



Een glimlach doet wonderen: over humor en dementie



Humor en dementie; het is een combinatie die misschien niet meteen in je opkomt maar de interesse was groot om hier meer over te horen! Marcellino Bogers, expert in Humor in de zorg verzorgde op 6 februari een workshop voor vrijwilligers, mantelzorgers en medewerkers van Ananz WWZ en Stichting Het Momentum, als prijs voor het winnen van de Anneke van der Plaats Award in oktober 2019.

Stichting Het Momentum heeft samen met Ananz al meer dan 50 succesvolle matches verzorgd tussen vrijwilligers en cliënten van Ananz. De vrijwilligers worden geselecteerd door Het Momentum op basis van aanvragen van Ananz. Daarna volgt een opleiding van 3 avonden en een dagdeel met een korte kennismaking in een verpleeghuis. Dit project kreeg de Anneke van der Plaats Award 2019.

Onvoldoende aandacht voor humor in de zorg

‘Lachen is pijnstillend, ontspannend en helpt mensen om te gaan met hun angsten. Het beste contact met mensen met dementie begint met een glimlach. Ga recht voor die persoon staan, zodat je goed in beeld bent en glimlach! Het zorgt ervoor dat de persoon met dementie zich veilig voelt en zo wordt de basis voor contact

gelegd', aldus Marcellino Bogers. 'Die glimlach maakt stofjes vrij waardoor iemand zich beter voelt, zowel degene die glimlacht als degene voor wie de glimlach bestemd is. Humor is juist niet de lolbroek uithangen maar met een gepast grapje op zijn tijd de spanning een beetje doorbreken. Het kan echt!'

Humor kan verlichting brengen

Met de nodige werkervaring in de zorg voor mensen met dementie en daarna als mantelzorger weet Marcellino als geen ander waar behoefte aan is. In de workshop Humor en dementie stond hij uitgebreid stil bij de werking, de effecten en de mogelijkheden van gebruik van humor. De theorie werd afgewisseld met praktijkvoorbeelden en anekdotes.

Marcellino: 'Lachen is een basisvorm van communicatie, lachen kun je tot je doodgaat. Als je het lukt om een patiënt te laten lachen, dan geef je daarmee een stukje regie terug, hoe ziek hij of zij ook is, de patiënt heeft even vat op de situatie.'

Lichtelijk nerveus bereidde de arts de euthanasie voor voor een 75 jarige man, rondom diens bed zaten zijn vrouw en kinderen. Net toen de arts de eerste spuit wilde zetten kreeg de man een enorme hoestbui. Toen hij uitgehoest was, richtte hij zich tot de arts en zei: "Heeft u ook iets tegen de hoest, dokter?"

Marcellino vervolgt: 'Vergeet niet dat een lach de stofjes serotonine en endorfine laat vrijkomen, deze werken vrolijk makend, hebben een antidepressief effect en zijn ontspannend en pijnstillend. Zorg ervoor dat je op z'n minst glimlacht aan het bed, doe simpelweg je mondhoeken omhoog, dan voelen zowel jij als de patiënt zich beter. En natuurlijk is het verdrietig, maar een stervende kan ook moe worden van je altijd maar serieuze deskundige begripvolle ernstige gezicht...'

Lachen mét mensen!

Het belangrijkste uitgangspunt was lachen mét mensen, nooit lachen over. En het maakte maar weer eens duidelijk dat er nog zoveel wél kan in de omgang met mensen met dementie. De bezoekers waren enthousiast en geïnspireerd. Dat biedt hoop op veel mooie momenten met een lach voor mensen met dementie en de mensen om hun heen!

Anekdote zuster Inge

Zuster Inge, die haar mooie [anekdotes over het werken met mensen met dementie](#) deelt, brengt precies dit in de praktijk: 'Als een bewoner in bed ligt voor de nacht vraag ik of er nog iets is wat ik kan doen. 'Bidden', is het droge antwoord. Ik kijk de bewoner aan en zeg met een dikke knipoog: 'ik weet niet of u nog te redden bent, maar we kunnen het natuurlijk proberen'. We liggen allebei dubbel. Heerlijk als bewoners nog over een flinke dosis humor beschikken. ' Lees verder: [Zuster Inge: 3 grapjes van mensen met dementie](#)

Bron: [Het Momentum](#) / [Blogs van Marcellino](#)

Meer weten

- Lees: [Zorgorganisatie Ananz en Stichting Het Momentum winnen samen award](#)
- Lees: [Zuster Inge: 3 grapjes van mensen met dementie](#)
- Ook op het [congres 'Passiviteiten van het Dagelijks Leven'](#) gaf Marcellino Bogers een presentatie over 'Humor als verpleegkundige interventie'.
- Bekijk of bestel het boek van Marcellino Bogers [Humor als verpleegkundige interventie 2.0](#)

tags:

[Ananz](#) (5), [Dementie](#) (255), [Vrijwilligers](#) (41)

thema:

[Persoonsgerichte zorg en ondersteuning](#) (289)