



Hulpmiddelen bij geheugenproblemen

Geheugencentrum Slingeland ziekenhuis

Tips en hulpmiddelen voor mensen met dementie en hun naasten

Inhoud

Afstandsbediening voor televisie, eenvoudig	4
Alarmpat.....	5
Anti-overkookplaatje	6
Babyfoon	7
Dagkalender	8
Doorgangsmelder	9
Elastische veters	10
Elektrisch kookplaatje met timer	11
Fototelefoon	12
GPS-apparatuur	13
Hitemelder.....	14
Horloge met medicijnalarm	15
Kalenderklok	16
Magneetslot.....	17
Medicijncassette.....	18
Medicijndoosje met alarm	19
Medicijnkastje, afsluitbaar	20
Memobord	21
Mobiele telefoon, eenvoudig.....	22
Personenalarmering	23
Pictogrammen op deuren en kasten	24
Rookmelder.....	25
Sleutelvinder	26
SOS-armband/hanger	27
Strijkijzer met automatische uitschakeling	28
Thermostaatkraan	29
Tijklokkschakelaar	30
Verlichting met sensor	31
Vorraadbussen, doorzichtig.....	32
Waterkoker met kookbeveiliging	33
Nuttige adressen	34

Inleiding

In deze gids vindt u informatie over allerlei hulpmiddelen die gemak, veiligheid en ondersteuning kunnen bieden in het dagelijks leven bij geheugenstoornissen of dementie. Het gaat bijvoorbeeld om:

- Oriëntatie: welke datum is het vandaag? Hoe laat heb ik afspraken en met wie? Hoe vind ik in huis de spullen die ik nodig heb?
- Communicatie: hoe blijft telefoneren mogelijk?
- Veiligheid: hoe worden risicovolle situaties voorkomen, bijvoorbeeld op het gebied van kans op brand of verdwalen en bij het innemen van medicijnen?
- Algemene dagelijkse handelingen: aankleden of het gebruiken van de televisie.

Hoe makkelijker en veiliger al deze dingen verlopen, hoe beter dat is voor de kwaliteit van leven bij dementie, ook van de mantelzorgers.

Voor wie?

Deze gids is bedoeld voor iedereen die bij vergeetachtigheid een geheugensteuntje kan gebruiken. Voor mensen die in het dagelijks leven situaties tegen komen waarin zij problemen tegenkomen. Met een hulpmiddel kan dit soms worden voorkomen. Ook mensen met dementie kunnen baat hebben bij hulpmiddelen. Door gebruik van hulpmiddelen kan zelfstandig thuis wonen ondersteund worden. Hiermee blijft dit misschien langer en op een betere manier mogelijk.

Deze gids informeert ook partners, familieleden, begeleiders en verzorgers over wat er op het gebied van hulpmiddelen bestaat. Hulpmiddelen, die hun helpende en begeleidende taak kunnen verlichten.

Wat?

Een hulpmiddel kan voor de ene persoon wel geschikt zijn, voor een ander niet. Dit ligt aan de aard en de ernst van de problemen. Voor de een helpt een duidelijke klok goed, de ander lukt klok kijken op geen enkele klok meer. De een herkent een geluid als signaal om medicijnen in te nemen, de ander schrikt ervan en weet niet wat te doen. Het ene hulpmiddel is simpel te gebruiken, bij het andere komen meerdere of ingewikkelde handelingen te pas. De hulp van partner of thuiszorg kan dan nodig zijn. Regelmatig samen de nodige handelingen herhalen kan er voor zorgen dat iemand er uiteindelijk zelf aan denkt dat er een hulpmiddel is en hoe het gebruikt moet worden. Over het algemeen is het zo dat hoe eerder men gebruik maakt van een hulpmiddel, hoe beter men er mee leert omgaan of er aan went. Kijk goed wat passend is of overleg bij twijfel met een professional: geriater of begeleider.

Waar?

Over het algemeen zijn de hulpmiddelen uit deze gids te koop in al dan niet gespecialiseerde winkels. Geheugenwinkels, ouderenwinkels en thuiszorgwinkels zijn verkooppunten, die zich in verschillende steden in ons land grotendeels richten op hulpmiddelen. Ook via internet zijn veel hulpmiddelen verkrijgbaar. Hebt u behoefte aan meer informatie over dementie, dan is er film- en beeldmateriaal aanwezig op moderne-dementiezorg.nl. Een breder assortiment aan hulpmiddelen kunt u vinden op de links aan het einde van deze gids.

