



PBO 930022142 NPO 049-191

Kleredrag

Ons klere is 'n wesenlike deel van ons persoonlikheid. Om 'n persoon met demensie in staat te stel om te kies wat hy aantrek en om sy eie styl te behou, is 'n manier om hom te help om sy identiteit te behou. Namate demensietia vorder, sal die persoon dalk meer hulp nodig hê om aan te trek. Hier is 'n paar voorstelle.

Om aan te trek, is vir die meeste van ons 'n baie persoonlike en private bedrywigheid, een waartydens ons gewoonlik ons eie besluite neem. As 'n persoon met demensie hulp nodig het, moet dit op 'n taktvolle en sensitiewe manier aangebied word sodat hy so lank as wat hy kan, sy eie besluite kan neem.

As jy iemand help om aan te trek, is dit belangrik om genoeg tyd toe te laat sodat geeneen van julle gejaagd voel nie. Onthou dat 'n persoon met demensie langer sal neem om inligting te verwerk as wat hy in die verlede het, en dit sal 'n uitwerking hê op sy vermoë om te reageer en keuses te maak. Gebruik dit as 'n geleentheid om te sê wat jy doen, sowel as om enigiets anders wat moontlik van belang is, oor te dra. As jy dit 'n genotvolle geleentheid kan maak, sal die persoon met demensie meer geneig wees om ontspanne te voel, vol vertroue te wees en 'n gees van samewerking te hê.

Moedig onafhanklikheid aan

Moedig die persoon aan om onafhanklik te bly deur so lank as wat hy kan, homself aan te trek. Maniere om te help, sluit in:

- Sit die klere uit in die volgorde wat die persoon dit sal aantrek.
- Haal vuil klere uit die vertrek. Dit sal help keer dat die persoon dit weer aantrek.
- Herinner die persoon op 'n sensitiewe manier watter kledingstuk volgende aangetrek moet word, of gee hom die gepaste kledingstuk aan soos benodig.
- Gee instruksies in baie kort stappe, wanneer die persoon meer deurmekaar is, byvoorbeeld: 'Sit nou jou arm in die mou...'
- Wees taktvol as die persoon iets nie regkry nie – byvoorbeeld, as hy iets agterstevoor aantrek. Aan die ander kant sal julle dalk albei lekker daarvoor kan lag.

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org www.dementiasa.org

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

- Sit etikette op laaie waar sekere kledingstukke gehou word, of sit hele uitrustings op 'n besondere manier uit.

Algemene wenke

- Wanneer die persoon aantrek:
- Maak seker dat die vertrek warm is.
- Maak seker dat die klere gepas is.
- Moedig die persoon aan om die toilet te gebruik voordat hy aantrek.
- Probeer om by die roetine te hou waaraan die persoon gewoond is. Byvoorbeeld, die persoon verkies dalk om al sy onderklere eerste aan te trek, of hy verkies dalk om die boonste helfte heeltemal aan te trek voor die onderste helfte.
- As die persoon jou pogings om te help weerstaan, sal dit dalk beter wees om hom 'n ruk lank te los eerder as om hom te verontrus en moontlik te ontstel.
- Die persoon sal dalk meer inskiklik wees as jy 'n bietjie later weer probeer.
- Die persoon is dalk nie meer in staat om vir u te sê of hy te warm of te koud kry nie. 'n Paar lae dun klere sal dalk beter wees as een dik laag. Jy kan dan voorstel dat hy een laag verwyder as dit te warm raak.
- Moenie te veel klere in die kas hou nie, andersins kan die hoeveelheid keuses oorweldigend word.

Keuses

Wanneer ook al moontlik, moet u die persoon vra wat hy graag wil aantrek. 'n persoon met demensie moet die waardigheid hê van seggenskap oor wat hy dra.

Te veel opsies kan egter verwarrend wees, en dit is daarom beter om voorstelle een-een te maak. As die persoon op sy eie woon en baie klere het, kies dié wat hy gewoonlik sal dra en sit dit op 'n toeganklike plek. Dit sal dan vir hom makliker wees om 'n keuse te maak.

Redes waarom 'n persoon met demensie dit moeilik vind om aan te trek

- Ondervind die persoon fisiese probleme, soos met sy balans of fynmotoriese koördinasie. Dit kan vir die persoon met demensie moeilik wees om ritsluiters en knope te gebruik.
- Ondervind die persoon kognitiewe probleme? Dalk het die persoon vergeet wat die volgorde is waarin hy homself moet aantrek. Of dalk herken die persoon nie sy klere nie?
- Dit is ook moontlik dat die persoon met demensie nie weet watter tyd van die dag dit is of watter seisoen dit is nie.
- Ondervind die persoon sy omgewing verwarrend of dalk oorvol? Dalk is dit te warm of te koud?
- Voel die persoon met demensie dalk dat u hom te veel aan jaag om aan te trek?
- Verwag u dalk te veel van die persoon met demensie op een slag?
- Is die persoon dalk skaam om voor u aan of uit te trek, maar is nie in staat om dit vir u te sê nie? Omgewing?

