



Agressief gedrag

Dementerende mensen kunnen zich soms agressief gedragen. Als u dat meemaakt, zult u geschokt en verdrietig zijn en zich afvragen hoe u daar het beste mee om kunt gaan. Het is belangrijk dat u zich realiseert dat de agressie meestal niet tegen u persoonlijk is gericht. Het is een verschijnsel dat bij de ziekte hoort en dat een uitweg zoekt naar iets of iemand in de directe omgeving.

In de Informatieverserie *Omgaan met dementie* zijn ook verschenen:

- Activiteiten voor dementerenden
- Autorijden en dementie
- Doorliggen
- Dwaalgedrag
- In gesprek met een dementerende
- Incontinentie
- Intimiteit en seksualiteit
- Na de diagnose
- Veilig koken
- Veiligheid in huis
- Verdriet om dementie
- Wassen en baden

Andere Informatieverseries:

- Algemeen
- Hulp bij dementie
- Informatie in andere talen
- Medicijnen
- Verschijnselen
- Ziektebeelden

Alzheimer Nederland
Postbus 183
3980 CD Bunnik
T 030 - 659 69 00
F 030 - 659 69 01
www.alzheimer-nederland.nl
info@alzheimer-nederland.nl

Agressie kan op verschillende manieren worden geuit. Schelden of bedreigen, een schop of stomp, kapot gooien van dingen, soms ernstig geweld. Iemand met dementie kan zich agressief gedragen omdat hij zijn gevoelens niet meer op een gewone manier kan uiten. Dit komt doordat zijn beoordelingsvermogen en zelfcontrole door de ziekte zijn afgenomen. Hierdoor kan hij een situatie verkeerd begrijpen en zich bedreigd voelen.

Veel agressieve reacties komen voor als de persoon met dementie lichamelijk wordt verzorgd. Angst en schaamte, maar ook frustratie omdat hij zichzelf niet meer kan verzorgen, zijn dan de oorzaak. Ook kan agressie een paniecreactie zijn als er te hoge of te veel eisen aan hem worden gesteld of omdat hij eenvoudige taken niet meer kan uitvoeren. Hoewel een agressieve reactie heel schokkend is, is het belangrijk te onthouden dat de persoon met dementie die niet in de hand heeft.

Omgaan met agressief gedrag

Agressieve reacties lijken meestal uit de lucht te komen vallen. Hierdoor

voelt u zich als direct verzorgende waarschijnlijk niet op uw gemak en bent u op uw hoede. Als u kunt ontdekken wat de aanleiding voor de boosheid is, kunt u misschien de agressieve reacties voor zijn. Afhankelijk van de situatie waarin het gedrag optreedt, zijn er maatregelen te bedenken die het gedrag kunnen voorkomen. De volgende vragen helpen u hierop zicht te krijgen:

Aanleiding

- ▶ Waar en wanneer trad het gedrag op?
- ▶ Wat gebeurde er in de directe omgeving?
- ▶ Wat deed de persoon met dementie vlak voor het gedrag?
- ▶ Waren er mensen in zijn buurt? Wat deden zij?

Gedrag

- ▶ Welke vorm nam het gedrag aan? Is het steeds hetzelfde?
- ▶ Wat zei de persoon met dementie?
- ▶ Zag hij bekenden voor vreemden aan?
- ▶ Hield het gedrag vanzelf op? Kwam het snel weer terug?

Gevolgen

- ▶ Wat was de eerste reactie van mensen in de omgeving?
- ▶ Hoe hebben zij de persoon met dementie benaderd?
- ▶ Hoe reageerde hij hierop?
- ▶ Wat gebeurde er toen het gedrag was opgehouden?

Achtergrond

- ▶ Hoe was de stemming van de persoon met dementie die dag?
- ▶ Was er iets bijzonders voorgevallen?
- ▶ Was er iets in de dagelijkse routine veranderd?
- ▶ Is er onlangs iets in de medische situatie veranderd?

