

# Tuintherapie bij dementie

Dehennin Ellen- Ergotherapeut UPC KULeuven



## HORTICULTURAL THERAPY

Via activiteiten in de natuur / met planten doelstellingen op medisch, psychisch of sociaal vlak bereiken om het algemene welzijn te verhogen

### Doelstellingen op psychosociaal vlak

#### Afname van:

- Agitatie en BPSD (1,2)

#### Verhoging van:

- Functionele cognitieve vaardigheden (1,9)
- Remiscentie (1)
- Gevoel van vrijheid en keuze (2)
- Levenskwaliteit (4,5)
- Eigenwaardegevoel en verantwoordelijkheidszin (6)
- Aandachtbehoud en oriëntatie (7)
- Stemming, relaxatie en stressreductie (8,9)
- Sociale interactie (9)

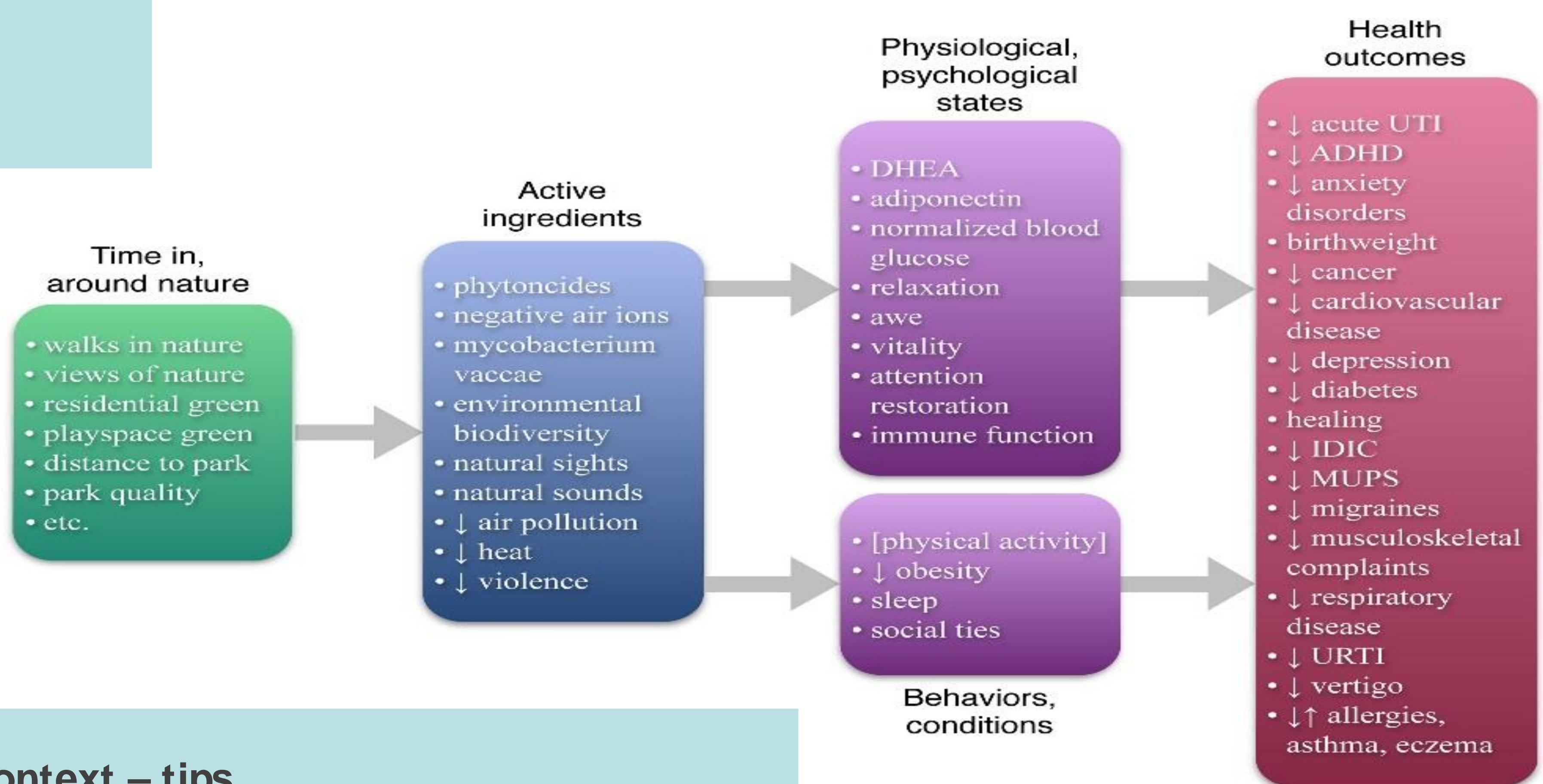


### Doelstellingen op lichamelijk vlak

- Extra beweging (1)
- Slaapkwaliteit en slaap/ waakritme (1,9)
- Reductie van pijngewaarwording (2)
- Immuunsysteem, cardiale functies, diabetes en obesitas, verlaging bloeddruk *onderstaand figuur uit* (3)
- Sneller herstel na ziekte (9)
- Valpreventie en opname vitamine D (2,9)

*“Het uurtje dat ik een groentebed wied, dan verdwijnt de pijn en alles... Het eeuwig herhalende herhalende van het wieden is als een eredienst. In eredienst. In de aarde en de plantenwereld is niets niets veranderd sinds we kinderen waren en dat is dat is een hele geruststelling”*

- Herman Hesse op 80 jarige leeftijd



### Therapeutische context – tips

- Hanteer een duidelijk stappenplan
- Actieve of passieve deelname
- Kies voor haalbare, herkenbare planten en groenactiviteiten
- Gemakkelijke teelten die snel groeien en eenzelfde handelingswijze vragen
- Vraag schenkingen, verzamel zaden, recycleer materiaal
- Toon de resultaten aan de buitenwereld!

#### Organisatorisch:

- Verhoogde plantenbakken, een werktafel
- Indoor tuinieren ( vensterbank-tuinieren, green rooms)
- Kies voor planten die weinig plaats vragen
- Overleg met alle partijen ( andere disciplines, vrijwilligers, familie) het takenpakket, vraag na of ze ze hinder kunnen ondervinden van het project
- Maak gebruik van hulpmiddelen

#### Enkele veiligheidsvoorschriften:

- Niet-giftige planten
- Een apart lokaal dat afgesloten kan worden indien nodig
- Veilig materiaal
