

Annemiek
**'Ik begrijp
mijn autisme
nu veel beter,
maar heb
nog zo weinig
tijd om ermee
in het reine
te komen.'**



Bekijk hier onze uitgebreide
informatie over autisme
bij ouderen:



Bekijk hier waar de NVA
actief is in jouw regio

Deze flyer is een uitgave van de
Nederlandse Vereniging voor
Autisme (NVA.) De NVA is de
landelijke belangenorganisatie
voor mensen met autisme.

Meer weten?

Kijk op autisme.nl
of mail ons via info@autisme.nl



Autisme bij ouderen

(vanaf 67 jaar)

Volg ons op



Nederlandse
Vereniging voor
Autisme

Weltevreden 4a, 3731 AL De Bilt

Zicht op jezelf



Nederlandse
Vereniging voor
Autisme

Signalen van autisme bij ouderen

- Onzekerheid in sociale situaties
- Behoeftte aan contact, maar moeite met deelname
- Detailgericht en moeite met overzicht hoofd- en bijzaken
- Gevoelig voor prikkels zoals geluid, licht of aanraking
- Moeite met veranderingen



Tip:

'Wensen&grenzen' in gesprek met autisme

Gesprekskaarten voor ouderen met autisme. Om met naasten of anderen in gesprek te gaan over autisme.



Tip voor

ondersteuning:

Veel ouderen met autisme hebben baat bij ondersteuning bij huishoudelijke taken, de administratie of boodschappen doen. Hiervoor kun je 'individuele begeleiding' aanvragen bij je gemeente.



Cognitieve veroudering gaat even snel bij ouderen mét als ouderen zonder autisme

Bron: d'Arc Autism



Mogelijke sterke kanten: loyaal en groot gevoel voor rechtvaardigheid

Diagnose

Oudere generaties kregen vaak laat in hun leven de diagnose autisme. Sommigen hielden zich staande door zich op sterke kanten te richten of door ondersteuning van familie. Deze balans werd verstoord door bijvoorbeeld pensionering of overlijden van een partner of naaste. De diagnose kan zorgen voor opluchting, maar ook voor rouw, omdat je bepaalde denkbeelden en illusies moet laten gaan.

Autisme bij vrouwen

Autisme bij vrouwen wordt vaak pas laat herkend, doordat veel vrouwen sociaal vaardiger zijn dan mannen met autisme. Veel vrouwen ervaren echter al jaren terugkerende vermoeidheid, somberheid en lichamelijke klachten, zonder dat dit met autisme in verband gebracht wordt. Zij gaan vaak over hun grenzen en ervaren psychische klachten doordat zij zich constant aanpassen. Autistische vrouwen kunnen langer last houden van klachten door hormonale veranderingen tijdens de overgang.

Zorg

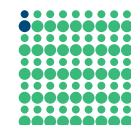
Als iemand met autisme op latere leeftijd afhankelijk wordt van zorg thuis, of naar een ziekenhuis of verpleeghuis moet, kunnen er problemen ontstaan. Zeker als het autisme nog niet is gediagnosticeerd of niet bekend is bij het verplegend personeel. Door onbegrip kunnen irritaties en frustraties ontstaan bij beide partijen, en de oudere met autisme kan zich steeds ongelukkiger gaan voelen. Meer kennis van en begrip voor autisme kan helpen.

Vriendschap

Ouderen met autisme hebben wél behoefte aan sociaal contact en kunnen zich net zo goed eenzaam voelen als anderen. Eenzaamheid ontstaat vaak doordat bestaande contacten wegvallen, bijvoorbeeld door gezondheidsproblemen, en omdat het op latere leeftijd moeilijker is om nieuwe relaties op te bouwen. Vriendschappen blijven op elke leeftijd belangrijk. Daarbij telt vooral de kwaliteit van de relatie: één goede vriend kan al genoeg zijn.



Mensen met autisme denken vaak bewuster na over wat het leven zinvol maakt



Ongeveer 1 tot 2% van de Nederlanders heeft autisme

In deze flyer vind je slechts een fractie van de informatie over ouderen en autisme die op autisme.nl staat.

Op de website van de NVA lees je meer over deze onderwerpen:

- Signalen en diagnose
- Ondersteuning en begeleiding
- Dagelijks leven
- Relaties en identiteit
- Ouder worden
- Pensioen
- Wonen
- Autisme en een verstandelijke beperking

Pensioen

Ouderen met autisme hebben vaak hun hele leven meer inspanning moeten leveren om de dingen te doen die van ze werden verwacht. Bij het ouder worden neemt de energie dan ook af. Met pensioen gaan kan zorgen voor rust, maar het is ook een flinke verandering. Door het wegvallen van structuur kan het een nieuwe periode van onrust inluiden. Niet iedereen die de pensioengerechtigde leeftijd bereikt, stopt ook met werken. Je kan door blijven werken als je dat prettiger vindt. Je kan ook actief worden als vrijwilliger.