



**mantelzorg
boek**

In geval van nood

**Belangrijke informatie voor
de vervangende (mantel)zorger**

Er zijn momenten dat de mantelzorger de zorg en hulp (tijdelijk) moet overdragen aan iemand anders. Bij het overdragen van de zorg is het belangrijk dat de verzorgde een prettige tijd heeft en dat de mantelzorger erop kan vertrouwen dat de verzorging goed wordt overgenomen. Daarom is dit (mantel)zorgboek ontwikkeld.

Dit (mantel)zorgboek bevat een aantal vragen. Wanneer deze zijn ingevuld door de mantelzorger is het zorgboek compleet.

- Het geeft een zo volledig mogelijke opsomming van de onderwerpen die van belang kunnen zijn voor de vervanger zodat er zo goed mogelijk de juiste zorg en ondersteuning geboden kan worden.
- Welke onderwerpen voor de mantelzorger en de verzorgde belangrijk zijn, hangt af van de situatie en wat de grootste zorg is.
- De vragen in het zorgboek zijn een leidraad bij wat de vervangende (mantel)zorger allemaal moet weten, er kan natuurlijk nog meer informatie belangrijk zijn.
- Op de laatste pagina's is ruimte om ontbrekende informatie toe te voegen.

Leg dit mantelzorgboek op een plek waar de vervangende (mantel)zorger het gemakkelijk kan vinden, bijvoorbeeld in de zorgmap van de thuiszorg of naast de telefoon. En bespreek dit met elkaar. Denk ook aan enkele praktische zaken, bijvoorbeeld: heeft de vervangende (mantel)zorger een huissleutel?

Bij dit zorgboek hoort een mantelzorgpas.

- De mantelzorgpas kan de mantelzorger in zijn/haar portemonnee dragen.
- Op de mantelzorgpas kan de mantelzorger telefoonnummers van de vervangende (mantel)zorger noteren.
- Wanneer de mantelzorger onverhoopt iets overkomt, kunnen hulpdiensten de vervangende (mantel)zorger inschakelen.

Heeft u nog vragen? Wilt u hulp bij het invullen van dit mantelzorgboek?

Mantelzorg & Meer

Mantelzorg & Meer is er voor alle mantelzorgers in de gemeenten Aalsmeer, Amstelveen, Haarlemmermeer, Ouder-Amstel en Uithoorn.

U vindt bij ons individuele ondersteuning en begeleiding op maat, cursussen, gespreksgroepen, mantelzorgcafés en inzet van vrijwilligers.

Mantelzorgondersteuning

Als u intensief zorgt voor een naaste, dan kan het fijn zijn als onze mantelzorgconsulent of mantelzorgmakelaar met u meedenkt over

- hoe blijf ik zorg geven op mijn eigen manier?
- waarvoor en hoe kan ik hulp inschakelen?
- welke zorg- en hulpinstanties zijn er in mijn omgeving?
- welke financiële regelingen zijn er?
- hoe vraag ik een indicatie aan of een persoonsgebonden budget?
- wat kan ik met mijn werkgever regelen?
- hoe versterk ik mijn sociale netwerk?
- waar vind ik emotionele ondersteuning?

Cursussen

U krijgt informatie over het ziektebeeld en handvatten hoe om te gaan met de situatie en u ontmoet andere mantelzorgers die hetzelfde meemaken. "Had ik dit maar eerder geweten!", horen wij vaak terug. Op onze site vindt u meer informatie over de cursussen Omgaan met dementie, Omgaan met niet aangeboren hersenletsel (NAH) en Omgaan met een chronische ziekte.

Gespreksgroepen

Samen met onze mantelzorgconsulent en andere mantelzorgers komt u periodiek bij elkaar. U deelt ervaringen en geeft elkaar tips. U vindt herkenning, erkenning en steun. Er zijn groepen voor mantelzorgers van chronisch zieken, mantelzorgers van iemand met dementie, Niet Aangeboren Hersenletsel en mantelzorgers van iemand met psychische klachten.

Vrijwilligers inzet

Zoekt u iemand die bij degene kan blijven voor wie u zorgt? Of die er met hem of haar op uit kan gaan en gezelligheid kan bieden? Of wilt u uw netwerk vergroten of meer hulp bij het zorgen? Onze zorgvrijwilligers en netwerkcoaches helpen u graag.

Snel en veelal kosteloos

U kunt direct terecht, er is geen verwijzing of indicatie nodig. De meeste diensten zijn kosteloos. Wilt u op de hoogte gehouden worden? Meld u dan aan als mantelzorger. Mantelzorg & Meer is er voor u!

