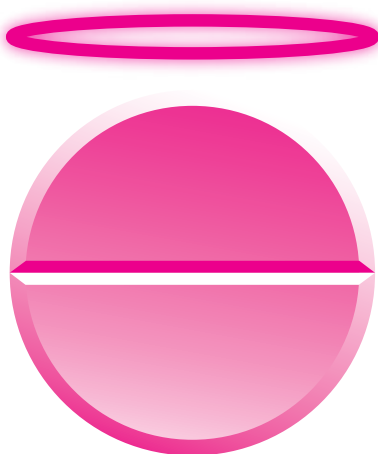


# Een pil tegen roepen

**Feiten en fabels rond psychofarmaca  
in de ouderen- en gehandicaptenzorg**

Anne-Mieke den Ouden & Jeroen Schumacher



Beter af met minder?



**Bewust gebruik  
psychofarmaca**



**10 uitgangspunten voor gebruik  
van psychofarmaca bij probleemgedrag**

1. **Psychofarmaca** voor probleemgedrag is **nooit de eerste keuzemogelijkheid**, met uitzondering van situaties met acuut gevaar voor de cliënt of zijn omgeving.

2. **Behandeling** van probleemgedrag **wordt voorafgegaan door een gedegen analyse** van lichamelijke, psychische, persoonlijke en omgevingsfactoren.

3. Verstrekking van **psychofarmaca voor probleemgedrag** gaat altijd in overleg met cliënt(vertegenwoordiger) en is **onderdeel van een multidisciplinair behandelplan** onder regie van gedragswetenschapper, arts of verpleegkundig specialist.

4. **'Zo nodig'** gebruik van psychofarmaca voor probleemgedrag is, tenzij geïndiceerd of in acute situaties, **niet toegestaan**.

5. **Bij aanvang van** psychofarmaca voor probleemgedrag wordt al direct nagedacht over en gewerkt aan **opbouw en stoppen**.

6. Psychofarmaca voor probleemgedrag wordt minimaal **driemaandelijks geëvalueerd** met verzorgende/begeleider en met input van cliënt(vertegenwoordiger). De **apotheker** is tenminste **1x per jaar aanwezig**.

7. Cliënt(vertegenwoordiger), verzorgende en/of begeleider krijgen **psycho-educatie over probleemgedrag** en over het **monitoren van de werking en bijwerking** van de psychofarmaca voor probleemgedrag.

8. **Bestuurder is verantwoordelijk** voor het **beleid op psychofarmaca** en zorgt voor voldoende deskundig personeel en randvoorwaarden.

9. Professionals **werken volgens professionele richtlijnen** over probleemgedrag en het voorschrijven van psychofarmaca.

10. Gebruik van **psychofarmaca** voor probleemgedrag wordt op **afdelingsniveau geëvalueerd**.

Deze uitgangspunten zijn tot stand gekomen in het kader van het Vilans programma 'Beter af met minder: bewust gebruik psychofarmaca' en in samenwerking met een groep experts uit de ouderenzorg en gehandicaptenzorg. Bestaande uit artsen, gedragswetenschappers, onderzoekers, apotheker, manager, bestuurder en de Inspectie voor de Gezondheidszorg.

# Een pil tegen roepen

**Feiten en fabels rond psychofarmaca  
in de ouderen- en gehandicaptenzorg**

Anne-Mieke den Ouden & Jeroen Schumacher

**'Te midden van de moeilijkheid  
ligt de mogelijkheid'**

*Albert Einstein*

# Inhoud

Die pil is van ons allemaal	4
Postbode Henk	7
Douchen op je sokken	9
Een rondje met de hond	13
Nooit meer naar bed	15
Naar buiten!	19
Rituelen	21
Roodborstje	23
Bijwerkingen psychofarmaca	26
Tegendraads jezelf zijn	29
Blauwgroene ogen	31
Notities	34

# Die pil is van ons allemaal

Dit boekje roept op tot actie. Het staat vol met alledaagse verhalen over ouderen en mensen met een beperking met onbegrepen gedrag. Lees hoe hun verzorgenden, artsen, persoonlijk begeleiders en psychologen - vaak met een simpele ingeving - dat gedrag proberen te begrijpen en zo het verschil voor hen maken.