Als u de vragen hebt beantwoord, kunt u nagaan of er in uw situatie misschien een oplossing te vinden is die het gedrag kan voorkomen. Ook voor de huisarts of een andere hulpverlener wordt het zo duidelijk wat er precies gebeurt als de persoon met dementie agressief wordt.

Wat kunt u doen?

Afhankelijk van wat u denkt dat de oorzaak is van het agressieve gedrag van de persoon met dementie kunt u het volgende proberen:

- ▶ Zorgen voor een rustige dagelijkse routine, waarin ruimte is voor lichaamsbeweging en activiteiten.
- ▶ Minder eisen aan hem stellen en hulp op een onopvallende manier, zonder aandringen, aanbieden.
- ▶ Meer tijd nemen om uit te leggen wat er precies gebeurt. Zelfs als de persoon met dementie uw woorden niet begrijpt, kan de kalmerende toon waarop u spreekt hem geruststellen.

- ▶ Situaties waarin u haast hebt of ongeduldig bent zo veel mogelijk zien te voorkomen. Haast of ongeduld slaat vaak over op mensen met dementie.
- ▶ Uw waardering uitspreken als de persoon met dementie iets zelfstandig doet en hem vragen u te helpen met eenvoudige karweitjes.
- ▶ Anderen uitleggen dat de persoon met dementie hen misschien niet herkent en dat hij door harde stemmen en plotselinge bewegingen overstuur kan raken.
- ▶ Uw huisarts raadplegen als u vragen hebt of denkt dat dit nodig is.

Tips

Preventieve maatregelen werken helaas niet altijd, en u treft geen verwijt als agressie toch optreedt. Wat kunt u in dat geval doen? Een aantal van de volgende tips kan nuttig zijn:

- ▶ Probeer rustig te blijven, laat niet merken dat u bang bent en maak oogcontact met de persoon met dementie.
- ▶ Zeg op rustige toon dat niemand van plan is hem kwaad te doen en vraag hem wat er aan de hand is.
- ▶ Houd voldoende afstand als hij lichamelijk geweld gebruikt en pak hem in geen geval vast. Verlaat zo nodig de kamer. Als iets kapot gaat is dat minder erg dan wanneer er iets met u gebeurt. Dit geldt ook voor anderen die aanwezig zijn.
- ▶ Zorg dat de persoon met dementie niet ingesloten raakt en geeft hem de kans om naar een open ruimte te lopen.
- ▶ Probeer de persoon met dementie zo veel mogelijk te laten praten. Ga niet in discussie (dat maakt de

agressie vaak erger) en neem zijn gevoelens serieus.

- ▶ Bied aan ergens te gaan zitten om verder te praten of probeer hem af te leiden. Dit kan door over iets anders te praten of te vragen of hij iets wil eten of drinken.

Omgaan met agressie kan grote spanningen met zich meebrengen. Waarschijnlijk zal de persoon met dementie het incident snel vergeten. Het heeft dus geen enkele zin om hem voor zijn agressie te 'straffen', bijvoorbeeld door hem een uitstapje te onthouden. Probeer u zo normaal en geruststellend mogelijk te gedragen. Daarnaast is het belangrijk dat u uw eigen gevoelens kwijt kunt. Praat erover met een vriend of een hulpverlener.

Als agressieve reacties vaak voorkomen of heel ernstig zijn, kunnen kalmerende medicijnen soms uitkomst bieden. Geneesmiddelen die het agressieve gedrag verminderen of onderdrukken hebben vaak wel bijwerkingen, zoals sufheid. Als ingrijpen met medicatie onvermijdelijk is, is regelmatige controle nodig. Heeft de behandeling het gewenste effect? Moet de dosering worden aangepast, of kan de medicatie worden stopgezet? Overleg direct met de behandelend arts. Ga nooit zelf experimenteren.