

Beter
Thuis met
Dementie

Veilig wonen met dementie
Veiligheid en omgeving



laurens

Inleiding



Waarom?

- Verminderde inschatting op veiligheid / gevaar
- Lichamelijke problemen
- Verminderd uithoudingsvermogen
- Verminderde visus
- Verminderde herkenning
- Verminderde oriëntatie in plaats
- Verminderde oriëntatie in tijd

Valpreventie

- Beweegprogramma's die zich richten op mobiliteit, spierkracht en balans
- Evaluatie en aanpassing van medicijnen
- Oogtesten
- Aanpassingen aan de woning
- Vitamine D-supplementen

Echter voor deze kwetsbare groep kan de effectiviteit van valpreventieprogramma's worden vergroot wanneer bovengenoemde punten worden uitgevoerd in combinatie met:

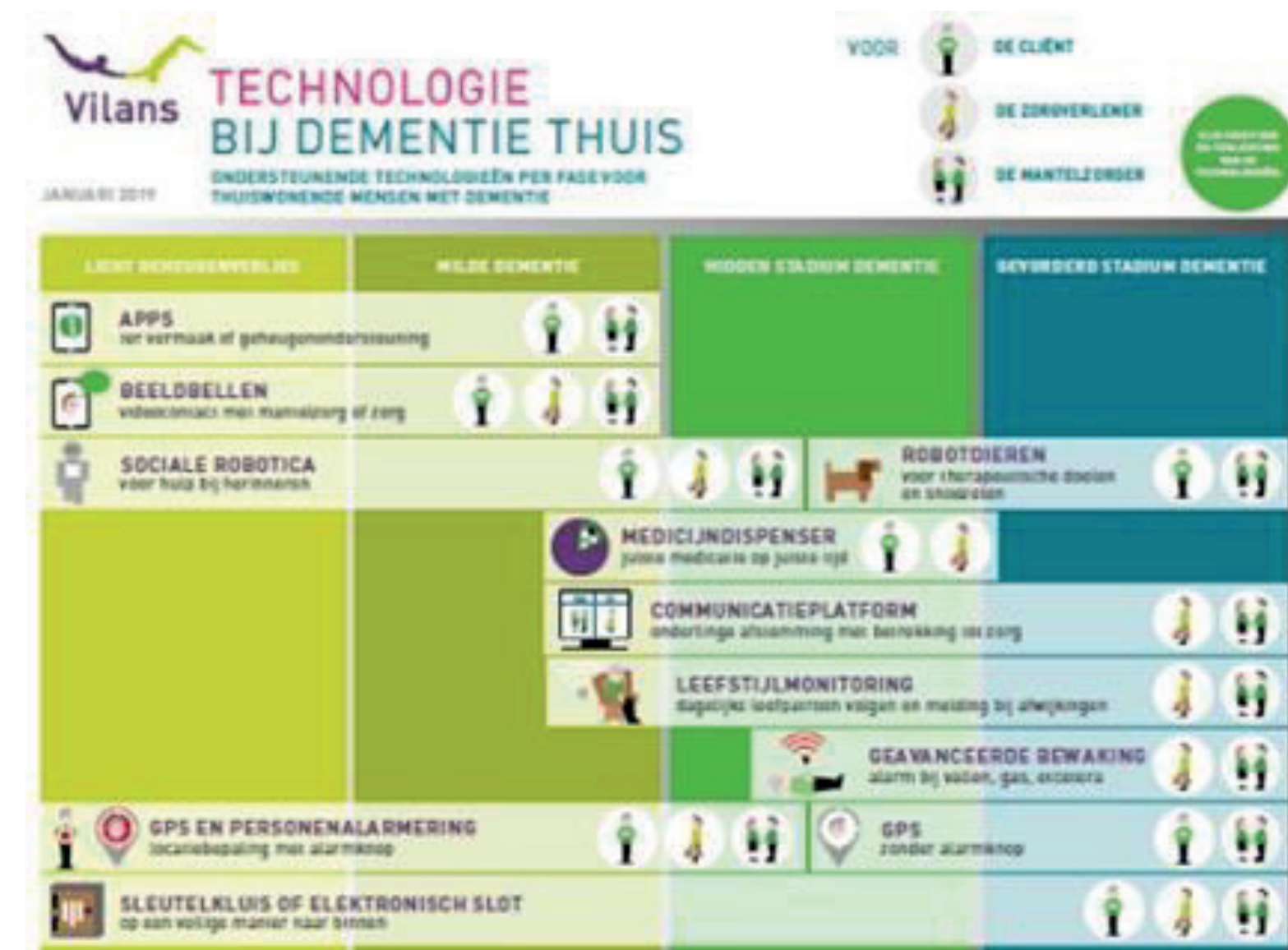
- Een op maat gemaakt behandelingsprogramma
- Begeleiding van een mantelzorger en/of een zorgprofessional
- Het Otago programma

