

Herken eenzaamheid!

Signaleringskaart Hatert

Eenzaamheid wordt gedefinieerd als “Het ervaren van een gemis aan betekenisvolle relaties”. Het gaat bij eenzaamheid niet om het aantal contacten, maar om de kwaliteit. Iemand met weinig contacten voelt zich niet per se eenzaam en iemand met veel contacten kan zich toch eenzaam voelen. Herkent u onderstaande signalen en/of risicofactoren bij iemand in uw omgeving? Lees dan wat u kunt doen om het gevoel van eenzaamheid bij die persoon weg te nemen.

Signalen van eenzaamheid

- Mensen op afstand houden
- Claimgedrag
- Verwaarlozen van omgeving en/of zichzelf
- Gezondheidsklachten zoals vermoeidheid, slaapproblemen en hoofdpijn
- Piekeren of afwezigheid
- Rusteloosheid
- Zich verdrietig of neerslachtig voelen
- Nergens zin in hebben
- Toenemend alcoholgebruik
- Toenemend gebruik van (slaap)-medicatie
- Negatieve situaties persoonlijk aantrekken
- Idealiseren van het verleden

Risicofactoren

- Geen partner
- Beperkte sociale contacten
- Persoonlijke kenmerken zoals het gebrek aan sociale vaardigheden, een negatief zelfbeeld en weinig zelfvertrouwen
- Achteruitgang van lichamelijke en geestelijke gezondheid

Actie!

Neem contact op met één van de wijkverpleegkundigen indien u:

- Bij een persoon meerdere signalen van deze kaart herkent
- Zich zorgen maakt over een persoon of situatie
- Twijfelt of vragen heeft



Stappen na de signalering

Herkenning van
eenzaamheid

Toestemming cliënt

Contact met
wijkverpleeg-
kundige

**Wijkverpleegkundigen
ZZG zorggroep:
T. (06) 51 50 09 78**

Wijkverpleeg-
kundige neemt
contact op met
huisarts cliënt

Andere hulpverlener(s) betrokken?

Contact met
andere
hulpverlener

Andere
hulpverlener
neemt signalen
mee in onder-
steuning

*Geen andere hulp-
verlener betrokken?
Afstemming tussen
wijkverpleegkundige
en ouderadviseur*

Eventueel ter aanvulling:

Wijkverpleeg-
kundige of
ouderadviseur
maakt afspraak
met cliënt voor
huisbezoek

Wijkverpleeg-
kundige of
ouderadviseur
koppelt uitkom-
sten terug aan
cliënt, huisarts
en signaleerder

Plan van
aanpak