volgt te categoriseren:

Tabel 10: tips voor andere mantelzorgers om naaste zo lang mogelijk thuis te laten wonen (n=388)

Tips voor andere mantelzorgers
Schakel op tijd professionele hulp in zoals casemanagement, thuiszorg en dagopvang.
Gebruik hulpmiddelen en maak het huis zo veilig mogelijk (zie eerdere maatregelen tabel 5 en 6).
Zorg voor een netwerk van familie, kennissen en burens die toezicht houden.
Zorg voor een opgeruimd huis met regelmaat en structuur.
Zorg als mantelzorger goed voor jezelf; alleen zo houd je de zorg vol.
Wees geduldig en begripvol naar de naaste met dementie; buig mee

“Gebruik alle hulpmiddelen die nodig zijn, schakel zoveel mogelijk hulp in en mantelzorger vergeet je eigen leven niet!”

“Veel accepteren en alert zijn.”

“Aanwezigheid, gezelschap. Als de persoon zich veilig voelt en op zijn gemak, gebeuren er minder ongelukken.”

“Wij wonen in een stadscentrum; de vaste winkels vlakbij heb ik op de hoogte gesteld en zij weten via zijn alarmkaartje waar ze mij kunnen bereiken.”

“Ik denk dat het toverwoord hier “netwerk” is. Zoveel mogelijk mensen inschakelen om hulp te bieden zodat je als mantelzorger minder kwetsbaar bent en de zorg kunt delen”

“Leef vandaag, denk aan morgen als morgen vandaag is.”

“Laat mensen met dementie in hun waarde. Elke oude boom die je overplant gaat dood. Dit hebben wij ook ervaren. Thuis kennen ze op hun duimpje, ook al gaan ze geestelijk achteruit. Op een andere plek raken ze nog meer verward, tenminste dat was onze ervaring met onze schoonmoeder.”

“Het lukt alleen maar als er 24 uren aanwezigheid van mantelzorgers is. Alleen dan kan je veiligheid en een menswaardig bestaan.”

“Investeer in woningaanpassingen en leer iemand met dementie met hulpmiddelen omgaan op het moment dat hij/zij dat nog kan.”