Afstandsbediening voor televisie, eenvoudig

Doel

Bediening van de televisie eenvoudiger maken.

Omschrijving

Een overzichtelijke afstandsbediening met 6 knoppen: aan/uit, harder/zachter, volgende/vorige zender.

Opmerking

Informeer of uw televisietoestel voor deze afstandsbediening geschikt is. Haal de oude ingewikkelde afstandsbediening weg, leg de eenvoudige op een duidelijk zichtbare plek en vervang de batterij op tijd.

Te koop

Thuiszorgwinkel
Elektronicazaak

Prijsindicatie

Vanaf € 45



Alarmmat

Doel

Registreren van het opstaan uit bed of een stoel.

Omschrijving

De alarmmat kan naast het bed (of stoel) worden geplaatst, en geeft een alarm wanneer de persoon de voeten op de mat zet.

Opmerking

Er zijn zowel draadloze systemen als systemen die men aan moet sluiten met een snoer aan een kastje met zoemer. Het kastje kan in een andere ruimte worden geplaatst. De alarmmat kan ook dienen als valdetectie.

Te koop

Leverancier revalidatiehulpmiddelen

Prijsindicatie

€15.00- €315.00 afhankelijk van systeem



Anti-overkookplaatje

Doel

Overkoken van vloeistoffen voorkomen.

Omschrijving

Leg het plaatje, dat in verschillende maten te koop is, onder in de pan. Voeg vloeistof toe en zet de pan op het vuur. Als de vloeistof kookt gaat het plaatje rammelen. Hierdoor hoort iemand dat de inhoud aan de kook is. Let op: alleen geschikt voor vloeistoffen, niet geschikt voor elektrische kookplaat.

Te koop, te bestellen

Kookwinkels
www.worldwidevision.nl

Prijsindicatie

Vanaf € 6



Babyfoon

Doel

Er is toezicht mogelijk op iemand die in een andere ruimte verblijft.

Omschrijving

Plaats de zender op een onopvallende plek in de ruimte waar toezicht op iemand nodig is. Zet de ontvanger in de buurt van degene die toezicht houdt. Ga na of het bereik goed is. Er zijn ook babyfoons, die uitgerust zijn met een camera.

Te koop

Babyspeciaalzaken
Elektronicazaken

Prijsindicatie

Vanaf € 35



Dagkalender

Doel

Hulp bij het onthouden van dag en datum.

Omschrijving

Er zijn veel verschillende modellen. Digitaal: met dag, datum en dagdeel, die automatisch verspringen. Papieren versies, eventueel in grote letters uitgevoerd, per dag of met een weekoverzicht. Hierop kunt u ook afspraken op datum noteren.

Opmerking

Als u er afspraken op wilt zetten let er dan op dat daar voldoende ruimte voor is. Ga na of er hulp nodig is bij het afscheuren of doorstrepen van de vorige dag.

Te koop, te bestellen

Thuiszorgwinkel

Kantoorboekhandel

Uitgeverij Tom: www.grootletter.nl

Prijsindicatie

Vanaf €8 tot ,digitale uitvoering, €138



Doorgangsmelder

Doel

Het voorkómen dat iemand de kamer of woning verlaat zonder dat anderen dit merken.

Omschrijving

De melder bestaat uit een zender en een ontvanger. Plaats de zender op de plek die iemand niet mag passeren. Als iemand langs de zender loopt geeft deze een alarmsignaal af. Plaats de ontvanger daar in de woning waar het signaal goed hoorbaar is.

Er zijn verschillende typen te koop met verschil in geluidsignaal, afstand en prijs.

Te koop, te bestellen

Doe-het-zelfzaken

DAZA opticare (www.daza.nl)

Prijsindicatie

Vanaf € 25,00, afhankelijk van systeem



Elastische veters

Doel

Schoenen met veters aan kunnen doen zonder veters te moeten strikken.

Omschrijving

Veters van elastiek, in allerlei kleuren te koop, in schoenen rijgen en eenmalig strikken.
Bij het instappen rekken de veters op.

Te koop, te bestellen

www.ulaceveters.nl

Schoenenwinkel

Prijsindicatie

Vanaf €8 (4 paar)



Elektrisch kookplaatje met timer

Doel

Instellen van kook/baktijd.

Omschrijving

Een tijdschakelklok schakelt het kookplaatje automatisch na maximaal 15 minuten uit.

