

# Jeuk

Een onderschat en veelvoorkomend probleem bij ouderen met dementie



## Praktische handvatten voor verpleegkundigen, verzorgenden en helpenden

Ongeveer de helft van de verpleeghuisbewoners heeft last van jeuk\*. Jeuk heeft een grote invloed op het welbevinden, net als pijn. Bewoners kunnen niet altijd zelf aangeven dat ze last hebben van jeuk. Denk bijvoorbeeld aan mensen met dementie.

### 47% VAN DE OUDEREN IN VERPLEEGHUIS HEEFT LAST VAN JEUK, waarvan:

- Chronische jeuk: 81% (>6 weken)
- Zichtbare krabeffecten: 35%
- Droge huid: 57% (meest voorkomende oorzaak van jeuk)

### SIGNALEREN

- Als de cliënt nog adequaat kan antwoorden: vraag de cliënt naar jeuk
- Inspecteer de huid: krabplekken, roodheid, schilfering/korstjes
- Let op zichtbaar krabben, wrijven of schuren
- Let op onbegrepen gedrag: rusteloosheid, prikkelbaarheid, agressiviteit

### PREVENTIEF HANDELEN

- Beperk erg warm douchen en het gebruik van zeep
- Vet de huid in na het wassen
- Gebruik zalf of crème op de droge huid en/of jeukende plekken
- Verwissel incontinentiemateriaal tijdig
- Houd de nagels van de cliënt kort
- Bied afleiding
- Houd de vochtbalans bij
- Bedek de aangedane huid
- Luchtdoorlatende kleding is aan te bevelen

### COMMUNICEREN

- Bespreek signalen van jeuk met collega's
- Bespreek blijvende jeuk met een arts of verpleegkundig specialist
- Betrek familie in de zorg rondom voorkomen en behandelen van jeuk

**Bron** Dit handvat voor de benadering van jeuk bij ouderen met dementie is gebaseerd op de Europese richtlijn 'Chronische jeuk', de uitkomsten van de SSENIOR-studie van het UNO-UMCG, het handvat van het UNO-UMCG voor artsen en op de uitkomsten van onderzoek naar jeuk bij ouderen met dementie door HBO-V studenten. De literatuur en onderzoeksresultaten van dit onderzoek zijn meegenomen in dit handvat.



umcg



Universitair Netwerk Ouderszorg - UMCG



# Jeuk

Chronische jeuk bij ouderen (pruritus senilis) kan door cliënten even erg of zelfs als erger worden ervaren dan chronische pijn. Jeuk kan dus een sterk negatieve invloed hebben op de kwaliteit van leven. Ouderen met dementie kunnen minder goed aangeven dat ze jeuk hebben. Ze zijn van jou afhankelijk. Daarom is het van belang dat jij weet dat jeuk veel voorkomt bij ouderen. En dat je jeuk tijdig signaleert, signalen van jeuk documenteert en dat je acties onderneemt om jeuk te voorkomen of te laten behandelen. Goede communicatie is daarbij heel belangrijk. Hier lees je wat je voor je cliënt kunt doen.

## Zo signaleer je jeuk

Onbegrepen gedrag komt voor bij 80 tot 90% van alle ouderen met dementie. Jeuk kan een oorzaak zijn. Let op ouderen die zichtbaar krabben, wrijven of schuren. Dit zijn duidelijke signalen van jeuk. Als je cliënt het nog adequaat kan aangeven, vraag hem of haar dan standaard naar jeuk. Ook als je cliënt geen klachten heeft. Documenteer in het zorgdossier dat je naar jeuk hebt geïnformeerd en wat je cliënt heeft geantwoord.

## Inspecteer de huid

Vaak kunnen mensen met dementie die in het verpleeghuis wonen niet meer goed aangeven dat ze jeuk hebben. Zij zijn afhankelijk van jouw oplettendheid en die van je collega's. Inspecteer de huid op een afwijkende conditie, zoals krabplekken, roodheid, schilfering of korstjes.

## Merk onbegrepen gedrag op

Let op afwijkend gedrag, zoals rusteloosheid, prikkelbaarheid en agressiviteit. Betrek familie bij het signaleren van jeuk en het opmerken van afwijkend gedrag.

## Zo kun je je cliënt helpen om jeuk te voorkomen of te verminderen

- **Houd rekening met jeuk tijdens het wassen of douchen**  
Laat je cliënt niet vaker dan 1 tot 2 keer per week douchen. Gebruik dan lauwwarm water en maak de huid al deppend droog. Gebruik bij het wassen en douchen ongeparfumeerde producten. Daarnaast kan verzorgend wassen een goede optie zijn. Smeer na het douchen het hele lichaam in met vette olie of crème.
- **Gebruik zalf of crème op de droge huid en/of jeukende plekken**  
Maak gebruik van koelzalf, ureumcrème, cetomacrogolcrème, vaseline-lanettecrème of mentholgel op de droge huid en/of jeukende plekken.
- **Verwissel incontinentiemateriaal tijdig**  
Regelmatig verwisselen voorkomt lekkages, natte kleding en een oncomfortabel gevoel. Ook de kans op huidirritatie wordt kleiner. Hierdoor is er minder kans op jeuk. Het gebruik van slim incontinentiemateriaal met een sensor kan ondersteunend zijn bij het tijdig verwisselen.
- **Houd de nagels van de cliënten kort**  
Krabben gebeurt uit gewoonte. Houd de nagels kort om huiddefecten te voorkomen.
- **Bied afleiding**  
Als de cliënt niet aan de jeuk denkt, heeft hij of zij er vaak minder last van.
- **Houd de vochtbalans bij**  
Een vochttekort kan leiden tot een droge huid, waardoor jeuk kan ontstaan. Houd de vochtbalans bij om een vochttekort te voorkomen.
- **Bedek de aangedane huid met luchtdoorlatende (katoenen) kleding**  
De kleding voorkomt dat cliënten direct op de huid krabben.

## Zo communiceer je over jeuk

- **Bespreek vermoedens van jeuk met collega's**  
Documenteer de dagelijkse bevindingen in het zorgdossier, zodat collega's ook op de hoogte zijn van mogelijke signalen. Benoem jeuk in de mondelinge overdracht en vraag elkaar om advies.
- **Bespreek jeuk met een arts of verpleegkundig specialist**  
Blijft de jeuk ondanks bovenstaande aanbevelingen bestaan, schakel dan een arts of verpleegkundig specialist in. Doe dat ook als je cliënt slaapproblemen heeft door jeuk. Of als er meerdere bewoners op de afdeling jeuk hebben. De arts of verpleegkundig specialist bepaalt het verdere beleid. Eventueel komt er een doorverwijzing naar de dermatoloog. Voer het medische beleid voor jeuk uit.
- **Betrek familie bij de zorg rondom jeuk**  
Familie kan een belangrijke rol spelen in de zorg rondom jeuk. Bespreek met hen waar ze op kunnen letten, zoals lichamelijke signalen van jeuk of onbegrepen gedrag. Ga zo nodig in gesprek over het gebruik van geparfumeerde producten en leg uit waarom je dit afraadt.

## Meer weten over jeuk?

Er is ook een handleiding JEUK voor artsen en verpleegkundig specialisten. Die vind je op [www.uno-umcg.nl](http://www.uno-umcg.nl)