Inhoud

1. Persoonlijke gegevens van de verzorgde	3
2. Belangrijke adressen en telefoonnummers	4
3. Beperkingen, ziektebeeld en diagnose	8
4. Karakterschets	8
5. Medicijnen, verzorging en verpleging	9
6. Hulpmiddelen en therapieën	18
7. Dagindeling en maaltijden	20
8. Gedrag, hobby's en bezigheden	23
9. Vervoer	27
10. Welke informatie is nog meer belangrijk?	28

2. Belangrijke adressen en telefoonnummers

Mantelzorger, te contacten in geval van nood

Naam:

Adres:

Telefoon thuis:

Telefoon mobiel:

Relatie met de verzorgde:

Gegevens huisarts

Naam:

Adres:

Telefoonnummer:

Gegevens andere behandelaars

(Denk aan andere artsen, psychiaters, psycholoog, vertrouwenspersoon)

Naam:

Adres:

Telefoonnummer:

Gegevens coördinerend specialist of thuiszorgmedewerker

Naam:

Functie:

Organisatie:

Telefoonnummer en bereikbaarheid:

Thuiszorgmap ligt (plek invullen):

Gegevens bewindvoerder, mentor of voogd

Is er een bewindvoerder, mentor of voogd? Ja Nee

Naam:

Adres:

Telefoonnummer:

Ziektekostenverzekering

Naam verzekeraar:

Telefoonnummer:

Polisnummer:

Zorgpas ligt (plek invullen):

Gegevens ziekenhuis

Naam:

Adres:

Telefoonnummer:

Patiëntnummer van de verzorgde voor het ziekenhuis:

Patiëntenkaart ligt (plek invullen):

Andere contactpersonen (Bijvoorbeeld familie, vrienden, buren)

Naam:

Adres:

Telefoon:

Relatie met de verzorgde:

Naam:

Adres:

Telefoon:

Relatie met de verzorgde:

Naam:

Adres:

Telefoon:

Relatie met de verzorgde:

Naam:

Adres:

Telefoon:

Relatie met de verzorgde:

Naam:

Adres:

Telefoon:

Relatie met de verzorgde:

3. Beperkingen, ziektebeeld en diagnose

Wat is het ziektebeeld en/of de gestelde diagnose?

Lichamelijke beperkingen:

Verstandelijke of psychische beperkingen:

4. Karakterschets

Wat zijn belangrijke wetenswaardigheden over het karakter?
(Bijvoorbeeld: het gedrag, typische voorkeuren of levensovertuiging)

Hoe wil de verzorgde aangesproken worden?

Wat zou de reactie van de verzorgde kunnen zijn op het plotseling
(tijdelijk) uitvallen van de mantelzorger?

Waar liggen de medicijnen?

Allergieën

Is de verzorgde allergisch voor bepaalde voedingsmiddelen?

Ja Nee Zo ja, welke?

Is de verzorgde allergisch voor bepaalde medicijnen?

Ja Nee Zo ja, welke?

Is de verzorgde allergisch voor andere dingen?
(Bijvoorbeeld: huisdieren, zon, stof)

Ja Nee Zo ja, welke?

Thuiszorg

Welke mensen komen in huis om werkzaamheden te verrichten?
(Bijvoorbeeld: hulp in de huishouding, verzorging en verpleging)

Organisatie:

Naam persoon:

Dag(en) van de week:

Tijdstip op de dag:

Organisatie:

Naam persoon:

Dag(en) van de week:

Tijdstip op de dag:

Organisatie:

Naam persoon:

Dag(en) van de week:

Tijdstip op de dag:

Organisatie:

Naam persoon:

Dag(en) van de week:

Tijdstip op de dag:

Medisch-verpleegkundige handelingen

Moeten er medisch-verpleegkundige handelingen worden verricht?

Ja Nee Zo ja, welke?

Moet de verzorgde regelmatig van houding verwisselen?

Ja Nee

Heeft hij/zij daarbij hulp nodig?

Ja Nee Zo ja, welke hulp?

Moeten gevoelige plekken worden gecontroleerd op wondjes en drukplekken?

Ja Nee Zo ja, waar?

Verzorging

Wassen

Heeft de verzorgde hulp nodig bij wassen/douchen?

Ja Nee Zo ja, welke hulp?

Gebruikt de verzorgde bij het wassen zeep?

Ja Nee

Heeft de verzorgde hulp nodig bij het tandenpoetsen?

Ja Nee

Zijn er bijzonderheden in de verzorging van het gezicht, de haren, de nagels?

Ja Nee Zo ja, welke bijzonderheden?

Aankleden

Heeft de verzorgde hulp nodig bij het aankleden?

Ja Nee Zo ja, welke hulp?

Zijn er bijzonderheden bij het aankleden?
(Bijvoorbeeld: houding, volgorde van aankleden)

Ja Nee Zo ja, welke bijzonderheden?

