

Mensen met dementie struinen buiten tussen de planten, bijenkasten en dieren



Zorgmedewerker Mirjam Siben leidt de 80-jarige mevrouw Schol naar buiten in de Vitale Tuin van verpleeghuis De Bieslandhof in Delft. Beeld: Stephanie Broekarts

Verpleeghuisbewoners met dementie zitten heel veel binnen. Dat vermindert hun kwaliteit van leven. Wetenschap laat zien: een beleefbaar werkt.

Stephanie Broekarts 5 oktober 2023, 22:00

"Wilt u een bloem ruiken", vraagt zorgmedewerker Mirjam Siben aan mevrouw Schol. De op-jarige cliënt lacht innemend. Met nog een andere collega en cliënt lopen ze door de grote binnentuin van verpleeghuis De Bieslandhof in Delft. "Laten we nu de schapen voeren", zegt Siben, "daar is mevrouw dol op."

De rolstoelen rijden makkelijk over de brede paden rondom de waterpartij en om elke hoek is weer wat anders te zien of te doen. Naast de wilde en eetbare planten zijn er (interactieve) kunstwerken, bijenkasten, fime bankjes en picknicktafels. Er zijn speelplekken en er lopen dieren rond. De tuin is deze zomer geopend en mensen maken er volop gebruik van.

"Dat vind ik geweldig om te zien", zegt Lydi Brouwer, locatiemanager van De Bieslandhof. "Er wordt niet alleen in de tuin gewandeld, er worden verjaardagen gevierd met familie, meetings gehouden met collega's en gespeeld met de kleinkinderen. Het leven speelt zich meer buiten af."

Vitale Tuin

En dat is precies de bedoeling van het project, dat het verpleeghuis zelf omschrijft als méér dan een beleefbaar: een Vitale Tuin. Een uniek, nieuw zorgconcept, ontworpen op basis van wetenschappelijk onderzoek.

Buitenbeleving is bij verpleeghuizen een uitdaging. In een rapport van het Sociaal en Cultureel Planbureau uit 2019 komt maar voren dat één op de vijf verpleeghuisbewoners anders toe nocht buiten komt. Mensen met dementie vinden gemiddeld nog minder vaak hun weg naar buiten.



Cliënten voeren de schapen in de Vitale Tuin. Dit onderzoek kijkt dat contact met dieren een belangrijke effect van buiten op mensen met dementie. Beeld: Stephanie Broekarts

"Ik vind het een mensenrecht dat je iedere dag naar buiten kan", zegt Brouwer. "Negen van de tien keer is het niet een vrijwillige keuze om naar een verpleeghuis te gaan. Iemand is niet meer in staat zelfstandig thuis te wonen, en kan steeds minder zelf kleren. We begeleiden en ondersteunen cliënten met eten en drinken, waarom niet ook met zo'n basisbehoefte als naar buiten gaan?"

De locatiemanager spreekt in 2021 haar droom uit om van de bestaande, parkachtige tuin van het verpleeghuis een Vitale Tuin te maken. Waar niet alleen naar groen gekeken kan worden, maar waar alle zintuigen prikkel krijgen, er sociaal contact kan zijn, ontspanning of juist inspanning. Waar mensen zich vrij kunnen voelen.

Promotieonderzoek

Brouwer benadikt Medanie van de Velde van Bourtongen, psycholoog bij woonzorgcentrum Pieter van Foreest, die de perfecte partner blijkt te zijn om de droom mee te realiseren. Zij doet sinds 2019 bij het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) promotieonderzoek naar de effecten van tuingebruik op mensen met dementie in verpleeghuizen. Momenteel is de Delftse tuin haar onderzoeksgebied. Die tuin is ontworpen op basis van de eerste resultaten van haar studie.



De 80-jarige mevrouw Maden speelt water met de glazen over een reetstroef kunstwerk, waardoor ze avonds een vrolijk geluid hoort. Beeld: Stephanie Broekarts

Van der Velde - van Bourtongen: "De tuin is altijd in ontwikkeling, we kijken wat werkt en wat niet, en passen het ontwerp daar op aan. Zo lijken beweeggestellen voor mensen met dementie weinig te doen. Zij willen liever wandelen en dingen kunnen beraken van vroeger."

Eerdere studies op dit gebied laten zien dat het gebruik van een tuin een positief effect heeft op de kwaliteit van leven, het gedrag en de psychologische symptomen van dementie. Zo zijn mensen die naar buiten gaan over het algemeen vrolijker, minder apathisch, en ervaren minder sociale isolatie. Agitatie, stress en agressie nemen af en slaap verbetert. Een onderzoek meldt zelfs dat mensen die meer tijd in de tuin doorbrengen, minder psychofarmaca hoeven te slikken.

Hoewel de resultaten van het lopende onderzoek bij De Bieslandhof nog op zich laten wachten, ziet de instelling al verschil. Mensen met dementie lijken beter te slapen en er is minder onrust. Cliënten maken soms met een behoorlijk tempo wandelingen in de tuin om zo hun energie kwijt te raken, iets wat binnen niet mogelijk is.



Locatiemanager Lydi Brouwer en psycholoog Medanie Van der Velde - van Bourtongen bij een speeltank in de Vitale Tuin. "Nogge" zegt ze hier bijna nooit kinderen, nu wel. zegt de psycholoog. Beeld: Stephanie Broekarts

Geaccepteerd risico

Medewerkers van het verpleeghuis en familieleden zijn nu enthousiast, maar hadden aanvankelijk veel vragen en zorgen. Medewerkers zaten niet te wachten op nóg meer werk, familieleden vreesden voor de veiligheid van hun naaste. Wat als een cliënt in de tuin is terwijl het tijt is voor medicatie? Wat als mijn moeder in het water valt?

"We hebben zoveel mogelijk geïnformeerd om zorgen weg te nemen. Een verpleeghuis of afdeling is een soort veilige cocon. Daar is het gebouw en de zorg op ingericht. En het is natuurlijk ook belangrijk dat er genoeg toezicht en veiligheid in de tuin is", zegt Van der Velde - van Bourtongen.

"Maar er moet een geaccepteerd risico zijn", vindt Brouwer. "We hebben een meerere gebied die heel erg graag de tuin in wilde, maar in één week drie keer buiten gevallen is. Als je hem binnen houdt was hij misschien niet zo gevallen. En toch zegt de familie: algebleeft, laat hem lekker buiten. Want wij zien hoe gelukkig hij daar van wordt."