Te koop

Witgoedzaken

Prijsindicatie

Vanaf €125



Fototelefoon

Doel

Telefoneren mogelijk maken als men moeite heeft met het intoetsen van telefoonnummers.

Omschrijving

De fototelefoon heeft naast de cijfertoetsen toetsen, waaronder eigen foto's kunnen worden geplaatst. Onder de foto zit het voorgeprogrammeerde nummer dat bij de foto hoort. Ook is het mogelijk om een los blok met fototoetsen aan te sluiten op een bestaand telefoontoestel.

Opmerking

Dek cijfertoetsen eventueel af.

Te koop

Thuiszorgwinkel
Telefoonwinkel

Prijsindicatie

Vanaf €55



GPS-apparatuur

Doel

Lokaliseren en terug vinden van iemand, die buitenshuis mogelijk de weg kwijt raakt.

Omschrijving

Klein kastje, dat aan riem, in jas of tas mee naar buiten kan worden genomen. Bevat een zendertje, waardoor anderen via internet kunnen zien waar iemand is.

Opmerking

Houd in de gaten dat de GPS ook daadwerkelijk naar buiten wordt meegenomen / gedragen en regelmatig wordt opgeladen.

Te koop, te bestellen

www.zorgriem.nl
Dementie-winkel.nl

Prijsindicatie

Vanaf €375



Hittemelder

Doel

Waarschuwing bij hitte die ontstaat door brand.

Omschrijving

Plat apparaatje, aan plafond te bevestigen, in ruimtes waar een rookmelder niet geschikt is (keuken, garage, kamer waar veel gerookt wordt). Reageert als de temperatuur in de ruimte boven de 57 graden komt.

Te koop

Doe-het-zelfzaken

Prijsindicatie

Vanaf €9



Horloge met medicijnalarm

Doel

Medicatie niet vergeten in te nemen.

Omschrijving

Horloge met de mogelijkheid alarm in te stellen op het tijdstip dat medicatie moet worden ingenomen. Er zijn typen met een info knop die een databank bevat, waarin bijvoorbeeld adres en medische gegevens kunnen worden opgeslagen.

Te koop, te bestellen

Thuiszorgwinkel

Prijsindicatie

Vanaf €95



Kalenderklok

Doel

Duidelijk de dag van de week, de datum en het tijdstip kunnen zien.

Omschrijving

Digitale of analoge klok met kalender. Dag en datum verspringen automatisch.

Opmerking

Hang de klok in het zicht en op ooghoogte.

Contra-indicatie

Als iemand geen klok meer kan kijken en/of vergeet dat er een klok hangt.

Te koop

Thuiszorgwinkel

Prijsindicatie

Vanaf €130,00



Magneetslot

Doel

Het voorkomen van ongelukken door gevaarlijke stoffen en voorwerpen af te schermen.

Omschrijving

Plaats het magneetslot aan de binnenkant van het kastje. Na het sluiten van de deur is het kastje alleen te openen met een magneetsleutel.

Te koop

Doe-het-zelf zaken

Prijsindicatie

€15,00



Medicijn-cassette

Doel

Duidelijk overzicht over de wel en niet ingenomen medicatie, per dag én per week.

Omschrijving

Cassette met voor zeven dagen van de week een laatje, dat er uit gehaald kan worden. Elk laatje heeft vier vakjes.

Opmerking

Er zijn veel soorten weekcassettes, maar veel zijn onoverzichtelijk en door te kleine vakjes moeilijk te hanteren. Een keer per week de cassette vullen, al dan niet met hulp, geeft rust en overzicht. Het is ook mogelijk dat de apothek op verwijzing van de (huis)arts wekelijks voor medicatie zorgt. Elke pil zit in een zakje met datum en uur van inname erop vermeld. De thuiszorg kan voor ondersteuning zorgen als het innemen van medicijnen vergeten wordt.

Te koop

Apotheek

Prijsindicatie

Vanaf €25



Medicijndoosje met alarm

Doel

Het innemen van de juiste medicijnen op het juiste moment.

Omschrijving

Er zijn verschillende uitvoeringen, variërend van twee tot vijf vakjes. De medicijnen moeten in het juiste vakje worden gedaan en het juiste tijdstip kan worden ingesteld. Als de medicijnen moeten worden ingenomen, gaat er een alarm af.

Opmerking

Het vullen met medicijnen en het instellen van het alarm kan ook door de thuiszorg worden gedaan. 4 alarmtijden. Blijvende herinnering bij het niet direct innemen van de medicijnen.