Dit boekje is ook een aanmoediging voor de vele medewerkers in de zorg die met een ongelofelijke volharding en precieze observaties mensen soms letterlijk weer in beweging krijgen. Zij helpen hun cliënten te ontsnappen uit de chemische fixatie door pillen en druppels die niet - of vaak juist veel meer - doen wat we ervan verwachten.

Laat het helder zijn: psychofarmaca is soms een zegen. Maar dan wel graag op basis van een adequate medische diagnose en een duidelijk behandelplan. Evenzo klaar als een klontje zijn de heftige bijwerkingen. Exelon wordt voorgeschreven om iemand met beginnende dementie van hallucinaties af te helpen. Maar één van de bijwerkingen van het middel is... juist ja, hallucineren. Waarmee het voor psychofarmaca zo typerende gevaar ontstaat dat oorzaak en gevolg door elkaar gaan lopen.

Geen makkelijke materie dus en een grote uitdaging voor een zorgteam. Want hoe houd je je kennis rond signaleren, het stellen van de diagnose en evalueren van de aanpak up to date? Je kennis van medicatie, hun werking en bijwerkingen? Hoe onderhoud je een professionele relatie met cliënt en familie zodat je hun ervaringskennis en observaties mee kunt nemen in de afwegingen? Met kennis van alternatieven, het belang van bewegen en een zinvolle dagbesteding.

De belangrijkste competentie is nieuwsgierigheid. Dit boekje wil het vermogen aanwakkeren telkens opnieuw fris en open te kijken naar complexe zorgsituaties met onbegrepen gedrag. Want een pil tegen roepen bestaat niet. Wel uitgekend teamwork en intensieve samenwerking met cliënt en verwanten om samen te ontdekken waar dat roepen vandaan komt. Dat vereist initiatief en leiderschap van die ene collega, acceptatie van het team om routines te doorbreken en ruimte van het management om dingen uit te proberen.

Vandaag is het de arts, morgen de stagiaire-verzorgende en overmorgen, dan ben jij het die het verschil maakt. Die pil is van ons allemaal.

*Anne-Mieke den Ouden & Jeroen Schumacher*



# Postbode Henk

Henk wil naar buiten. Hij probeert het elke dag opnieuw, soms wel twee keer per uur. Hij schuifelt naar de deur en probeert hem te openen. Als dat niet lukt, blijft hij even staan. Je ziet hem gewoon in elkaar zakken. Dan draait hij zich om en gaat weer zitten. Na zo'n vier of vijf vergeefse pogingen slaat de onrust toe. En dan begint het roepen: 'zuster'. Iedere minuut en het houdt niet op. De medewerkers weten zich geen raad. Wat doe je met iemand met gevorderde dementie die ruimte nodig heeft maar niet alleen op pad mag van de kinderen? Want: 'paps kan onder de tram komen'.

Henk was vroeger postbode, vertellen de kinderen. Altijd op pad, altijd in voor een praatje. Ze besluiten te oefenen, eerst met en later zonder begeleiding. De ronde die hij liep, blijkt hij nog goed te kennen. Hij loopt het tot twee maanden voor zijn overlijden. Elke dag.

## **Feit:**

Een pil tegen roepen bestaat niet.



