

Prikkelen van de zintuigen

Een hongergevoel in je buik. Door mensen met ver gevorderde dementie wordt het lang niet altijd herkend. En als ze het al herkennen, is eten voor hen geen logische volgende stap. Verzorgende Inge werkt sinds de oprichting, tien jaar geleden, op de afdeling kleinschalig wonen. 'Om onze bewoners goed te laten eten, is het heel belangrijk dat we hun zintuigen prikkelen.'

De afdeling kleinschalig wonen bestaat uit zes woongroepen van acht dementerende ouderen. 'Onze bewoners hebben zo veel zorg en aandacht nodig dat ze niet meer thuis kunnen wonen.' Vanaf de oprichting wordt er iedere avond op elke groep gekookt. Meestal door een helpende, soms door een van de verzorgenden. 'We willen onze bewoners een thuis bieden. En thuis kook je ook. De geur die vrijkomt tijdens het koken, prikkelt de zintuigen. Dit is voor mensen met dementie heel belangrijk. Daarom hebben we een open keuken in de woonkamer. De eetlust wordt bij oudere mensen al minder. Mensen met ver gevorderde dementie herkennen een hongergevoel zelfs niet meer. Ze bedenken ook niet dat ze doodgaan als ze stoppen met eten.'

Prettige jeugdherinneringen

Als extra stimulans - en om de huiselijke sfeer te benadrukken - mogen bewoners helpen bij de voorbereidingen van de avondmaaltijd. 'Enkele mensen kunnen

dit nog. Aardappels schillen. Boontjes doppen. Het klinkt misschien niet zo bijzonder, maar het is heel goed voor hun eigenwaarde. Dementerende ouderen hebben veel moeite met het nemen van initiatief en het afronden van een taak. We geven dan ook heel veel complimentjes: 'Wat fijn dat u me helpt, zeg. Zo dun als u schilt, kan ik dat niet, hoor.' Het doen van een zinvolle activiteit geeft het gevoel dat je ertoe doet, hoe oud je ook bent. Natuurlijk leggen we niets op. Mensen moeten er wel plezier in hebben. Soms hoor ik wel eens: 'Ja zeg, dat heb ik mijn hele leven al gedaan. Schil jij die aardappels maar.' Toch probeer ik mensen dan te betrekken bij wat ik doe. Ik zie ze namelijk groeien als ze in de keuken hun steentje bijdragen. Daarbij brengen koken en eten vaak jeugdherinneringen naar boven. En dat geeft een prettig gevoel. Bewoners vertellen me bijvoorbeeld

*'Om onze bewoners goed te laten eten,
is het heel belangrijk dat we hun zintuigen prikkelen.'*

over hoe hun moeder vroeger bootjes dopte of suddervlees liet garen op een petroleumstelletje.

Aardappels, groenten en vlees

Het menu op de groepen rouleert een aantal weken en verschilt per seizoen. 'In de winter eten we veel hutspotjes. In het voorjaar verschijnen de frisse zomergroenten. In het zorgleefplan van onze bewoners staat wat zij heel lekker vinden en wat zij echt niet lusten. Daar houden we altijd rekening mee. Ook zorgen we voor verse groenten en eten we afwisselend vlees of vis. Wanneer bewoners extra behoeftes hebben vanwege hun gezondheid, dan schakelen we een diëtiste of een verpleegkundige in. Op zon- en feestdagen doen we altijd wat extra's. Zo hebben we een Paasbrunch en een Kerstdiner. Maar als je denkt dat dat heel speciaal moet zijn? Nee hoor,

het beste werkt de traditionele Hollandse pot. Rauwkostsalades of andere moderne dingen? Je hoeft er hier niet aan te beginnen. Onze bewoners eten het liefste via een vaste structuur: aardappels, groenten en vlees. Het Kerstdiner maken we natuurlijk wel extra feestelijk met aardappelkroketjes of gestoofde peertjes. En met ijs toe. Van die extraatjes zie ik onze bewoners zichtbaar genieten. Sowieso genieten ze vaak enorm van het avondeten. Dat heeft een positief effect op hun stemming. En een positieve stemming betekent een goede sfeer op de groep. De avondmaaltijd is dan ook vaak een rustpunt met gezellige gesprekjes. Eten geeft aanleiding tot praten. Zelf eten wij ook mee. Dat normaliseert. Of je iemand eten geeft of samen eet, maakt een groot verschil. Zien eten, doet immers eten. Werken met deze groep ouderen maakt je heel betrokken, zowel bij de bewoner als bij de familie. Wanneer beiden tevreden zijn, heb ik een goede dag.' ■