Toiletgang

Denkt de verzorgde er zelf aan om naar het toilet te gaan?

Ja Nee

Zo nee, gebruikt hij/zij incontinentiemateriaal en hoe vaak verwisselt u dit?

Waar liggen de materialen?

Heeft de verzorgde hulp nodig bij het naar het toilet gaan?

Ja Nee Zo ja, welke hulp?

Naar bed gaan

Heeft de verzorgde hulp nodig bij het naar bed gaan?
(Bijvoorbeeld: uitkleden)

Ja Nee Zo ja, welke hulp?

Komt de verzorgde 's avonds vaak uit bed?

Ja Nee Zo ja, hoe moet men hierop reageren?

6. Hulpmiddelen en therapieën

Hulpmiddelen

Welke hulpmiddelen gebruikt de verzorgde? (Bijvoorbeeld: leesloep, rolstoel, krukken, speciale voorzieningen bij het naar bed of in bad gaan)

Kan de verzorgde de hulpmiddelen zelfstandig gebruiken?

Ja Nee Zo nee, waarbij helpt u hem/haar?

Therapieën

Moet er aandacht besteed worden aan therapieën die de verzorgde volgt?

Ja Nee Zo ja, aan welke?

Welke ondersteuning geeft u?

Hoe vaak per dag? keer

7. Dagindeling en maaltijden

Dagindeling

Wat zijn de aandachtspunten bij de dagindeling?
(Bijvoorbeeld: tijdstippen of gewoontes)

Wakker worden:

Ontbijten:

Activiteiten:

Lunch:

Activiteiten:

Avondmaaltijd:

Activiteiten:

Slapen:

Maaltijden

Heeft de verzorgde hulp nodig bij het klaarmaken van de broodmaaltijd?

Ja Nee Zo ja, waar helpt u hem/haar mee?

Kan de verzorgde zelf de warme maaltijd verzorgen?

Ja Nee Zo nee, waar helpt u hem/haar mee?

Kan de verzorgde zelfstandig eten?

Ja Nee Zo nee, waar helpt u hem/haar mee?

Maakt de verzorgde gebruik van hulpmiddelen bij het eten?

Ja Nee Zo ja, welke?

Mag de verzorgde bepaalde voedingsmiddelen niet hebben?

Ja Nee Zo ja, welke niet?

Moet de verzorgde zich houden aan bepaalde hoeveelheden?

Ja Nee Zo ja, toelichting:

8. Gedrag, hobby's en bezigheden

Gedrag

Heeft de verzorgde bepaalde angsten?

Ja Nee Zo ja, waarvoor?

Hoe reageert de verzorgde dan?

Wat kan men doen om de verzorgde op zijn gemak te stellen?

Vertoont de verzorgde wel eens moeilijk gedrag?

Ja Nee Zo ja, hoe uit hij/zij dit?

Hoe kan men daar het beste op reageren?

Vertoont de verzorgde wegloupedrag?

Ja Nee Zo ja, welke voorzorgsmaatregelen zijn nodig?

Ziet de verzorgde gevaar, bijvoorbeeld in het verkeer?

Ja Nee Zo nee, welke voorzorgsmaatregelen zijn nodig?

Kan de verzorgde zelfstandig met geld omgaan?

Ja Nee Zo nee, waarmee kan de vervanger helpen?

Hobby's en bezigheden

Welke hobby's heeft de verzorgde?

Is de verzorgde graag in huis of buitenshuis?

Welke activiteiten doet de verzorgde graag?

Wat is interessante gespreksstof?

Bij welke activiteiten helpt u de verzorgde?

Welke activiteiten stelt de verzorgde niet op prijs?

Wat moet meegenomen worden bij een eventuele opname?
(Bijvoorbeeld: foto's, knuffels)

9. Vervoer

Maakt de verzorgde gebruik van aanvullend openbaar vervoer?

Naam en telefoonnummer uitvoerende organisatie:

Vervoerspas ligt (plek invullen):

Klantnummer:

Mogen er andere passagiers mee?

Naam en telefoonnummer uitvoerende organisatie:

Vervoerspas ligt (plek invullen):

Mogen er andere passagiers mee?

Colofon:

Tekst: De tekst van het mantelzorgboek is ontleend aan het voorbeeld van Markant en de gemeente Amsterdam

Druk: Aranea Grafimedia, Zaandam

Uitgave april 2019

Wilt u dit mantelzorgboek of de mantelzorgpas nabestellen?

Neem dan contact op met: Mantelzorg & Meer

Tel. 020 333 53 53, info@mantelzorgenmeer.nl, www.mantelzorgenmeer.nl

