

# Nieuwsbrief

## Osteopathie: nieuwe tarieven!

Vanaf **1 maart 2019** rekenen we ook voor een behandeling bij de osteopaat een bijdrage aan. De bijdragen voor de diëtiste en de psychologe blijven ongewijzigd.

Osteopaat	€ 10
Diëtiste	♦ 1e consult (60min): € 20 ♦ vervolgsconsult (30min): € 10
Psychologe	€ 10

**Let op: De consultatie wordt steeds betaald bij het maken van de afspraak.**



### In dit nummer:

Osteopathie: nieuwe tarieven |

BGC-nieuws |

Dementie: als je niet meer weet dat je vergeet 2

Dementie: waar kan je terecht?

Mantelzorg-toelage

## BGC-nieuws

Leuk nieuws!

Verpleegster **Cindy** wordt in juli voor het eerst mama! Op doktersadvies neemt zij nu de nodige rust. Gelukkig mogen we intussen een nieuw gezicht verwelkomen: Debora Caltabellota zal haar verpleegkundige taken overnemen. Voor Cindy's werk als diabeteseducator kunnen we rekenen op een bekend gezicht: Evelien, die hier ook in het verleden al gewerkt heeft, staat de komende maanden klaar voor onze diabetespatiënten!

Welkom (terug) Debora & Evelien!

& hier stopt het goede nieuws nog niet...

Ook dokter **Dorien**, die hier intussen al anderhalf jaar als HAIO aan de slag is, verwacht haar eerste kindje! Als alles goed gaat, zal zij nog tot in augustus bij ons aan het werk zijn.



We wensen beiden een fijne zwangerschap en een wolk van een baby toe!

# Dementie: als je niet meer weet dat je vergeet...

## Wat is dementie?

Dementie is een verzamelnaam voor een dertigtal ziekten met verschillende oorzaken en effecten. Het uit zich door een geheel van symptomen, veroorzaakt door een vermindering van hersenfuncties. De gemeenschappelijke kenmerken zijn:

- geheugenverlies
- oriëntatieverlies;
- moeilijkheden met het denken;
- veranderingen van het gedrag.

Waarom dit proces zich bij sommige personen voordoet en bij anderen niet, is momenteel nog niet gekend.

## Symptomen van dementie

De symptomen verschillen van persoon tot persoon. Achteruitgang van het **geheugen** is vaak het **eerste signaal**. Daarnaast zijn mogelijke symptomen:

- **Taalstoornissen:** problemen met begrijpen of benoemen van woorden
- Moeilijkheden om **logische zinnen** te maken
- Eindeloos dezelfde zinnen/woorden **herhalen**. Ook minder vlot lezen, schrijven, rekenen.
- Moeite met **eenvoudige handelingen** zoals aardappelen schillen of schoenen aandoen. Ook problemen met zich wassen, aankleden, eten, ...
- Moeilijkheden met mensen en dingen **herkennen** (familie, dagelijkse gebruiksvoorwerpen etc.)
- Beelden niet meer tot **één geheel** kunnen samenbrengen
- **Links en rechts** niet meer uit mekaar kunnen houden
- Sterke **stemmingswisselingen**: bv. plots hevig huilen om snel daarna uitbundig te lachen
- **Desoriëntatie in tijd, ruimte en personen**: zich van dag vergissen, verloren lopen, personen verwisselen, ...
- **Persoonlijkheidsverandering**: bv. van gesloten persoon plots een open en ongeremd iemand worden
- Zich niet meer aan de **fatsoensnormen** houden (onbeleefd gedrag)
- **Hallucinaties en waanideeën**: dingen horen en zien die er niet zijn, achterdocht, wantrouwen, ...

Bron: CM

## Verskil Alzheimer en dementie

De ziekte van Alzheimer is een van de vele vormen van dementie. De oorsprong van deze ziekte ligt in de hersenen. De klachten ontstaan omdat de hersenen – door verschillende oorzaken – niet meer naar behoren functioneren.

## Alzheimer bekendste vorm van dementie

Alzheimer is de meest voorkomende vorm van dementie: meer dan 2/3 van alle mensen met een dementie lijdt aan Alzheimer. Daardoor denken veel mensen dat dementie en de ziekte van Alzheimer precies hetzelfde zijn. Maar dat is dus niet het geval. Alzheimer is een ziekte, dementie een symptoom!

Bron: <https://www.marthaflora.nl/wat-is-dementie/verschil-dementie-en-alzheimer/>



Een **vroege diagnose** is belangrijk.

**Heb je het gevoel dat er iets niet pluis is?**

Contacteer dan je **huisarts** en bespreek je zorgen. Hij/zij zal de gepaste stappen ondernemen!



