



Formulier niet-pluis gevoel

Handleiding voor het invullen van het formulier.

Maak je je zorgen om jouw eigen gedrag of het gedrag van een naaste? Heb je het gevoel dat er meer aan de hand is dan normale vergeetachtigheid? Ervaar je veranderingen in de persoonlijkheid, in het uitvoeren van complexe handelingen of in sociale contacten in vergelijking met vroeger?

Dit formulier is een hulpmiddel om deze gedragsveranderingen te herkennen en in kaart te brengen. Alsook om met je huisarts/vertrouwenspersoon in gesprek te gaan over de zaken die je opmerkt en eventuele bezorgdheden.

Ben je zorg- of hulpverlener en wil je de signalen met de huisarts bespreken, vraag dan steeds toestemming aan de betrokkene of zijn/haar mantelzorger. Ben je verzorgende, bespreek de veranderingen met jouw verantwoordelijke, die na toestemming van de betrokkenen of zijn/haar mantelzorger dit kan bespreken met de huisarts.

Mogelijke ondersteuning kan aangepast worden aan de noden van de betrokkene zodat die kwaliteitsvoller en langer thuis kan blijven.

Wie vult het formulier in?		
☐ Persoon zelf	☐ Mantelzorger of naaste	☐ Zorg- of hulpverlener
Mijn naam:		
Datum:		

Indien er na het invullen van de lijst nog bijkomende opmerkingen of vragen zijn, dan kan u deze hier noteren.



Kruis het meest passende vak aan.				
Geheugen	Ja	Nee	Soms	?
Vaker vergeten welke dag het is tegenover vroeger.				
Vaker in herhaling vallen zonder het zelf te beseffen tegenover vroeger.				
Regelmatiger niet op bepaalde woorden kunnen komen tegenover vroeger.				
Vaker een vraag / opdracht niet begrijpen tegenover vroeger.				
Vaker moeite hebben met het volgen van gesprekken tegenover vroeger.				
Regelmatiger de weg kwijt zijn tegenover vroeger.				
Vaker afspraken vergeten na te komen tegenover vroeger.				
Regelmatiger portemonnee, handtas of andere dingen verliezen tegenover vroeger.				
Meer moeite hebben met het leren van nieuwe dingen tegenover vroeger.				
Zelf meer geheugenproblemen opmerken tegenover vroeger.				
Aanvullingen en/of voorbeelden?				





Kruis het meest passende vak aan.				
Dagelijkse handelingen	Ja	Nee	Soms	?
Het ervaren van een veranderd slaappatroon tegenover vroeger. (bv. verstoord dag/nacht ritme, nachtelijke onrust...)				
Meer problemen met het zicht tegenover vroeger. (bv. dieptezicht, moeilijker afstanden kunnen inschatten...)				
Het ervaren van moeilijkheden om een maaltijd klaar te maken tegenover vroeger				
om een maaltijd te nuttigen tegenover vroeger.				
om zich te verzorgen tegenover vroeger. (bv. wassen, aan- en uitkleden,...)				
om de kleding in de juiste volgorde aan te doen tegenover vroeger.				
om de medicatie zelf klaar te zetten tegenover vroeger.				
om de medicatie correct in te nemen tegenover vroeger.				
met het organiseren en uitvoeren van huishoudelijke taken tegenover vroeger.				
met het gebruik van elektrische apparaten tegenover vroeger. (bv. tv afstandsbediening, chauffage, koffiezet, wasmachine,...)				
met het beheren van geld tegenover vroeger.				
met de waarde van het geld, kan niet meer zelfstandig betalen tegenover vroeger				
met het gebruik van de wagen en/of fiets,... tegenover vroeger.				
Aanvullingen en/of voorbeelden?				





Kruis het meest passende vak aan.				
Persoonlijkheidsveranderingen	Ja	Nee	Soms	?
Stiller zijn tegenover vroeger.				
Minder belangstelling vertonen voor vroegere hobby's, vrienden en/of familie,... tegenover vroeger. (bv. wekelijkse kaartnamiddag, lezen van de krant ...)				
Meer in bed liggen tegenover vroeger.				
Zich vaker verdrietig voelen tegenover vroeger.				
Angstiger zijn tegenover vroeger.				
Zich slechter kunnen concentreren, niet lang met iets bezig kunnen zijn tegenover vroeger.				
Vaker moe zijn en/of nergens zin in hebben tegenover vroeger.				
Geen plannen meer maken of doelen stellen.				
Meer geïrriteerd zijn of sneller kwaad worden tegenover vroeger.				
Sneller wantrouwig zijn tegenover vroeger.				
Dingen zien of horen die er niet zijn.				
Onrustiger zijn tegenover vroeger.				
Zich ongepaster gedragen tegenover vroeger. (bv. ongepaste opmerkingen naar anderen, gulzig eten, overmatig alcoholgebruik, overmatig praten,...)				
Zich moeilijker inleven in de gevoelens van anderen tegenover vroeger.				
Zich alleen voelen tegenover vroeger.				
Hulp nodig hebben om in contact te komen met familie, burens, vrienden ... tegenover vroeger.				
Zich liever afzonderen van de buitenwereld tegenover vroeger.				
Meer onzeker zijn in aanwezigheid van anderen en/of in het nemen van beslissingen tegenover vroeger.				
Aanvullingen en/of voorbeelden?				