# Douchen op je sokken

Aaltje is een zachtaardige, meegaande vrouw. Haar dementie heeft daar geen verandering in gebracht. Ook nu, in het verpleeghuis, voegt ze zich gemakkelijk naar de ongeschreven wetten en regels. Niet zo verwonderlijk als je uit een gezin met 13 kinderen komt. Ze zit als een van de eersten aan tafel, helpt mee bij het afruimen ze kan intens genieten van een uitje. Er is maar één probleem. Ze weigert haar sokken uit te trekken onder de douche. Zacht gemopper gaat al gauw over in schreeuwen en soms zelfs schoppen. Ook haar kinderen snappen niet waar het gedrag vandaan komt.

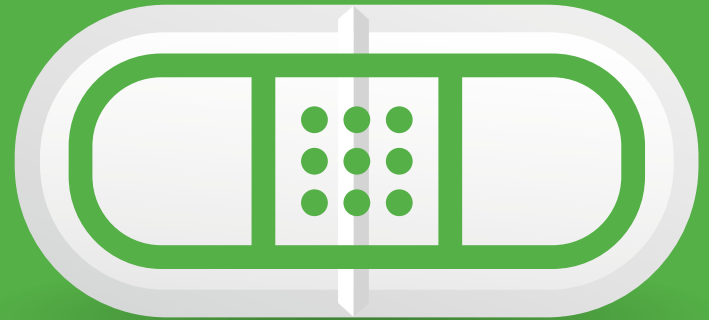
Na de zoveelste confrontatie besluiten de zorgmedewerkers het over een andere boeg te gooien. Aaltje mag haar sokken aanhouden. Als ze weer in haar stoel zit, kijkt ze beduusd naar haar natte, koude voeten. 'Zullen we nu maar droge sokken aantrekken?' vraagt de zorgmedewerker. Aaltje knikt. Even later zit ze tevreden aan haar kopje koffie.

**Fabel:**  
Regels zijn heilig.



Feit:

Pijn is vaak  
de oorzaak van  
probleemgedrag





# Een rondje met de hond

Bastiaan en Boris zijn onafscheidelijk. Bastiaan is een jongen van 14 met een verstandelijke beperking, Boris is een hondje van 4 jaar met een onbestemde vacht en trouwe ogen. Elke dag gaan ze samen wandelen. Een paar jaar geleden was dat nog ondenkbaar. Bastiaans leven had een moeilijke start. Zijn moeder had psychiatrische problemen en kon de opvoeding niet aan, schelden en slaan was eerder regel dan uitzondering. Toen Bastiaan 4 was werd hij opgenomen. Angstig, agressief, verwaarloosd en met een hechtingsstoornis. Hij kreeg antipsychotica.

Langzaam ging het beter, ook omdat hij zich hechtte aan een van de teamleiders. Als deze teamleider een eigen gezinshuis start, mag Bastiaan mee. Daar gaat het zo goed dat ze besluiten de medicatie af te bouwen. Zijn motoriek verbetert en hij leert lezen en schrijven. Soms raakt hij nog in paniek, als hij zich onveilig voelt. Maar niet als Boris erbij is.

