Tips omgaan met patiënten met ASS

azdelta

Uw ziekenhuis.

Beste medewerker

In onze maatschappij heeft 1 tot 2 ˆprocent van de bevolking een autismespectrumstoornis (ASS). Uit onderzoek blijkt dat personen met ASS veel moeilijkheden in de gezondheidszorg ondervinden. Zij missen vaak voorspelbaarheid en aangepaste communicatie en empathie in de gezondheidszorg, waardoor ze geen optimale, toegankelijke zorg ervaren en zelfs een verminderde levensverwachting kunnen hebben.

Met kleine aanpassingen kan deze doelgroep zich evenwel beter begrepen voelen. De algemene boodschap is enerzijds dat elke persoon met autisme unieke symptomen en problemen heeft, dus er is geen 'one size fits all'-oplossing. Anderzijds zijn heel wat maatregelen om beter af te stemmen met personen met ASS ook vaak nuttig voor andere patiënten. De meeste winst is te vinden bij auti-vriendelijke communicatie. **Iedereen is gebaat bij heldere, eenduidige en proactieve communicatie.**

Hieronder verzamelen we daarom graag enkele tips om beter om te gaan met personen met ASS. Deze tips zijn ook bruikbaar voor andere patiënten die prikkelgevoelig zijn (zoals personen met dementie). Via de uitleenbib (e-mail naar uitleenbibliotheek@azdelta.be) kan je de bijbehorende toolbox met handige hulpmiddelen bestellen.

Team persoonsgerichte zorg

1 Denk aan auti-vriendelijke communicatie

Heel wat stress en problemen kunnen verholpen worden door te letten op wat en hoe je communiceert. Voor mensen met ASS is het van belang dat er zo concreet mogelijk gecommuniceerd wordt. Mensen met ASS vatten wat je zegt vaak heel letterlijk op en hebben moeite met de interpretatie van abstracte of dubbelzinnige communicatie. Hou daarom rekening met deze tips.

• **Doe wat je zegt en zeg wat je doet.**

• **Benoem de essentie.** Gebruik korte, directe, eenduidige zinnen. Herhaal indien nodig.

• **Geef heldere en concrete instructies in plaats van opdrachten in vraagvorm.** Voor iemand met ASS is het verwarrend wanneer je hem tijdens een onderzoek vraagt of hij wil stil liggen. Hij zou de vraag namelijk letterlijk kunnen nemen en antwoorden dat hij wel of niet wil stilliggen, terwijl dit niet de bedoeling is van de boodschap.

• **Stel vraag per vraag**. Patiënten met ASS voelen zich soms overladen door de vragen die hen tijdens een ziekenhuisbezoek worden gesteld. Ze hebben geen 'filter' om deze te verwerken waardoor ze niet weten welke vraag éérst te beantwoorden. Stel daarom één vraag per keer.

• **Wees zo concreet mogelijk**, zeker bij tijdsaanduidingen. Abstracte begrippen zoals 'straks', 'nog eventjes', 'over enkele minuten' ... creëren bij hen onrust. Daarom is het belangrijk om concreet aan te geven hoe lang iets zal duren. Weet je niet hoe lang iets nog zal duren? Communiceer dat ook zo, letterlijk.

• **Vermijd spreekwoorden, zegswijzen en sarcastische humor.**

• **Opgelet met non-verbale communicatie!** Lichaamstaal, gebaren, het tonen van emoties... zijn abstracte gegevens die voor personen met ASS moeilijk te interpreteren zijn. Ga er niet van uit dat je lichaamstaal duidelijk maakt wat je wenst maar verwoord concreet wat je verwacht.

2 Zet in op grotere voorspelbaarheid

• **Geef stapsgewijze informatie over het ziekenhuisbezoek.** Er zijn meerdere tools beschikbaar om overzichtelijk en stap per stap informatie te geven over wat de persoon mag verwachten bij een bezoek aan ons ziekenhuis. Sommige diensten werken met de patient journey app, waarbij relevante informatie voor het zorgtraject behapbaar en gradueel wordt opgebouwd. Aan de hand van foto's en video's kan de patiënt letterlijk zien wat er op hem af zal komen. Daarnaast kan men ook verwijzen naar de website, waar al heel wat algemene informatie, alsook informatie over een specifieke dienst, beschikbaar is in de vorm van brochures, afbeeldingen en video's.

• **Geef zoveel mogelijk informatie over de wachttijd.** Inzetten op een digitaal wachtrijbeheersysteem heeft ook, naast de voordelen voor mensen met gehoorproblemen, een duidelijke meerwaarde voor mensen met ASS, vooral wanneer het systeem toelaat om te zien wanneer zij aan de beurt zijn. Heb je op dienst zo geen systeem? Probeer dan zo concreet mogelijk aan te geven wanneer de persoon aan de beurt is.

