

Zorgen voor Morgen

Platform voor inspiratie in de Ouderenzorg

Geuren voor ouderen

16/05/2013 · door [capsellanl](#) · in [gezondheid](#) ·

Wie kent het niet: het potje met pepermuntjes of kauwgom in de auto. Binnen handbereik van de bestuurder en gemakkelijk te openen. Niet zo gek, bleek eerder uit onderzoek van onderzoeksinstituut KiM.

Dat geuren impact hebben op hoe we ons voelen en daarmee ook gedragen, is inmiddels een redelijk geaccepteerd fenomeen. Dat ouderen (en met name dementerende ouderen) een andere geurbeleving hebben en daarmee ook een ander eetpatroon krijgen, is ook bekend. Het is dan ook niet vreemd dat het instituut in haar onderzoek naar verkeersveiligheid bij fietsers ook ingaat op het bekende pepermuntje. Want wie pepermunt snoept wordt alert, en dat is precies wat fietsers moeten zijn.

Onderzoek

“In het rapport worden maatregelen besproken die het gedrag van oudere fietsers kunnen beïnvloeden. Verschillende geuren hebben verschillende effecten. Citroen wordt beschouwd als een stimulerende geur, lavendel bevordert ontspanning en pepermunt en kaneel maken alert, aldus het rapport. Citroen-, pepermunt- en kaneelgeur kunnen een bijdrage leveren aan verkeersveiligheid. Of de geur nu via de mond bijvoorbeeld met behulp van kauwgom of via de neus wordt waargenomen, in beide gevallen dragen de geuren bij aan een verhoogde attentie, verbeterd geheugen en een hogere motorische reactiesnelheid. Dat effect is onder andere gevonden bij proefpersonen in een rijnsimulator. Ze waren alerter en minder gefrustreerd als dergelijk geuren werden ingezet. Het is natuurlijk niet mogelijk om geuren in de omgeving van fietsers te veranderen, aldus KiM. Wel kan pepermunt, in de vorm van snoep of kauwgom, een toegevoegde waarde hebben in verkeersveiligheids campagnes. Tijdens nationale of lokale campagnes kan het gratis uitgedeelde snoepgoed gekoppeld worden aan de boodschap dat fietsers in het verkeer moeten opletten.” (1)

Overigens gaat het rapport vooral over hoe de kennis uit de sociale psychologie en de gedragseconomie kan worden aangewend om ouderen tot veiliger gedrag aan te zetten. Eén van de aanbevelingen is om ouderen meer bewust te maken van de risico's die ze lopen want veel fietsers – en niet alleen ouderen – denken dat ze onkwetsbaar zijn. [Het hele rapport downloaden kan hier \(http://www.kimnet.nl/publicatie/opstappen-als-het-kan-afstappen-als-het-moet\)](http://www.kimnet.nl/publicatie/opstappen-als-het-kan-afstappen-als-het-moet).

Aromatherapie

Dat een overheidsinstituut deze onderzoeksresultaten daadwerkelijk wil gaan inzetten is mooi, en een goed voorbeeld voor organisaties die werken met en voor ouderen. Want dat geuren veel doen

is dan wel bekend maar in de praktijk blijft de praktische toepassing ervan vooralsnog beperkt tot een kleine groep (met name dementerende) ouderen bij een relatief klein aantal instellingen. Dat is ook niet verwonderlijk, want die toepasbaarheid is natuurlijk nieuw en de waarde ervan moeilijk meetbaar. Toch is het de moeite van het proberen waard. Vanwege de lekkere luchtjes, en niet in de laatste plaats vanwege de (helaas door ons niet toetsbare) bewering dat verneveling van etherische olie in de lucht bacteriën en virussen doodt. Erg welkom in ziekenhuizen en verzorgingscentra, zou je zeggen!

Wie er tips of ervaringen heeft rond het werken met geuren of weet van onderzoeken die uitnodigen tot verder lezen: laat vooral je tip of suggestie achter.

Bij welke geuren zie jij een verandering in gedrag bij ouderen? Waarvan komen ze tot rust of worden ze juist actief?

(1) Verkeersnet.nl, 12 november 2012

Verder lezen over aromatherapie bij dementerenden? Kijk ook eens op [moderne-dementiezorg.nl](http://www.moderne-dementiezorg.nl) (<http://www.moderne-dementiezorg.nl/onderzoek.php?id=22>)

[About these ads \(http://en.wordpress.com/about-these-ads/\)](http://en.wordpress.com/about-these-ads/)

Tags: [aromatherapie](#), [bewegen voor ouderen](#), [dementie](#), [gedragsverandering](#), [geuren](#), [onderzoek](#), [toekomst](#), [verkeersveiligheid](#), [ziekenhuizen](#)

[Blog op WordPress.com.](#) | Thema: [Oxygen](#) door [AlienWP](#).

Volg

Follow “Zorgen voor Morgen”

Powered by WordPress.com