Te koop

Thuiszorgwinkels
Geheughulp.nl

Prijsindicatie

Vanaf €15



Medicijnkastje, afsluitbaar

Doel

Het veilig opbergen van medicijnen en gevaarlijke stoffen.

Omschrijving

Het medicijnkastje is afsluitbaar. Op deze manier worden de middelen, die niet altijd als onveilig worden herkend, veilig opgeborgen. Leg het sleuteltje op een niet makkelijk bereikbare plek. Hang het kastje op een niet in het oog springende plaats.

Te koop

Warenhuis
Huishoudspeciaalzaken

Prijsindicatie

Vanaf €35,00



Memobord

Doel

Helpen herinneren aan afspraken, dag- of weekindeling.

Omschrijving

Een aan de muur hangend planbord, waarop met viltstift een dag- of weekschema, afspraken en bezigheden kunnen worden geschreven.

Opmerking

Hang het memobord in het zicht, op een plaats waar iemand vaak is. Vul het zoveel mogelijk samen in en zorg ervoor dat het actueel wordt gehouden.

Te koop

Kantoorboekhandels

Prijsindicatie

Vanaf €20



Mobiele telefoon, eenvoudig

Doel

Mobiele telefoon voor mensen, die het gebruik van een gewone mobiele telefoon te moeilijk vinden.

Omschrijving

Mobiel met 4 lettertoetsen waarmee naar 4 voorgeprogrammeerde nummers kan worden gebeld. Naast de toetsen kunnen bijbehorende namen worden geschreven. De telefoon heeft ook een SOS knop voor noodgevallen.

Opmerking

Er zijn meer eenvoudig te bedienen mobiele telefoons. Kijk welke het best passend is. Let op regelmatig opladen.

Te koop

Thuiszorgwinkel
Telefoonwinkel

Prijsindicatie

Vanaf €50



Personenalarmering

Doel

In geval van nood kunnen alarmeren.

Omschrijving

De alarmering bestaat uit een alarmknop die om hals of pols wordt gedragen en een microfoonapparaat. Na bijvoorbeeld een val kan met een druk op de knop contact worden gelegd met een meldkamer. Via de microfoon, ook als deze in huis niet vlak in de buurt staat, kan dan worden verteld wat er aan de hand is. De noodzakelijke acties worden dan op gang gebracht.

Opmerking

De (huis)arts kan een medische indicatie afgeven. Kosten worden deels door zorgverzekeraar vergoed. Het is van belang dat de personenalarmering altijd gedragen wordt, ook 's nachts.

Te koop, te huur

Personenalarmering kan bij thuisorganisaties worden aangevraagd en daar worden gehuurd.

Prijsindicatie

Bij huren ongeveer €20 per maand. Exclusief aansluitkosten

Pictogrammen op deuren en kasten

Doel

Hulp bij oriëntatie in huis.

Omschrijving

Plaatjes met aanduiding, die op deuren, kasten en lades kunnen worden geplakt, zodat duidelijk is wat er achter zit.

Opmerking

Zo veel mogelijk op ooghoogte plakken.

Te koop

Ergotherapeuten

Prijsindicatie

Van €15 tot €25



Rookmelder

Doel

Waarschuwing bij rookontwikkeling.

Omschrijving

Plat apparaatje, aan plafond te bevestigen, waarschuwt met een hard indringend geluid bij de eerste tekenen van rook. Het geluid klinkt door gesloten deuren.

Opmerking

Plaats minimaal op elke verdieping een rookmelder. Niet geschikt voor keuken of een ruimte waar veel gerookt wordt. Hang daar een hittemelder op.

Te koop

Doe-het-zelfzaken

Prijsindicatie

Vanaf €13



Sleutelvinder

Doel

Het op afstand zoeken van 'verloren' sleutels.

Omschrijving

Sleutelvinders bestaan uit een zender en een ontvanger. Bij drukken op de knop van de zender geeft de ontvanger aan de sleutelbos een piepgeluid en gaat bij bepaalde typen een lichtje branden. Er is ook een sleutelvinder zonder zender. Fluit of klap en de sleutelvinder aan de sleutelbos gaat piepen en licht op.

Opmerking

De sleutelvinder met zender en ontvanger werkt door kleding, kasten en zelfs muren heen, bereik 25 tot 40 meter. Bewaar de zender altijd op een vaste plaats, zoals in de portemonnee of ergens aan vastgemaakt.

