

## 2.2 Depressie en apathie

Depressie komt vaak voor bij mensen met dementie en is een ernstige aanslag op de kwaliteit van leven. Het heeft namelijk grote consequenties voor het welbevinden en het dagelijks functioneren, en vergroot de zorgbehoefte. Daarnaast heeft het grote invloed op het welbevinden van mantelzorgers. De relatie tussen dementie en depressie is erg complex; het is vaak moeilijk om deze aandoeningen te onderscheiden. Omdat depressie zulke ernstige gevolgen heeft en in principe behandelbaar is, is het van belang depressieve symptomen te kunnen herkennen in de dagelijkse praktijk. In de afgelopen jaren is een aantal richtlijnen voor de opsporing en behandeling van depressie ontwikkeld. Zo biedt het Addendum Ouderen bij de multidisciplinaire richtlijn voor depressie aanknopingspunten voor een verbeterde opsporing en behandeling van depressie bij dementie ([www.ggzrichtlijnen.nl](http://www.ggzrichtlijnen.nl)). Eén van de voorgestelde behandelvormen in dit addendum is Life Review. Als het gaat om ouderen, is in de wetenschappelijke literatuur de meeste evidentie te vinden voor psychosociale interventies op basis van Life Review.

Na een algemene introductie over depressie bij dementie, over het herkennen van depressiviteit bij mensen met dementie en over mogelijke behandelvormen, gaat deze workshop in op een nieuwe individuele Life Review therapie voor ouderen: Dierbare Herinneringen (Bohlmeijer et al., 2009). Dierbare herinneringen is laagdrempelig, kortdurend en speciaal ontwikkeld voor ouderen. Door het trainen van een cliënt in het ophalen van specifieke *positieve* herinneringen uit verschillende levensfasen, worden als het ware gaten geschoten in het algemene, negatief gekleurde levensverhaal van iemand met depressieve klachten. Ervaringen met deze therapie in de praktijk leren dat deze ook is toe te passen bij mensen met dementie.

Een van de behandel mogelijkheden bij depressie en apathie is psychomotorische therapie, een ervaringsgerichte therapievorm die uitgaat van bewegen en het lichaam. Pmt kan in groepsverband ingezet worden om teruggetrokken en passief gedrag bij ouderen te verminderen. Door beweegopdrachten in groepsverband uit te voeren herontdekken cliënten hun mogelijkheden, komen zij meer in beweging en worden zij uitgedaagd om initiatief te nemen. Tijdens de workshop ervaren deelnemers aan den lijve hoe oefeningen een beroep doen op o.a. initiatief nemen en sociaal functioneren. Ook wordt stilgestaan bij de theoretische achtergrond van deze interventie.

### Contactpersoon:

Margje Mahler, psycholoog Stichting Kalorama en adviseur Kennis door Verbinding