**Feit:** Persoonlijke aandacht en volharding maken het onmogelijke soms haalbaar.



# Nooit meer naar bed

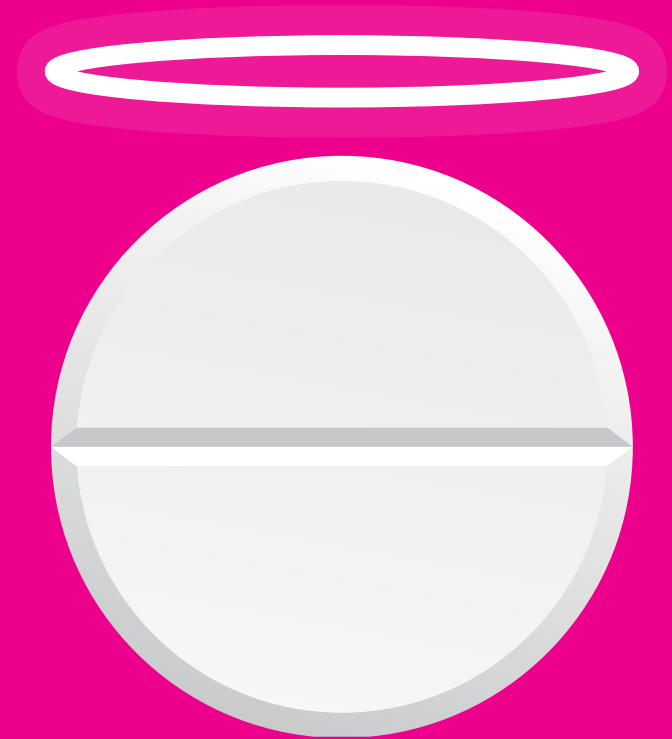
Elke avond opnieuw is het oorlog. Wim wil niet naar bed. Hij slaat, schopt en scheldt erop los. De medewerkers zien als een berg op tegen dit avondritueel en vragen de arts gedragsmedicatie voor te schrijven. Ze vragen de familie in te stemmen met deze aanpak.

De kinderen van Wim vertellen dat vader zo lang ze zich kunnen herinneren 's avonds in zijn oude leunstoel in slaap viel. Ook toen hij nog geen dementie had. Zijn voeten op een bankje, zijn oude geruite deken over zijn benen. Ze besluiten opnieuw zo'n stoel aan te schaffen. De geruite deken is er nog, die ligt over zijn bed. En het plan werkt. Wim gaat nu probleemloos naar zijn kamer. In zijn stoel leest hij en kijkt hij televisie. Hij valt vanzelf in slaap en wordt pas de volgende ochtend wakker. Uitgerust en monter.

**Feit:** Om probleemgedrag op te lossen moet je gewoontes durven loslaten.

Fabel:

**Psychofarmaca  
lost de oorzaak van  
probleemgedrag op**





# Naar buiten!

Soms maakt één bewoner het verschil. Neem nou Tiny. Een buitenmens in hart en ziel. Altijd op zoek naar een manier om te 'ontsnappen' uit de woongroep, altijd op zoek naar vrijheid. Als dat weer niet lukte, werd ze heel verdrietig en soms ook boos of agressief. Haar kinderen vonden het vreselijk hun moeder zo te zien en vroegen of dat echt niet anders kon. Ze waren niet de enigen. Ook andere familieleden en medewerkers klaagden over het gebrek aan bewegingsruimte. De directie nam de klachten serieus en ging aan de slag.

Nu staan alle deuren open. Oók de buitendeur, tot een uur of 5. Het geheim? Een buitendienst die de bewoners in de gaten houdt. Dat is voor iedereen spannend, vooral omdat er geen hek rond de locatie staat. Maar de bewoners vinden het prachtig. Ze genieten van hun vrijheid en zijn veel rustiger. Want wie wil nou niet naar buiten als de zon schijnt?

**Fabel:** Veiligheid is belangrijker dan vrijheid.



# Rituelen

Heleen is gevoelig voor prikkels. Onverwachte geluiden, felle lampen of mensen die hard praten of lachen verdraagt ze slecht. Ze schrikt snel en is dan zeker een uur van slag. Het zit in haar aard en haar dementie heeft het er niet beter op gemaakt.

De medewerkers van de nachtdienst doet elke nacht de ronde over de afdeling. Ze doen de deur open en schijnen met een lampje vlak naast het gezicht van de bewoner. Heleen schrikt dan wakker, stapt uit bed en gaat op zoek naar een toilet. De medewerkers rapporteren dat Heleen dwaalt en vragen zich af of ze slaapmedicatie moet krijgen. Eén collega stelt de rondes ter discussie. Waarom de rondes zo belangrijk zijn wordt niet duidelijk. Ook dat het onrust teweegbrengt, is geen reden om ze af te schaffen. De familie is niet op de hoogte van deze nachtelijke rondes.