Te koop, te bestellen

Doe-het-zelf zaken

lcadeau.nl

Beveiligingshoptwente.nl

Prijsindicatie

€20,00 (met zender en ontvanger)

€3,00 (zonder zender)



SOS-armband/hanger

Doel

Men draagt adres en/of telefoonnummer altijd bij zich voor geval van nood.

Omschrijving

Kleine hanger of armband, waarin korte informatie vermeld kan worden.

Opmerking

Altijd omhouden.

Te koop

Juweliers

Prijsindicatie

Vanaf €25



Strijkijzer met automatische uitschakeling

Doel

Strijken zonder het gevaar dat bij weglopen het strijkijzer aan blijft staan.

Omschrijving

Een strijkijzer dat automatisch uitschakelt als het een half uur niet wordt gebruikt of wanneer het omvalt.

Te koop

Witgoedzaken

Prijsindicatie

Vanaf €70



Thermostaatkraan

Doel

Voorkomen van verbranding door te heet water.

Omschrijving

Kraan met twee knoppen. Een om het water te laten stromen en een om de temperatuur in te stellen. Het water zal bij het opendraaien van de kraan niet heter worden dan de ingestelde temperatuur. Door het indrukken van een rood knopje kan de temperatuur zo nodig verhoogd worden.

Opmerking

Kan voor zowel in de keuken als in de badkamer een veilige oplossing zijn.

Te koop

Keukenspecialzaken
Doe-het-zelfzaken

Prijsindicatie

Vanaf €150



Tijklokschakelaar

Doel

Een lamp automatisch op een vaste tijd aan en uit laten gaan.

Omschrijving

Gewenste start- en stoptijd instellen. Tijklokschakelaar in stopcontact doen. Stekker van lamp in de tijdschakelaar steken.

Opmerking

Denk aan zomer-/wintertijd.

Te koop

Doe-het-zelfzaken
Elektronicazaak

Prijsindicatie

Vanaf €4



Verlichting met sensor

Doel

Automatisch aangaan van verlichting om oriëntatie te verbeteren.

Omschrijving

Plaats de lamp in de buurt van bijvoorbeeld het bed. Men hoeft dan niet te zoeken naar de lichtschakelaar en kan zich 's nachts beter oriënteren. Ook te gebruiken in andere ruimten waar het vinden van een lichtschakelaar een probleem is.

Te koop

Doe-het-zelf zaken

Prijsindicatie

€7,50



Vorraadbussen, doorzichtig

Doel

Kunnen zien wat er in een voorraadbus zit.

Omschrijving

Omdat de voorraadbussen doorzichtig zijn is gelijk duidelijk wat de inhoud is.

Te koop

Huishoudzaken

Prijsindicatie

Vanaf €2.00



Waterkoker met kookbeveiliging

Doel

Veilig water koken.

Omschrijving

Als de knop 'aan' wordt ingedrukt gaat er een lampje branden. Als het water kookt slaat de waterkoker automatisch af.

Opmerking

Let op dat de koker niet uit gewoonte, zoals bij een fluitketel, op gas of kookplaat wordt gezet.

Te koop

Huishoudzaken

Prijsindicatie

Vanaf €30



Nuttige adressen

Servicehuis Sensire
Dorpsstraat 7, 7251BA Vorden
Tel.0900-8856

Thuiszorgwinkel Doetinchem
Kruisbergseweg 27, 7009BL Doetinchem
Tel. 0900-8856

www.alzheimer-nederland.nl/hulpmiddelengids- handig bij zelfstandig
www.dementienetwerkwestachterhoek.nl
www.domoticawonenzorg.nl
www.geheugenwinkel.nl
www.moderne-dementiezorg.nl
www.thuiswonenmetdementie.nl
www.vilans.nl/hulpmiddelenwijzer
www.slingeland.nl

Colofon

Deze gids is samengesteld door het Geheugencentrum Slingeland Ziekenhuis Doetinchem. Eerste uitgave december 2011, herziene versie maart 2016.

Eindredactie versie 2011

Mw. M.J.C. Maas, maatschappelijk werker
Mw. G.A. Rhebergen, verpleegkundig consulent
Drs. K.R. Jansma, GZ-psycholoog
Dr. C.J.M. Schölzel-Dorenbos, klinisch geriater

Herziene versie 2016

Mw G.A. Rhebergen, verpleegkundig consulent
Drs G.S. Spronk, klinisch geriater