- Betrek patiënten met een lage immuniteit niet bij werken met planten en aarde
- Laat de deelnemers handschoenen dragen
- Maak gebruik van duidelijke labels met informatie over alle gebruikte producten

Tuintherapie is een multidisciplinair gegeven

Als levend medium vraagt dit om planning en implementatie in de bestaande werking

### Therapeutische tuin

Biedt sensorische stimulatie en spoort mensen aan tijd buitenshuis door te brengen

Plantenvariëteiten met aangename visuele, tactiele en olfactorisch prikkels

Biedt de keuze om de afdeling te verlaten

Ruimte voor contact met anderen

Stimuleert sociale interactie

Gaat desoriëntatie tegen

Een veilige omgeving voor lichamelijke activiteit:

Ruimte voor lichaamsbeweging

Aangepast tuinieren

Ondersteunt autonomie

Veilige en circulaire wandelpaden

Herkenbare omgeving

1. Lee Y. et al, 2008. Effects of indoor gardening on sleep, agitation, and cognition in dementia patients – a pilot study. International journal of geriatric psychiatry 23: 485 – 489
2. Detweiler M. et al., 2012, What is the evidence to support the use of therapeutic gardens for the elderly?, Psychiatry investing. 9 (2): 100-110.
3. Ming Kuo, 2015, How might contact with nature promote human health? Promising mechanisms and a possible central pathway, front. Psychol., 25 aug. 2015
4. Detweiler M. et al., 2002, Wander gardens: expanding the dementia treatment environment, Ann. Long Term Care, 10:68-74
5. Detweiler M. et al., 2005, dementia wander garden aids post cerebrovascular stroke restorative therapy: a case study. Altern Ther Health Med; 11:54-58
6. Pretty J et al., 2006, Green exercise: The benefits of activities in green places, J Biol educ. 53: 143-148
7. Hartig T et al., 2003, Tracking restoration in natural and urban field settings. J environ psychol, 23:109-123
8. Dijkstra et al., 2008, Stress reducing effect of indoor plants in the built healthcare environment: the mediating role of perceived attractiveness, preventive medicine 47:3 279- 283
9. Fisher center for Alzheimer's Research Foundation, therapeutic activities

[www.terra-therapeutica.be](http://www.terra-therapeutica.be)