• **Visualiseer waar mogelijk.** Om zoveel mogelijk in te zetten op voorspelbaarheid, kan het tonen van een dagindeling op een verpleegeenheid aan de hand van afbeeldingen of iconen handig zijn. Zo hebben ze concreet zicht op wat/wanneer zal

gebeuren en kunnen ze de nodige rust inbouwen.
Voor onderzoeksruimtes of raadplegingen kan het nuttig zijn om in de wachtruimte visueel (vb in de vorm van een infographic) aan te geven welke stappen volgen.

3 Aandacht voor overprikkeling

Bij personen met ASS wordt zintuiglijke informatie die binnenkomt – wat we zien, ruiken, horen, proeven en voelen – anders verwerkt in de hersenen. Mensen met autisme ervaren niet alleen overprikkeling (sensorische informatie wordt sterker waargenomen), maar kunnen ook onderprikkeling (sensorische informatie wordt minder sterk waargenomen) ervaren. Naast die andere zintuiglijke verwerking zorgt ook de onvoorspelbare context en handelingen in een ziekenhuis voor bijkomende angst en stress, waardoor patiënten met ASS soms dichtklappen en zich communicatief afsluiten.

Personen met autisme krijgen binnen het ziekenhuis niet steeds de tijd en ruimte om prikkels en onverwachte situaties te verwerken. Patiënten worden soms van het ene naar het andere onderzoek gebracht, of zien veel verschillende zorgverleners na elkaar, en kunnen zich hier niet op voorbereiden. Waar mogelijk is het belangrijk om overbodige prikkels weg te nemen.

* **Noteer dit aandachtspunt in het patiëntendossier.**
In **HiX** kan dat via "**risicogroep**" onder de term '**prikkelgevoeligheid'**.

• **Heeft de patiënt nood aan een éénpersoonskamer?**
Personen met ASS kunnen gebaat zijn met toekenning van een éénpersoonskamer. Zo heeft de persoon met autisme zijn plek en controle over zijn omgeving. Het betekent ook een reductie van sociale prikkels. De bijkomende kosten moeten evenwel vooraf duidelijk zijn. In uiterste gevallen kan eventueel een beroep gedaan worden op een eenpersoonskamer op medisch advies van de arts.

• **Is er een prikkelarme ruimte in de buurt?**
Een prikkelarme ruimte kan er mee voor zorgen dat patiënten met ASS in stressmomenten prikkels kunnen mijden en hun gedachten weer op een rij kunnen plaatsen. Zo een aanbod is vooral van grote meerwaarde op diensten die als bijzonder stresserend worden ervaren, zoals de spoeddienst, maar mogelijk ook tijdens het wachten op een raadpleging.

• **De beste oplossing voor personen met ASS is om zo veel mogelijk in hun vertrouwde omgeving en bij hun bekende dagindeling te blijven.** Daarom is het belangrijk dat ziekenhuisbezoeken zo veel mogelijk beperkt worden in tijd en frequentie door onderzoeken en raadplegingen waar mogelijk te bundelen, zoals uitgewerkt voor kinderen en jongvolwassenen in het Protocol voor patiënten met een complexe ondersteuningsnood en -zorgvraag. Conform dit protocol (artikel 1) adviseren we ook om patiënten met ASS niet op te nemen als ze de nodige zorg thuis, extramuraal, via de raadplegingen of in een dagziekenhuis kunnen verkrijgen.

4 De toolbox

Via de uitleenbib kan je de toolbox ‘hulpmiddelen voor prikkelgevoelige personen’ uitlenen. Belangrijk is dat je dit samen met de patiënt bekijkt en overloopt bij welke hulpmiddelen hij een meerwaarde ziet om zijn verblijf in het ziekenhuis te vergemakkelijken. Je betrekt hier ook, mits zijn akkoord, best zijn vertrouwenspersoon of mantelzorger. Zij kunnen er mee over waken dat we onze zorg en communicatie zo goed mogelijk afstemmen.

In de toolbox vind je, naast deze brochure, :
- een ringmap met afbeeldingen van relevante verpleegkundige handelingen of ruimtes. Op die manier kan je concreet tonen wat de verschillende stappen in de dagplanning zijn;
- een 'pijnkaart', om de pijnbeleving te duiden op een schaal van 0–10;

- een 'gevoelenskaart', om de patiënt te helpen uitdrukken wat hij voelt en waarom hij op een bepaalde manier reageert;
- een 'time-out kaart', waarmee een patiënt kan aangeven dat het even te veel is en dat hij tot rust wil komen;
- een hoofdtelefoon (met noise cancelling) om auditieve prikkels te reduceren;
- een verzwaringsdeken, wat kan helpen om te ontspannen;
- vingergadgets: kleine gadgets (spinners, pop-its, magneten, etc) die uitnodigen tot repetitieve handelingen. Afhankelijk van de persoon kunnen vingergadgets kalmerend werken, angst verminderen, overprikkeling tegengaan, of helpen om te focussen op het hier en nu.

Contact

Alyssa Dallet
alyssa.dallet@azdelta.be

An Ravelingien
an.ravelingien@azdelta.be
051 23 70 87

AZ Delta Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 6453-NL **Deze brochure is laatst aangepast op 12/07/2024**