Domotica

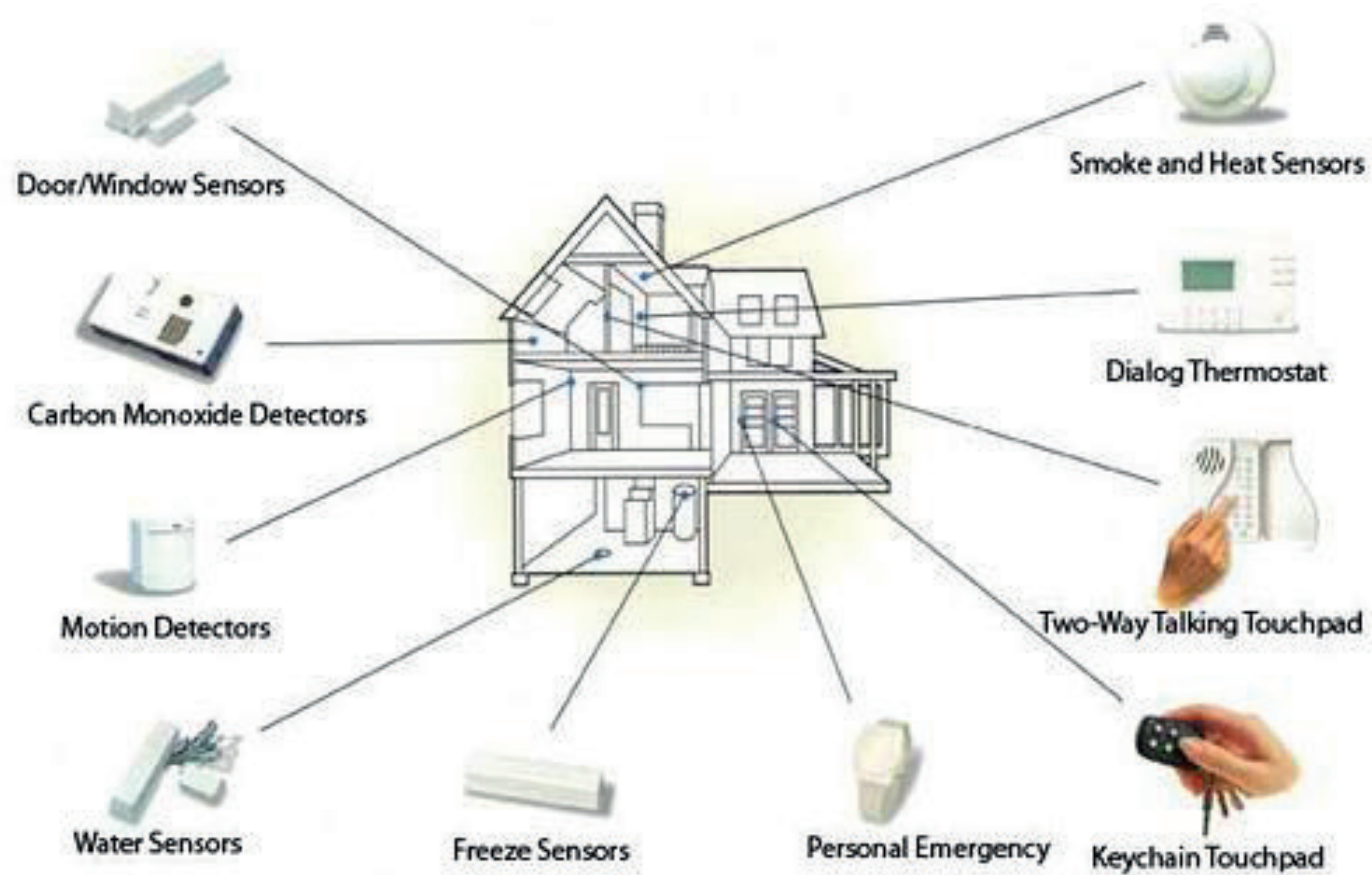
Domotica is een samentrekking van het Latijnse woord domus (huis) en informatica, telematica en robotica.

