



INFORMATIEBROCHURE

DELIER

Deze brochure bevat informatie over wat delier is, hoe je het kan herkennen en wat je er aan kan doen.

Je krijgt deze brochure omdat je een verhoogd risico hebt op het krijgen van een delier, of omdat je een delier hebt of omdat je naaste een delier had of heeft.

WAT IS EEN DELIER?

Een delier (of delirium of acute verwardheid) verwijst naar **een plots opkomende en doorgaans kortdurende verwardheid**. Die kortdurende verwardheid kan ontstaan binnen een paar uur of dagen.

Een delier komt vaak voor. Ongeveer 20% van de volwassenen in het ziekenhuis krijgen een delier. Maar ook thuis of in het woonzorgcentrum kunnen mensen een delier krijgen. Ook kinderen kunnen een delier krijgen, maar de kans is veel kleiner.

Een delier **kan effect hebben op het geheugen, de concentratie en de persoonlijkheid** van een persoon. Het is een **teken van een onderliggende aandoening**.

Het zijn als het ware de hersenen die uit evenwicht geraken omdat er lichamelijk iets fout loopt. Met behandeling van die aandoening klaart een delier doorgaans op. Maar soms kan het ook lang aanhouden.

WIE KRIJGT EEN DELIER?

Sommige mensen hebben een verhoogde kans op het krijgen van een delier.

Vooraf zij die één of meer van volgende kenmerken hebben:

- leeftijd van 65 jaar of meer;
- diagnose van dementie;
- verminderd zicht of verminderd gehoor;
- eerder al een delier gehad hebben;
- meerdere (chronische) aandoeningen hebben;
- recent een heelkundige ingreep gekregen hebben, vooral ingrepen voor het hart en voor een heupfractuur.

WAARDOOR KRIJG JE EEN DELIER?

Er zijn heel wat zaken die een delier kunnen uitlokken, en meestal zijn dat meerdere zaken tegelijk.

Veel voorkomend zijn:

- Lichamelijke aandoeningen: pijn, infecties (longen, blaas, ...), slecht werkende organen (nieren, hart, ...), beroerte, ondervoeding, uitdroging, niet kunnen uitplassen, opstopping van stoelgang, ...
- Alcohol, drugs en bepaalde medicatie: zowel overmatig gebruik als het plots stopzetten ervan.
- Stress: door spoedopname, een vreemde omgeving, opname op een intensieve zorgenafdeling, ...

Het schema op blz. 7 (PINCHES-ME) geeft een overzicht van belangrijke uitlokkende factoren.

	PIJN	Als de pijn die de patiënt ervaart niet goed behandeld wordt, kan dit leiden tot extra ongemakken.
	INFECTIE	Het immuunsysteem wordt extra overbelast. Vooral urineweginfecties en longontstekingen dragen bij aan de ontwikkeling van een delier.
	NUTRITIE	Ongezonde voeding en een tekort aan essentiële voedingsstoffen kunnen leiden tot delier, maar ook omgekeerd.
	CONSTIPATIE	Extra ongemak en ophoping van toxische afvalstoffen.
	HYDRATATIE	Uitdroging kan de hersenfunctie verstoren, met problemen in concentratie, alertheid en het kortetermijngeheugen.
	BEWEGING	Vroege mobilisatie kan een delier voorkomen of de duur ervan verkorten.
	SLAAP	Slaaptekort kan zowel fysiologische als gedragsmatige gevolgen hebben. Slaapstoornissen kunnen een oorzaak en gevolg zijn van een delier.
	MEDICATIE	Er moet alertheid zijn bij medicatie- en/of dosiswijzigingen. Ook zijn er enkele soorten medicatie die een delier meer kunnen uitlokken dan anderen.
	ENTOURAGE	Het verlies van een vertrouwde omgeving geeft aanleiding tot verwardheid. Evengoed kunnen verplaatsingen binnen het ziekenhuis (verhuis van afdeling) tot een delier leiden.

HOE KAN JE EEN DELIER VOORKOMEN?

Volgende zaken kunnen het risico op het krijgen van een delier verminderen:



Als veel eten moeilijk is, moedig de persoon dan aan om frequent kleine hoeveelheden te eten.
6 kleine maaltijden = 3 grote.



Stimuleer de persoon om 6 tot 8 glazen of tassen vocht, bijvoorbeeld water, per dag te drinken.



Zorg dat de persoon zijn of haar bril op heeft. Laat de ogen regelmatig testen om te zien of de bril nog aangepast is.



Verzeker dat de persoon zijn of haar hoorapparaten in heeft en controleer of ze werken. Laat het gehoor regelmatig testen.



Zorg voor voldoende beweging. Bijvoorbeeld de persoon regelmatig laten opzitten, opstaan, een eindje stappen.



Zorg dat de persoon een goede nachtrust heeft. Vermijd alcohol of drank met cafeïne (koffie of zwarte thee) voor het slapen.