**Feit:** Zorgmedewerkers zijn soms ook oorzaak van probleemgedrag.



# Roodborstje

Soms staat ze wel een uur bij het raam te staren. De handen tegen het glas, alsof ze de bomen aan wil raken. Elke dag voerde Beatrice de vogels, tot vorige maand. Ze struikelde over de drempel. Gelukkig was er niets gebroken, maar ze had wel een paar lelijke schaafwonden en een pijnlijke schouder. En nu vindt haar dochter het risico te groot en moet ze binnen blijven. De dochter is niet te vermurwen, gesprekken helpen niet.

De medewerkers hebben het er moeilijk mee. Het ging immers altijd goed, tot die ene keer. Tijd om met haar mee te gaan is er niet. Beatrice is erg verdrietig en vraagt telkens opnieuw of ze naar buiten mag. Ze mist haar uitje en haar vogels. Vooral het roodborstje. 'Mijn lievelingsvogel', zegt ze zacht.

**Fabel:** Vrijheidsbeperking  
maakt het leven  
van cliënten veiliger.

Feit:

Probleemgedrag  
kan ontstaan  
door de stijl van  
begeleiden





# Bijwerkingen psychofarmaca

Stijfheid van spieren	Diarree	Wisseling van hartritme	Moeilijk praten
Seksuele dysfuncties	Obstipatie	Verminderde mimiek	Verwardheid
Rusteloosheid in de benen	<i>Slaperigheid</i>	Hallucinaties	Late bewegingsstoornissen (bij langdurig gebruik)
Trillingen	Duizeligheid	Schuifelend lopen	Hart- en vaatproblemen
Afvlakking gevoelsleven	Onregelmatige menstruatie	Monotone spraak	Labiele bloeddruk
Verlies van initiatief	Gewichtstoename	Spiercontracties in hoofd en nek	Tachycardie (te snelle hartslag)
Verlies van activiteit	Droge mond	Slikstoornissen	Diabetes mellitus type 2
Gevoel opgesloten te zijn	Droge ogen	Kaakklem	Apathie
Sufheid	Moeilijk plassen	Dwangstand van de ogen	Warmte intolerantie
Slaapproblemen	Beroerte	Onrust	Bewustzijnsveranderingen
Longontsteking	Verergering van psychose	<i>Wiebelen en wippen van de voet, hand, onderbeen, bovenlichaam</i>	<i>Leukocytose (teveel witte bloedcellen)</i>
<i>Droge ogen</i>	Verergering van	Geheugenstoornissen	Overmatig transpireren
Verminderd reactievermogen	gedragsstoornissen	Spiertrekkingen van tong, kaak en nek	Nierinsufficiëntie
Concentratieproblemen	Wazig zien	Parkinson-achtige verschijnselen	CVA
Bewegingsdrang	Hypertensie		Smakgeluiden
Libidoverlies	<i>Tongbewegingen</i>		Valgevaar
Plotselinge bloeddrukdaling	Zuig-, kauw- en smakbewegingen		
<i>Veel/weinig speeksel</i>	Uitsteken van de tong		
Misselijkheid			



# Tegendraads jezelf zijn

Anita praat over zichzelf in de derde persoon. 'Anita weet wel dat limonade rood is.' Samen met andere bewoners met een verstandelijke beperking woont ze op een locatie voor mensen met moeilijk verstaanbaar gedrag. Nu spreekt ze helder, maar dat was vroeger wel anders.

