

# Feiten & Cijfers: Dementie

*‘Oudere mensen die zich eenzaam voelen, lopen een groter risico om dementie te ontwikkelen’*

**260.000**  
mensen hebben dementie

Een verklaring voor het verband tussen dementie en eenzaamheid, is dat eenzaamheid de kans vergroot op depressiviteit. Depressiviteit op oudere leeftijd wordt in verband gebracht met dementie. Het (minimaal wekelijks) deelnemen aan sociale activiteiten lijkt juist te beschermen tegen dementie. Voorbeelden zijn bezoek aan/van vrienden en familie, sport of speelclub, en groepsactiviteiten via zorg- of oudereninstellingen (bron: [Alzheimer Nederland](http://www.alzheimer.nl/)).

*De weetjes in de LASA weetjeswaaier zijn gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek binnen de Longitudinal Aging Study Amsterdam (LASA). Voor meer informatie over het onderzoek en de weetjes waaier kunt u kijken op: <http://www.lasa-vu.nl/nieuws/nieuws.html>*



## Regie van zorg: het heft in eigen handen?

Met regie in de zorg wordt meestal bedoeld de mate waarin iemand zijn of haar zorg zelf in de hand heeft. De zorg voor ouderen wordt steeds complexer. Is meer zelfregie een oplossing? En betekent dat per definitie dat de zorg wordt aangestuurd door de oudere zelf?

We interviewden kwetsbare ouderen, geselecteerd uit de LASA-deelnemers, hun mantelzorgers en professionele zorgverleners over hun ervaringen met regie van zorg. Daaruit bleek dat, naast de capaciteiten van de oudere in kwestie, ook het sociaal vangnet en de eigenschappen van zorgverleners belangrijk zijn. We vroegen de ouderen onder meer welk cijfer ze gaven aan de mate waarin zij regie hadden over de zorg. 94% van de respondenten gaf zichzelf daarbij een voldoende. Veel mantelzorgers vinden overigens dat zij de touwtjes in handen hebben, in plaats van de oudere. We spreken daarom liever over 'ervaren regie' dan over 'regie in eigen hand'.

SA  
Claassens, C.T.J., Widdershoven, G.A., Rhijn, S.C. van, Nes, F.A. van, Broese Van Groenou, M.I., Deeg, D.J.H. & Huisman, M. (2014). Perceived control in health care: A conceptual model based on experiences of frail older adults. *Journal of Aging Studies*, 31, 159-170.

Foto: ©Sabine Joosten

Gouden Dagen | Rembrandtlaan 22<sup>E</sup> | 3723 BJ Bilthoven | T: 030 633 14 89 | E: [info@goudendagen.nl](mailto:info@goudendagen.nl) | [www.goudendagen.nl](http://www.goudendagen.nl)