## Dementie: waar kan je terecht?

### Psychosociale ondersteuning

Na een diagnose dementie (bij jezelf of je familie), blijf je achter met een heleboel vragen. Er moeten dingen geregeld worden, je krijgt de diagnose soms moeilijk verwerkt of je weet niet waar je naartoe moet met je vragen. Er zijn heel wat instanties die je kunnen begeleiden in dit proces:

- Onze **maatschappelijk werkster** Tamara
- **Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds**
- **Centra voor Algemeen Welzijnswerk (CAW)**
- **Centrum voor Geestelijke Gezondheidszorg (CGG)** → het CGG heeft een ouderenteam die instaat voor de begeleiding en ondersteuning van ouderen en hun mantelzorgers.



### Thuiszorg

Thuiszorg vormt een fijne aanvulling op de hulp van mantelzorgers. Er bestaan verschillende vormen: poetshulp, gezinszorg, oppashulp, ... en ook een heleboel hulpmiddelen die het thuis blijven wonen kunnen vergemakkelijken. Informeer je over de mogelijkheden! Je kan hiervoor terecht bij:

- Onze **maatschappelijk werkster** Tamara
- **Dienst Maatschappelijk Werk van je ziekenfonds** (en de dienst Thuiszorg van je ziekenfonds)
- Je kan ook rechtstreeks contact opnemen met een **Dienst voor Gezinszorg en Aanvullende Thuiszorg**, bijvoorbeeld:
  - ◊ Familiehulp
  - ◊ IN-Z
  - ◊ Solidariteit voor het Gezin
- **Ergotherapie aan huis:** Een ergotherapeut helpt je met tips en adviezen voor je dagelijkse handelingen thuis. Hij/zij bekijkt wat moeilijk loopt en helpt bij de aanschaf van hulpmiddelen of woningaanpassingen. Je kan beroep doen op ergotherapeuten via je mutualiteit of op een zelfstandige ergotherapeut. *Inwoners van Genk, As, Opglabbeek en Zonhoven kunnen terecht bij het OCMW van Genk in kader van het project 'Ergo aan huis' via 089 57 34 78 of via e-mail [ergo@ocmwgenk.be](mailto:ergo@ocmwgenk.be).*
- **Verpleegkundige zorg:** Hiervoor kan je bij de verpleegkundigen van het BGC terecht.

### Hulp buitenshuis

Wanneer het thuis moeilijk loopt, kan je het als mantelzorger soms zwaar krijgen. Soms is het daarom nuttig om wat ademruimte te nemen, dit zorgt er namelijk voor dat je je taak als mantelzorger beter kan opnemen op de andere momenten. Wanneer een woonzorgcentrum (nog) niet aan de orde is, kan een **dagverzorgingscentrum** een oplossing bieden. Hier kan de zorgbehoevende oudere overdag (één of meerdere dagen per week) terecht voor een fijne, zinvolle daginvulling en de nodige verzorging.

Voor meer informatie hierover maak je best een afspraak bij een dienst maatschappelijk werk (ziekenfonds) of bij onze maatschappelijk assistente Tamara.

## (Gemeentelijke) mantelzorgtoelage

Ouderen die thuis verzorging nodig hebben, hebben vaak recht op een zorgbudget voor zwaar zorgbehoevenden (vroeger bekend als "de zorgverzekering"). Maar wist je dat ook de **mantelzorger** van deze zorgbehoevende oudere vaak recht heeft op een vergoeding?

Een **gemeentelijke mantelzorgtoelage** is een bedrag dat maandelijks of jaarlijks wordt toegekend aan de mantelzorger. De voorwaarden om deze toelage te krijgen, verschillen van gemeente tot gemeente. Ook het bedrag kan verschillen. Niet elke gemeente werkt met een premie; Genk, Oudsbergen en Houthalen-Helchteren wel!

<b>GENK</b>	<u>Bedrag</u>	<b>€50 per maand</b>
	<u>Voorwaarden</u>	Zie <a href="http://www.genk.be">www.genk.be</a> of <a href="http://www.ocmwgenk.be">www.ocmwgenk.be</a>
	<u>Aanvragen</u>	Stadhuis of OCMW
<b>OUDSBERGEN</b>	<u>Bedrag</u>	<b>€35 per maand</b> (€70 voor 2 zorgbehoevenden)
	<u>Voorwaarden</u>	Zie website <a href="http://www.oudsbergen.be">www.oudsbergen.be</a>
	<u>Aanvragen</u>	OCMW
<b>HOUTHALEN- HELCHTEREN</b>	<u>Bedrag</u>	<b>€ 25 per maand</b>
	<u>Voorwaarden</u>	Zie <a href="http://www.houthalen-helchteren.be">www.houthalen-helchteren.be</a>
	<u>Aanvragen</u>	OCMW - thuisdiensten

Wil je weten of je in aanmerking komt voor een mantelzorgpremie? Ga dan zeker eens kijken op de website van je gemeente of OCMW, neem telefonisch contact ermee of maak een afspraak bij onze maatschappelijk assistente Tamara. Zij helpt je graag verder!

