

Over u... Autorijden

Is bij u dementie vastgesteld, dan bevat deze folder misschien nuttige informatie. Er staat belangrijke informatie in over autorijden en dementie.

Het besturen van een auto is een zeer ingewikkelde taak. Het gaat daarbij om de samenwerking tussen de hersenen, de ogen en spieren. Dementie kan op een aantal manieren van invloed zijn op iemands rijvaardigheid zoals:

- De weg vinden
- Weten welke kant uit u moet omdraaien
- De afstand schatten ten opzichte van andere auto's en voorwerpen
- De snelheid beoordelen van andere auto's
- Reactietijd
- Hand-oogcoördinatie

Moet ik nu ophouden met autorijden?

Met dementie hoeft u niet altijd direct te stoppen met autorijden, maar er komt een dag dat u wel moet stoppen met rijden.

Iedere automobilist is wettelijk verplicht het plaatselijke bureau rijvaardigheid op de hoogte te brengen van elk medisch feit dat de rijvaardigheid negatief kan beïnvloeden. Hebt u dementie, dan moet u dit doorgeven aan het bureau rijvaardigheid omdat het uw rijvaardigheid negatief kan beïnvloeden.

Het bureau rijvaardigheid zal u vragen om uw huisarts te zien die een eerste beoordeling zal maken van uw medische gesteldheid. Dit kan er toe leiden dat u een officiële rijvaardigheidstest moet afleggen. Op basis van de beoordeling van de dokter en van het resultaat van de test besluit het bureau rijvaardigheid of u kunt blijven rijden.

Als het bureau besluit dat u mag blijven rijden, krijgt u een rijbewijs van beperkte duur. Een tijdelijk rijbewijs is maximaal twaalf maanden geldig; na die tijd moet u opnieuw worden beoordeeld en getest.

Soms worden er beperkingen opgelegd aan uw rijbewijs. U mag dan alleen dichtbij huis rijden, alleen op bepaalde tijden of alleen met bepaalde snelheden.

Als u blijft autorijden en het bureau rijvaardigheid niet op de hoogte brengt, of blijft autorijden nadat uw rijbewijs voorlopig of definitief ongeldig is verklaard, dan kan dat ernstige gevolgen hebben. Veroorzaakt u een ongeluk, dan kunt u worden bekeurd of vervolgd. Mogelijk dekt uw verzekering de schade ook niet.

Is uw rijvaardigheidsvermogen veranderd, dan moet u misschien opnieuw een rijvaardigheidstest afleggen; ook kan het in sommige gevallen betekenen dat u onmiddellijk moet stoppen met autorijden. Gebruik de volgende lijst om te controleren of u te maken hebt met veranderingen in uw rijgedrag.

Wat valt u op terwijl u rijdt?

- Moet u de weg worden gewezen?
- Raakt u de weg kwijt op een bekende route?
- Raakt u in de war met links en rechts?
- Beslist u langzamer bij verkeerslichten, kruispunten of wanneer u van rijbaan wisselt?
- Hebt u meer moeite om verkeersborden te begrijpen?
- Rijdt u langzamer?
- Reageert u langzamer?
- Vindt u het moeilijk op onverwachte situaties te reageren?
- Rijdt u aan de verkeerde kant van de weg?
- Wisselt u op een verkeerde manier van rijbaan?
- Overtreedt u verkeersregels?

National Dementia Helpline 1800 100 500

dementia.org.au

- Beschadigt u de auto, maar weet u niet hoe dit komt?
- Gebruikt u gas- en rempedaal tegelijkertijd?
- Remt u op hoofdweg op het verkeerde moment?

Is geen van deze veranderingen u opgevallen, dan nog wilt u misschien een vriend, familielid of plaatselijke rijinstructeur vragen wat deze van uw rijvaardigheid vindt.

Het belangrijkste is uw veiligheid en die van anderen.

Stoppen met autorijden

Op een bepaald moment moet u minder autorijden of er helemaal mee stoppen. Veel mensen leveren hun rijbewijs vrijwillig in. Soms raadt een dokter aan dat iemand moet stoppen met autorijden.

Sommige mensen vinden het heel moeilijk om te stoppen met autorijden. Uw auto kan een belangrijk onderdeel uitmaken van uw onafhankelijkheid; een leven zonder auto kan heel anders zijn.

Misschien maakt deze verandering u boos, gefrustreerd, verdrietig of geschokt. Mogelijk helpt het als u over deze gevoelens praat of als u een vertrouwd familielid, vertrouwde vriend of een counsellor van Dementia Australia om hulp en informatie vraagt.

Sommige mensen varen er alleen maar wel bij dat ze niet meer autorijden. De alternatieven van autorijden kunnen minder stress opleveren, ze kosten minder dan het onderhoud van een auto en u kunt van het uitzicht genieten omdat u zelf niet meer op het rijden en het verkeer en de weg hoeft te letten.

Alternatieven voor autorijden

U kunt misschien de noodzaak om auto te rijden verminderen en alternatieve manieren vinden om ergens te komen. Dan kan stoppen met rijden minder spanning opleveren.