Zorg dat de persoon regelmatig naar het toilet gaat. Voldoende vocht- en vezelinname en beweging zijn belangrijk om opstopping te voorkomen.



Observeer of bevraag regelmatig pijn en zorg dat de pijn onder controle is.



Hou de geest actief door de persoon te stimuleren om dingen te doen die hij/zij graag doet: tuinieren, muziek beluisteren, ...



In een vreemde omgeving: leg aan de persoon uit waar hij of zij is en bied geruststelling. Voorzie vertrouwde voorwerpen zoals foto's van de familie, een klok, een nachtlampje, ...



Schrijf dingen op. Zorg voor een klok of GSM voor tijdsbesef. Zorg dat uur en datum in het zicht van de persoon zijn.



Laat medicatie nakijken door een arts of apotheker. Bepaalde medicatie, of het plots stopzetten ervan, kunnen het risico op delier verhogen. Zorg bij een opname in het ziekenhuis altijd voor een medicatie-overzicht.



Alcohol schaadt de gezondheid, gebruik met mate! Meld bij een opname het gebruik van alcohol aan de verpleging of arts zodat hiermee rekening kan gehouden worden (preventie van een delier door ontwenning).

HOE KAN JE DE TEKENS VAN EEN DELIER HERKENNEN?

Om de mogelijke schade van een delier te beperken is het belangrijk dat zo snel als mogelijk gezien wordt dat iemand een delier aan het krijgen is.

DELIER HERKENNEN

Om een delier te helpen herkennen **kijk dan uit naar volgende veranderingen in gedrag over de loop van uren of dagen:**

- Rusteloos en geagiteerd worden: we noemen dit HYPERactief delier.
- Teruggetrokken, slaperig worden: we noemen dit HYPOactief delier.
- Tekens van hyperactief delier en van hypoactief delier kunnen wisselend voorkomen doorheen de dag en nacht.
- Het kan zijn dat de persoon moeite heeft om bij een gesprek te blijven of een slechte focus of aandacht heeft.
- Het kan zijn dat de persoon dingen hoort of ziet die er niet zijn (hallucinaties) of achterdochtig wordt.

Als je dergelijke tekens ziet, consulteer dan zo snel als mogelijk een arts.

HOE VOELT HET OM EEN DELIER TE HEBBEN?

Delier kan voor iedereen anders voelen. Er zijn mensen die het vooral moeilijk hebben om informatie te verwerken. Andere mensen voelen zich heel angstig en gestresseerd, omdat ze moeite hebben om dingen te herinneren, of omdat ze hallucinaties hadden of omdat ze de mensen rondom hen wantrouwden. Nog andere mensen kunnen zich niks herinneren van het delier.

Mensen kunnen heel ontdaan zijn als je hen over het delier vertelt of als de herinneringen aan het delier langzaam terug komen. Het is belangrijk om de persoon dan te verzekeren dat alles in orde is.

HOE BEOORDELEN EN BEHANDELEN ARTSEN EN ZORGVERLENERS EEN DELIER?

Het behandelend team zal zo mogelijk een verhoogd risico op delier opsporen en preventief werken. Als het medisch en zorgverlenend team nieuwe verwardheid of slaperigheid opmerkt of er op attent wordt gemaakt, zullen ze beoordelen of het een delier is.

Ze zullen aan de patiënt dan eenvoudige vragen stellen om de aandacht, het geheugen en de alertheid te onderzoeken. Een diagnose wordt genoteerd in het dossier en informatie wordt voorzien aan patiënt en familie.

Om het delier te behandelen wordt op zoek gegaan naar onderliggende aandoeningen of uitlokkende factoren. Ze zullen dan de onderliggende aandoeningen en factoren die het delier uitlokken behandelen EN ondersteunende zorg bieden

Bijvoorbeeld:

- Als iemand pijn heeft, zullen ze medicatie geven om de pijn te verzachten.
- Als iemand een infectie heeft, zullen ze die infectie behandelen.
- Als iemand heel onrustig is, kunnen ze familie vragen om bij de patiënt te blijven en/of zo nodig medicatie toedienen om angstgevoelens, onrust, hallucinaties, slapeloosheid te verminderen.

Enkel als het gedrag een gevaar vormt voor de patiënt zelf of voor de omgeving, of als het gedrag een behandeling van de oorzaak verhindert (bijvoorbeeld door infuusleiding uit te trekken), kan het soms nodig zijn om lendengordels, pols- en enkelbandjes of een verpleegdeken te gebruiken.

Dit is echter kortdurend tot het gevaar geweken is. Tijdens aanwezigheid van de familie kan dit zo mogelijk verwijderd worden.

HOE KAN JIJ IEMAND HELPEN OM TE HERSTELLEN VAN EEN DELIER?