Een synoniem van domotica is huisautomatisering en dit komt ook tot uiting in de definitie:

De integratie van technologie en diensten ten behoeve van een betere kwaliteit van wonen en leven.” (Kommago, sd)



Sensoren



Voorbeelden domotica

- App via energiemeter Are you ok today
- Valangst verminderd door sensoren promotieonderzoek
- Heup airbag met gps
- Inspiratie box Vilans
- Automatisch telefoongesprek <https://care-riing.com/>
- Kalenders op afstand:
BBrain, Dayclocks, Spiqle Agenda, Time Steps
- FindMyApps: app om apps te testen op bruikbaarheid.
- Compaan senioren tablet



Buiten

- Herkenbare voordeur
- Handgreep of hellingbaan bij de voordeur?
- Sleutels en slot met een merkteken
- Vaste looproutes
- GPS tracker



Hal

- Deurmat en schaduw
- Vaste plaats
- Schoenen
- Jas wel/niet in zicht
- Sleutel wel/niet in slot
- Contrast deurbel en deur
- Contrast lichtknop
- Glazen deuren



Keuken

- Opgeruimd
- Benodigdheden in het zicht
- Herkenbare apparaten
- Gevaarlijke stoffen buiten bereik
- Geur
- Voorbeeld



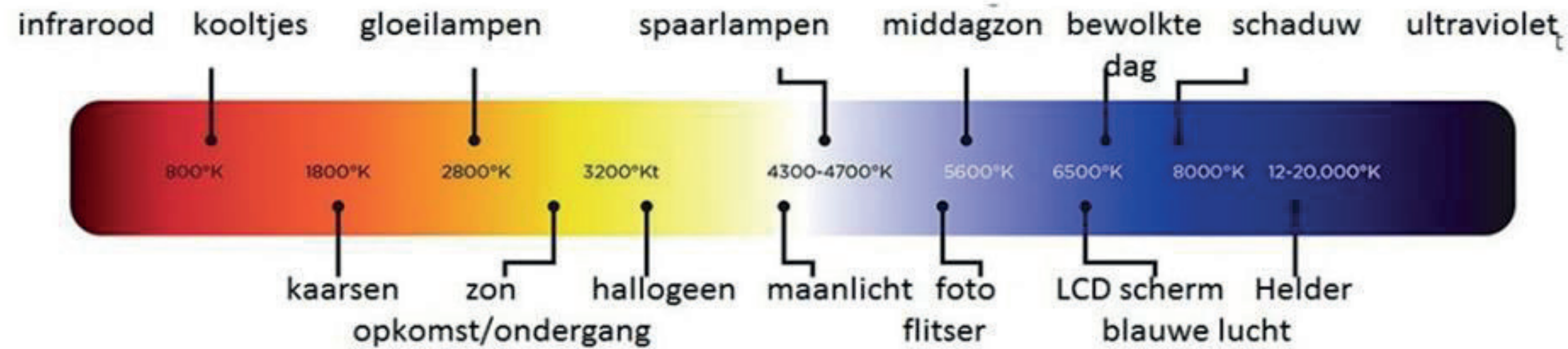
Eethoek

- Licht
- Contrast
- Goede stoel
- Uitnodigend om te eten, gedekte tafel



Verlichting












Kleurtemperatuur indeling (Kelvin)



Verlichting

Hoeveel licht per ruimte?

Bij slechtziendheid zijn weer andere lichtbehoeften.

PHILIPS		Boek lezen 	Eetkamer-tafel 	Badkamer-spiegel 	Buiten-verlichting 	Keuken algemeen 	Keuken (werkverlichting) 
Aantal lumen		600-850 Lm	500-850 Lm	200-500 Lm	100 Lm	850 Lm	500-800 Lm
 Gloeilamp wattage		60W	60W	25 of 40W	15W	60W	40 of 60W
 Halogeenlamp EcoClassic wattage		42 of 53W	42 of 53W	18 of 28W	18W	53W	42 of 53W
 Spaarlamp EcoPower wattage		11 of 14W	11 of 14W	5 of 8W	3W	14 (genie) 12 of 15W (tornado)	11 of 14W
 Spaarlamp EcoSoft wattage		12W	12W	8W	5W	12 of 16W	8 of 12W
 LED wattage		12W	9 of 12W	5W	3W	12W	9 of 12W