Anita krijgt al vanaf haar 20e antipsychotica tegen aanvallen van agressie en psychoses in vrij hoge doseringen. Ze is nu 54. Dat jarenlange gebruik van zware medicijnen zorgde ervoor dat ze veel te zwaar was en te weinig bewoog. Ook was ze vaak slaperig en slecht aanspreekbaar. Soms, ondanks de medicatie, ook agressief. Stap voor stap, in overleg met Anita, startten de medewerkers met afbouwen. Het minderen leek aanvankelijk goed te gaan, maar bij 5 mg ging het weer mis. Nu krijgt ze 10 mg en is ze stabiel. Ze is opener, beweegt gemakkelijker en is afgevallen. Tegendraads is ze nog steeds, maar dat hoort misschien wel bij haar karakter. Ze klokt haar limonade naar binnen. Rode druppels lopen langs haar kin. 'Anita gaat douchen', roept ze. 'Zo lang als ze wil!'

**Feit:** Afbouw is een zorgvuldig proces van trial & error en hoeft niet altijd naar 'nul' te leiden.



# Blauwgroene ogen

Altijd zit ze in haar bruine stoel, de handen gevouwen in de schoot, de ogen gesloten. Of het nu 8 uur in de ochtend is of 4 uur in de middag, het maakt niets uit. Je weet nooit of ze slaapt. Martine heeft vergevorderde dementie, dus dan denk je al gauw: het zal wel door haar ziekte komen. Maar vorige week gebeurde er iets wonderlijks.

Martine had last van doorligplekken en nog wat lichamelijke klachten. Reden genoeg om haar opnieuw te onderzoeken en haar situatie te bespreken. In overleg met de familie besloten de medewerkers de Haldol - die ze al jaren kreeg toegediend - af te bouwen. Het effect was verbazingwekkend. Ze beweegt meer, ze eet beter en ze heeft veel meer heldere momenten. Haar doorligplekken zijn bijna verdwenen. Maar het allerbelangrijkste: de kinderen kunnen weer in haar mooie blauwgroene ogen kijken.

**Feit:** Haldol is effectief bij 1 op de 5 gebruikers.

(review antipsychotica bij dementie  
Sytse Zuidema e.a., NTVG, 2016)

Fabel:

**Pillen afbouwen  
is een enorm risico**





# Colofon

auteurs	Jeroen Schumacher, Anne-Mieke den Ouden
ontwerp	Marije Koopmans, studio marie, <a href="http://www.studiomarie.nl">www.studiomarie.nl</a>
drukwerk	Libertas Pascal
fotografie	Shutterstock, iStock
illustraties	Marije Koopmans
met dank aan	Anne Paulien Cohen, Rink Kaashoek, Gerda de Kuiper, Nadine Mess, Seline Noteboom, Pauline Tienhoven, Sytse Zuidema

## Vilans

Vilans, kenniscentrum voor langdurende zorg, ontwikkelt vernieuwende en praktijkgerichte kennis en versnelt de processen die nodig zijn om die kennis succesvol door te voeren. Dat doen we samen met verpleegkundigen, verzorgenden, huisartsen, specialisten, bestuurders, beleidsmakers, managers en patiëntenorganisaties. En in samenwerking met andere kenniscentra en onderzoeksinstituten. Zo houden we de zorg aan ouderen, gehandicapten en chronisch zieken efficiënt, betaalbaar en van goede kwaliteit.



Meer informatie vindt u op [www.vilans.nl](http://www.vilans.nl)

## Disclaimer

Deze uitgave is met grote zorgvuldigheid en met gebruikmaking van de meest actuele gegevens tot stand gekomen. Het is echter niet geheel uitgesloten dat de informatie in deze uitgave onjuistheden en/of onvolkomenheden bevat. Vilans aanvaardt geen aansprakelijkheid voor directe of indirecte schade ontstaan door eventuele onjuistheden en/of onvolkomenheden. Aan de inhoud van deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.

Deze uitgave mag zonder toestemming van Vilans voor niet-commercieel gebruik worden gedownload en verveelvoudigd. Delen uit deze tekst mogen worden overgenomen met bronvermelding. Voorts alle rechten voorbehouden.

[www.vilans.nl](http://www.vilans.nl)

Beter af met minder?



**Bewust gebruik  
psychofarmaca**