GEEF ONDERSTEUNENDE ZORG

Als familie of mantelzorger van iemand met een delier kan je helpen:

- Jij kent de persoon het best en kan snel veranderingen in gedrag opmerken. Het is belangrijk om die informatie te delen met het zorgteam.
- Benader de persoon met delier op een vriendelijke manier, met de glimlach, en praat in korte en eenvoudige zinnen. Herhaal zo nodig wat je zei. Blijf niet herhalen als hij/zij je niet begrijpt of geagiteerd wordt.
- Kom slechts met één of twee personen tegelijk op bezoek. Meer kan verwarrend en ongestructureerd overkomen. Ga allebei langs één kant van het bed zitten.
- Fluister niet onderling waar uw familielid bij zit: dit kan hem/haar achterdochtig maken.
- Ga niet in tegen waanvoorstellingen, maar probeer uw familielid af te leiden door over echte gebeurtenissen te vertellen en over bestaande personen.
- Probeer voor een rustige en ondersteunende omgeving te zorgen, neem bijvoorbeeld zijn/haar hand vast en panikeer niet bij verwarde uitingen.
- Zorg dat er voldoende gelegenheid tot rust en slaap is. Maar waak erover dat dag- en nachtritme niet omgewisseld worden.

- Laat weten waar ze zijn en waarom ze daar zijn. Breng een klok en kalender in het zicht van de persoon.
- Breng foto's van familie of vertrouwde voorwerpen mee en zet ze in het zicht van de persoon met delier.
- Zorg dat iemand die de persoon goed kent, nabij kan blijven bij onrust.
- Zorg dat bril en hoorapparaat mee zijn naar het ziekenhuis en controleer of het hoorapparaat werkt. Waak er mee over dat de bril wordt opgezet en het hoorapparaat in steekt. Breng ook een cpap-toestel mee naar het ziekenhuis als de persoon dit thuis gebruikt.
- Help de geest van de persoon met delier mee activeren door vertrouwde activiteiten: bijvoorbeeld praten over foto's, lievelingsmuziek meebrengen, ...
- Stimuleer en help de persoon om regelmatig te drinken en te eten. Breng in overleg met het personeel tussendoortjes mee die de persoon graag eet.
- Stimuleer beweging: met de benen en armen bewegen in de zetel of in bed, stimuleren om regelmatig op te zitten, korte afstand samen wandelen, ...

HOE VERLOOPT HET HERSTEL VAN EEN DELIER?

De meeste mensen herstellen van een delier. Als de onderliggende aandoening of uitlokkende factor behandeld wordt, dan zal de persoon met een delier doorgaans stilaan terug tot zijn normale zelf komen.

Sommige mensen kunnen nog langere tijd moeilijkheden onderkennen met hun gewoonlijke activiteiten terwijl ze herstellen van hun delier. De meesten mensen herstellen in de loop van een paar dagen, maar soms kan het herstel weken of zelfs maanden duren. En soms is het herstel niet volledig.

Het behandelend en zorgteam zal opvolgen of het delier opklaart. Hiervoor kan een afspraak in het dagziekenhuis of een opvolgconsultatie bij ontslag gepland worden.

Ook als familie is het belangrijk om dit mee op te volgen en je bezorgdheden te uiten of belangrijke veranderingen te melden aan iemand van de hulpverleners.

We weten dat bepaalde mensen geen herinnering hebben aan een delier eens ze hersteld zijn ervan. Soms gebeurt het dat ze een onaangenaam of ongelukkig gevoel overhouden aan wat er gebeurd is. Praten over wat er gebeurd is kan een belangrijke stap zijn in het herstel, of dat nu met familie is of met hulpverleners of met iemand anders.

KANS OP HERVAL

Eens iemand een delier heeft gehad, blijft die persoon een risico hebben om het opnieuw te krijgen. De preventieve maatregelen die eerder werden beschreven zijn dus belangrijk.

VERDERE ONDERSTEUNING EN OPVOLGING

Bij sommige mensen gaan de symptomen van een delier niet volledig weg. Voor deze mensen is het aangewezen dat ze verder medisch opgevolgd worden. Als er problemen blijven met het geheugen of met het denken in de maanden na het delier, dan is het best om de huisarts te contacteren. Nader onderzoek is dan nodig.

Het kan zijn dat bij ontslag uit het ziekenhuis al een opvolgafspraak bij de behandelende arts voorzien werd.

Contacteer ook een huisarts na een volledig herstel van een delier als de persoon terug plots verward of slaperig wordt. Dit kan opnieuw een teken van delier zijn en vraagt nader onderzoek of er een onderliggende lichamelijke aandoening is.

Voor meer informatie over delier kan je ook op de website van Vitaz terecht.

GERIATRISCH SUPPORTTEAM

03 760 22 26

Vitaz vzw

Moerlandstraat 1 | 9100 Sint-Niklaas

T. +32 (0)3 760 60 60 | info@vitaz.be | www.vitaz.be

BE 0881.291.322 | RPR Gent

art. 10116 | v4 | 28/10/2025