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org *www.dementiasa.org*

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

Die aankoop van klere

- As die persoon dieselfde uitrusting herhaaldelik wil dra, koop meer as een identiese een sodat u sonder spanning 'n skoon uitrusting kan verskaf.
- As u klere koop vir die persoon met demensie, moet u alles in u vermoë doen om die persoon saam met u te neem, sodat die persoon die styl en kleure waarvan hy hou, kan kies.
- Maak seker watter grootte die persoondra. Hy het dalk gewig verloor of aangesit sonder dat u dit besef.
- Soek na klere wat vir die persoon maklik sal wees om aan en uit te trek, veral as die persoon op sy eie woon – byvoorbeeld, klere met 'n groter nekopening, wat aan die voorkant of met Velcro vasmaak of wat nie vasgemaak word nie.
- As u na 'n vrou omsien, sal 'n bra wat aan die voorkant oopmaak, makliker wees vir albei van julle om te gebruik. Moet haar nie toelaat om braloos te loopgaan nie, aangesien dit tot ongemak en seerheid kan lei.
- “Self-supporting”-sykouse moet oor die algemeen vermy word, want dit kan soms bloedsomloop probleme veroorsaak.
- Vir mans is boksbroekies (boxers) dalk makliker om te gebruik as “Y-fronts”.
- Skoene met veters is dalk vir 'n persoon met demensie moeilik om te gebruik.
- Aanglipskoene wat goed pas, sal die persoon dalk help om 'n bietjie langer onafhanklik te bly.
- Pantoffels moet nie langer as 'n paar uur gedra word nie, want hulle bied nie genoeg ondersteuning vir die voete nie.

Wysigings

U sal party klere kan wysig sodat dit makliker is om aan en uit te trek.

- Langer ritssluiters is altyd nuttig. Velcro-vasmakers, indien die persoon daaraan gewoond kan raak, is makliker om te gebruik as knope of hakies en ogies.
- U kan soms skoenveters met rek vervang..

Die aantrek van ander klere

Iemand sal dalk huiwerig wees om sy klere uit trek, of weier om ander klere aan te trek, selfs wanneer hy bed toe gaan. U sal dalk 'n verskeidenheid strategieë moet gebruik om hom te oorreed.

Byvoorbeeld, dit sal dalk help om vuil klere te wag te vat en dit met skoon klere te vervang wanneer die persoon was, bad of stort. U sal die persoon dalk kan oorreed om ander klere aan te trek wanneer iemand kom kuier, of u kan sê dat dit vir u lekker sal wees om te sien dat hy iets nuuts aantrek. Probeer om seker te maak dat die persoon gereeld ander klere aantrek, maar sonder om hom te ontstel.

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org *www.dementiasa.org*

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

Vreemde klere

Solank dit nie skade aanrig nie, is dit waarskynlik beter om vreemde klere of klere wat ongepas is, te aanvaar eerder as om die persoon te konfronteer. As iemand byvoorbeeld vasbeslote is om 'n hoed in die bed, kleure wat nie by mekaar pas nie, of 'n swaar jas in die somer te dra, moet u sover moontlik probeer om sy keuse te respekteer.

Ander aspekte van persoons_versorging

Help die persoon met sy hare nadat hy aangetrek het. 'n Vrou sal dalk van grimering hou, as sy dit gebruik, of 'n titseltjie parfuum. As sy daarvan hou om borsspelde of krale te dra, gee dit haar die geleentheid om ander keuses te maak. As sy dit geniet om haar naels geverf te hê, kan u dit miskien deur die loop van die dag vir haar doen.

Komplimente

Om 'n persoon met demensie goed te laat lyk, is 'n belangrike manier om sy selfvertroue te behou. Dit is ook 'n feit dat vreemdelinge iemand sal oordeel volgens hul voorkoms. . Komplimenteer die persoon op hoe hy lyk en moedig hom aan om trots te wees op syvoorkoms.

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org *www.dementiasa.org*

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

Aantekeninge:

Kontak:

3rd Floor,
State House,
3 Rose Street,
Cape Town

P.O. Box 16421
Vlaeberg
8018

Tel: (021) 421 0077/78
Email: info@dementiasa.org
Or support@dementiasa.org



www.dementiasa.org

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org www.dementiasa.org

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679