

Suhr J. *Progressive Muscle Relaxation in the Management of Behavioural Disturbance in Alzheimer's Disease*. Neuropsychological Rehabilitation 1999 Feb 1;9(1):31-44.

Omgaan met eigen beperkingen
Handhaven van emotioneel evenwicht

Behoud van een positief zelfbeeld
 Omgaan met onzekere toekomst
 Omgaan met de nieuwe omgeving
 Ontwikkelen van adequate zorgrelaties
 Ontwikkelen en behouden sociale relaties

Progressieve spierontspanning

Psychomotorische therapie



Auteur	J Suhr
Jaar	1999
Land	Verenigde Staten
Email*	-
Doel	Te onderzoeken of progressieve spierontspanning (PMR) goed is voor mensen met de ziekte van Alzheimer bij het beheersen van angst, agitatie en andere gedragsstoornissen, en of PMR de uitvoering van cognitieve taken verbetert.
Setting	Thuis
Deelnemers	Mensen met een waarschijnlijke diagnose van de ziekte van Alzheimer, die thuis wonen met hun mantelzorger, en gedragsstoornissen hebben die van invloed zijn op hun dagelijks functioneren
	Gemiddelde leeftijd E=75.7 (± 7.2); C=73.9 (± 6,6)
	Geslacht -
	DSRS E=22.9 (± 5.1); C=22.0 (± 5.8)
Design	Gerandomiseerde gecontroleerde studie (PMR versus verbeeldende ontspanningstechnieken)
	Steekproef $n_E=16$, $n_C=12$
	Follow-up 2 maanden
Interventie	Onder PMR werd verstaan het aanleren van opeenvolgende bewegingen en het oproepen (conditioneren) van een bewegingsreactie. Tijdens de sessies leerden de persoon met dementie en de mantelzorger de basistechnieken van PMR. Methoden om spieren aan te spannen werden aangepast als dat om medische redenen noodzakelijk was. Zowel het deelnemen aan trainingssessies als het uitvoeren van oefeningen thuis werden gedocumenteerd.
	Frequentie Eenmaal per week
	Duur Aantal sessies afgestemd op individuele behoefte
	Zorgverlener Therapeut
Uitkomstmaten	Cognitie Benton Visual Retention Test (Sivan, 1992) Controlled Oral Word Association (Benton et al., 1994) Category Fluency (Cerhan et al., 1994)
	Angst Beck Anxiety Inventory (Beck, 1987)
	Gedrag Memory and Behavioral Problems Checklist (Zarit et al., 1985)
	Ernst van dementie Behavior Rating in Alzheimer's Disease questionnaire Dementia Severity Rating Scale (DSRS; Clark & Ewbank, 1996) Brief Psychiatric Rating Scale (Overall & Gorham, 1962)
Resultaten	Bij beide groepen was na de behandelingen vermindering van psychiatrische symptomen en gedragsproblemen te zien; voor angst werd een tijdseffect gevonden, met significante veranderingen voor de PMR groep in vergelijking met



de controleconditie.

De PMR groep scoorde na behandeling beter op de Visual Retention Test; zij presteerden ook beter op de fluency tests.

**Implementatie-
materiaal** Het interventieprotocol is als bijlage opgenomen bij het artikel

E = experimentele groep; C = controlegroep
* corresponderend auteur