U kunt het volgende proberen:

- Vraag een familielid of vriend om u een lift te geven
- Gebruik bussen, treinen en taxi's
- Wandelen
- Gebruik wijkvervoer als het in uw omgeving beschikbaar is. Neem contact op met de gemeente
- Gebruik bezorging aan huis van voedsel, medicijnen en boeken uit de plaatselijke bibliotheek

Wanneer u niet meer auto rijdt, is het mogelijk moeilijker voor u om buiten de deur te komen voor sociale contacten zoals met vrienden, familie, tijdens officiële gelegenheden of het gezamenlijke beoefenen van een hobby. Probeer deze dingen te blijven doen.

Andere bronnen van informatie

De volgende website geeft meer handige informatie over dementie en autorijden:

dementia.org.au

Door de noodzaak om auto te rijden te verminderen en door alternatieve manieren te zoeken om ergens te komen, blijft u actief, mobiel en behoudt u uw sociale contacten.

MEER INFORMATIE

Dementia Australia biedt hulp, informatie, onderwijs en counseling. Neem contact op met de Nationale Dementie Hulplijn op **1800 100 500**, of bezoek onze website **dementia.org.au**



Bel de Vertaal- en Tolkdienst (Translating and Interpreting Service) op **131 450** voor hulp met taal.

About you...

Driving

If you have been diagnosed with dementia, this Help Sheet may be useful. It provides important information about driving and dementia.

Driving is a highly complex task that involves interaction between the brain, eyes and muscles. Dementia can affect driving ability in a number of ways, including:

- Finding your way around
- Remembering which way to turn
- Judging the distance from other cars and objects
- Judging the speed of other cars
- Reaction time
- Hand-eye coordination

Should I continue driving now?

A diagnosis of dementia doesn't necessarily mean that you need to stop driving straight away, however you will need to stop driving at some point.

You are required by law to tell your local licensing authority of any medical condition that might affect your ability to drive safely. Dementia is one of the medical conditions that needs to be disclosed because it affects driving ability.

The licensing authority will ask you to see a doctor who will assess your medical fitness. After this, you may need a formal driving assessment. Based on the results of these assessments, the licensing authority will decide if you can continue to drive.

If the licensing authority decides that you can continue to drive you will be issued with a conditional licence. Conditional licences are valid for a maximum of 12 months, after which time you will be reassessed.

Sometimes restrictions may also be placed on your licence. These restrictions might be that you can only drive close to home, or at certain times or below certain speed limits.

If you do not notify your licensing authority of your diagnosis, or if you continue to drive after your licence has been cancelled or suspended, there can be serious consequences. If you are in a crash you could be charged with driving offences or be sued. Your insurance company may not provide cover.

Changes in your ability to drive may mean that you need to get a driving assessment, or in some cases stop driving immediately. The following checklist may help you notice whether any changes are taking place.

When driving do you:

- Need direction?
- Become lost in familiar areas?
- Confuse left and right?
- Make slower decisions at traffic lights, intersections or when changing lanes?
- Have difficulty interpreting traffic signs?
- Drive more slowly?
- Take longer to react?
- Have difficulty responding to the unfamiliar?
- Drive on the wrong side of the road?
- Change lanes inappropriately?
- Violate traffic laws?
- Cause damage to the car which you are unable to explain?

- Use the accelerator and the brake at the same time?
- Brake at the wrong time on main roads?

Even if you have not noticed any of these changes, you might like to ask a friend, family member or local driving instructor what they think about your driving skills.

The most important thing is your safety and the safety of others.

Giving up driving

At some point you will need to reduce and stop driving. Many people decide to give up their licence voluntarily. Doctors will sometimes recommend that a person should stop driving.

Some people find giving up driving very difficult. Your car may be an important part of your independence, and without it your life may change.

You may feel angry, frustrated or upset about this change. Talking about these feelings, or asking a trusted family member, friend or Dementia Australia counsellor for support and information may help.

Some people find that there are benefits in no longer driving. The alternatives can be less stressful than driving, the costs are less than those needed to run a car and the scenery can be enjoyed along the way.

Alternatives to driving

If you can reduce the need to drive and find alternatives for getting around you may find giving up driving less stressful.

Things to try:

- Asking a family member or friend to give you a lift
- Using buses, trains or taxis
- Walking
- Using community transport if it is available in your area. Check with your local council
- Use home delivery services for food and medical prescriptions and from your local library

When you stop driving, you might find it harder to make social trips like visiting friends or family, attending functions or participating in hobbies. Try to keep doing these things.

Other resources

For more helpful information on dementia and driving visit **dementia.org.au**

Reducing the need to drive and finding alternatives for getting around will help you stay active, mobile and socially connected.

FURTHER INFORMATION

Dementia Australia offers support, information, education and counselling. Contact the National Dementia Helpline on **1800 100 500**, or visit our website at **dementia.org.au**



For language assistance phone the Translating and Interpreting Service on **131 450**