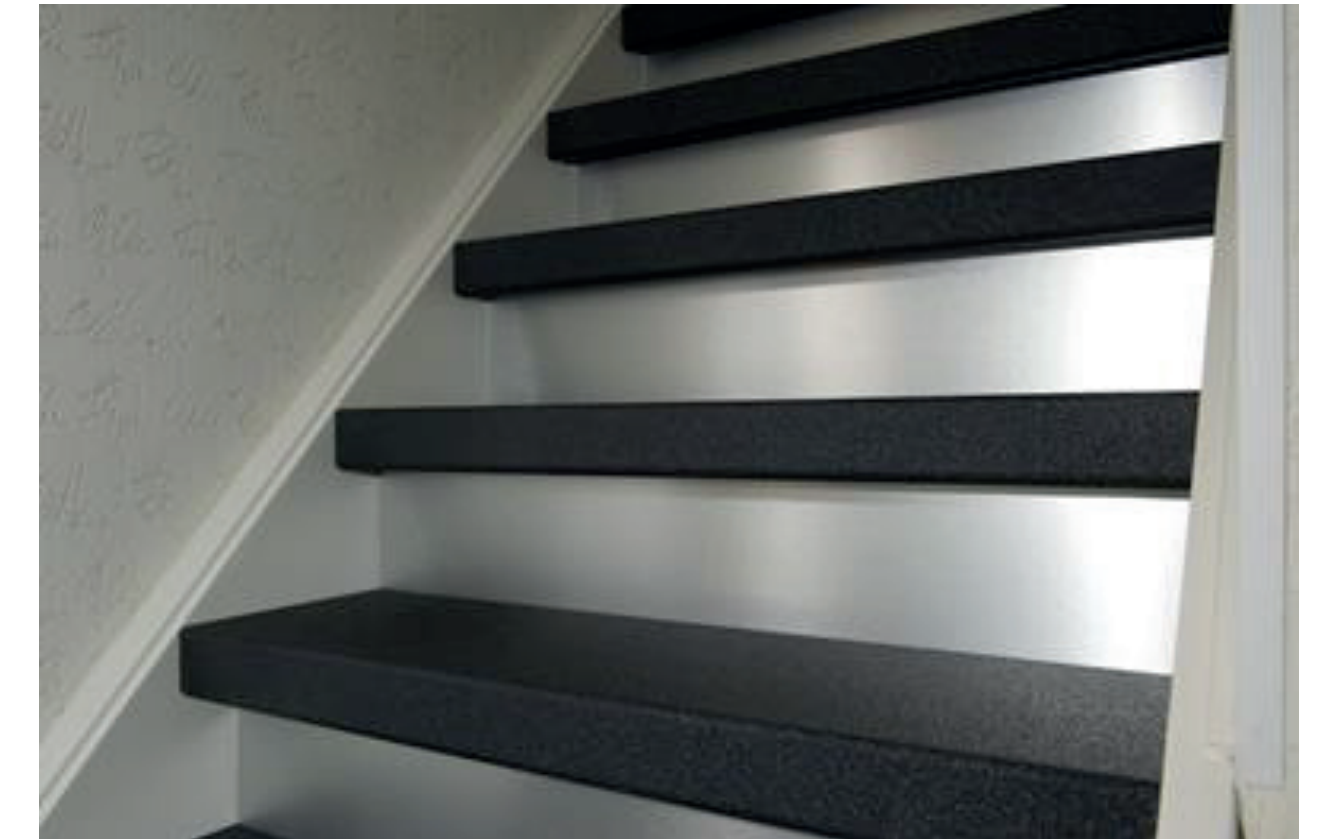
Zithoek

- Telefoon met voorkeuzetoetsen
- Zichtlijnen/looplijnen
- Verlichting
- Contrast meubels met vloer
- Kalender of klok
- Afstandbediening
- Uitnodigend tot activiteit
- Fijne stoel of zitplek



Trap

- Verlichting
- Contrast stootbord en trede
- Bewegingsmelder
- Leuning



WC en badkamer

- 14% valincidenten badkamer
- Looproute
- Herkenbare deur
- Verlichting
- Thermostaat kraan
- Anti-slip
- Hoogte WC
- Kleedjes



Slaapkamer

- 12% valincidenten in de slaapkamer
- Verlichting/looproute
- In/uit bed, steunpunt
- Omdraaien
- Dag/nacht
- Losse obstakels



Vragen?



Dank u voor uw aandacht!