

# Parkinson en de anderen

---



**Elkaar niet kwijt raken**  
(informatie en tips)

Ad Nouws

Breda

24-11-2017

# Elkaar niet kwijt raken

---



# Wezensverandering?

---



- Zichtbare motorische veranderingen en
- Niet zichtbare innerlijke veranderingen

# Meer lezen?

---



**Ad Nouws**

**Mijn denken stottert vaak  
meer dan mijn benen.**

**Hoe mensen parkinson  
beleven**

**2014 Poiesz Uitgevers BV  
Koog aan der Zaan**

**ISBN 9789491549632**

# Een beetje theorie

---

- Parkinson is echt een hersenziekte
- Hersenziekten kunnen erg van elkaar verschillen
- Kwestie van plaats en hoeveelheid weefsel dat verdwijnt
- Soms verdwijnt er helemaal geen weefsel
- Parkinson is geen dementie

# Dementia

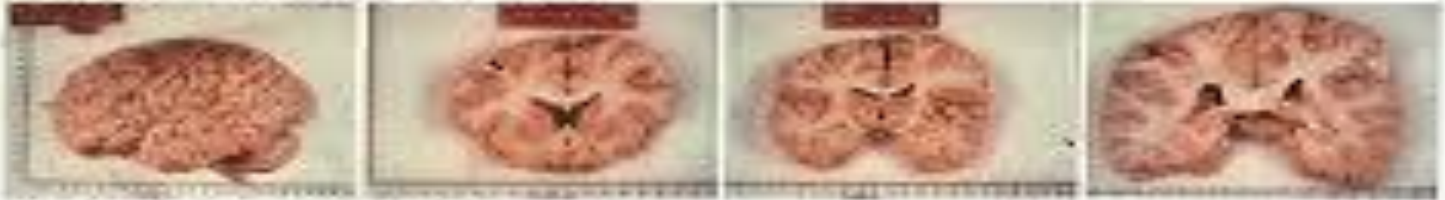




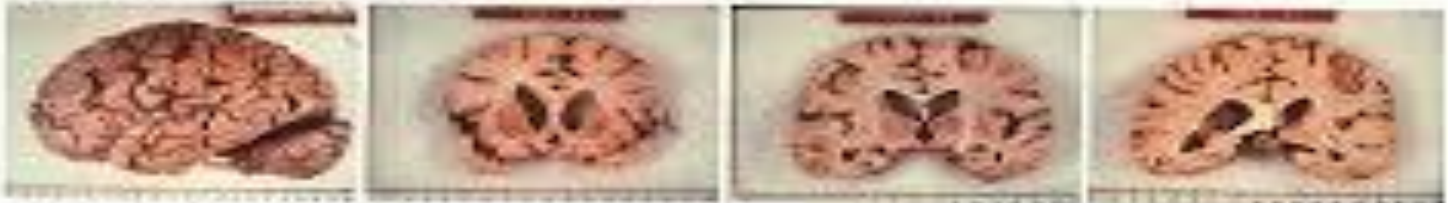
# Dementie

## BRAIN ATROPHY VISUAL STANDARDS

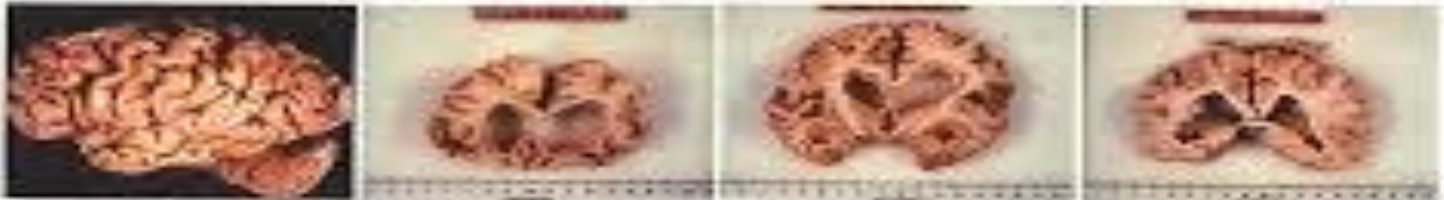
GRADE = 1 (NONE, NL FOR AGE)



GRADE = 2 (MODERATE)



GRADE = 3 (SEVERE)



frontal horns

body/temporal horns

trigone

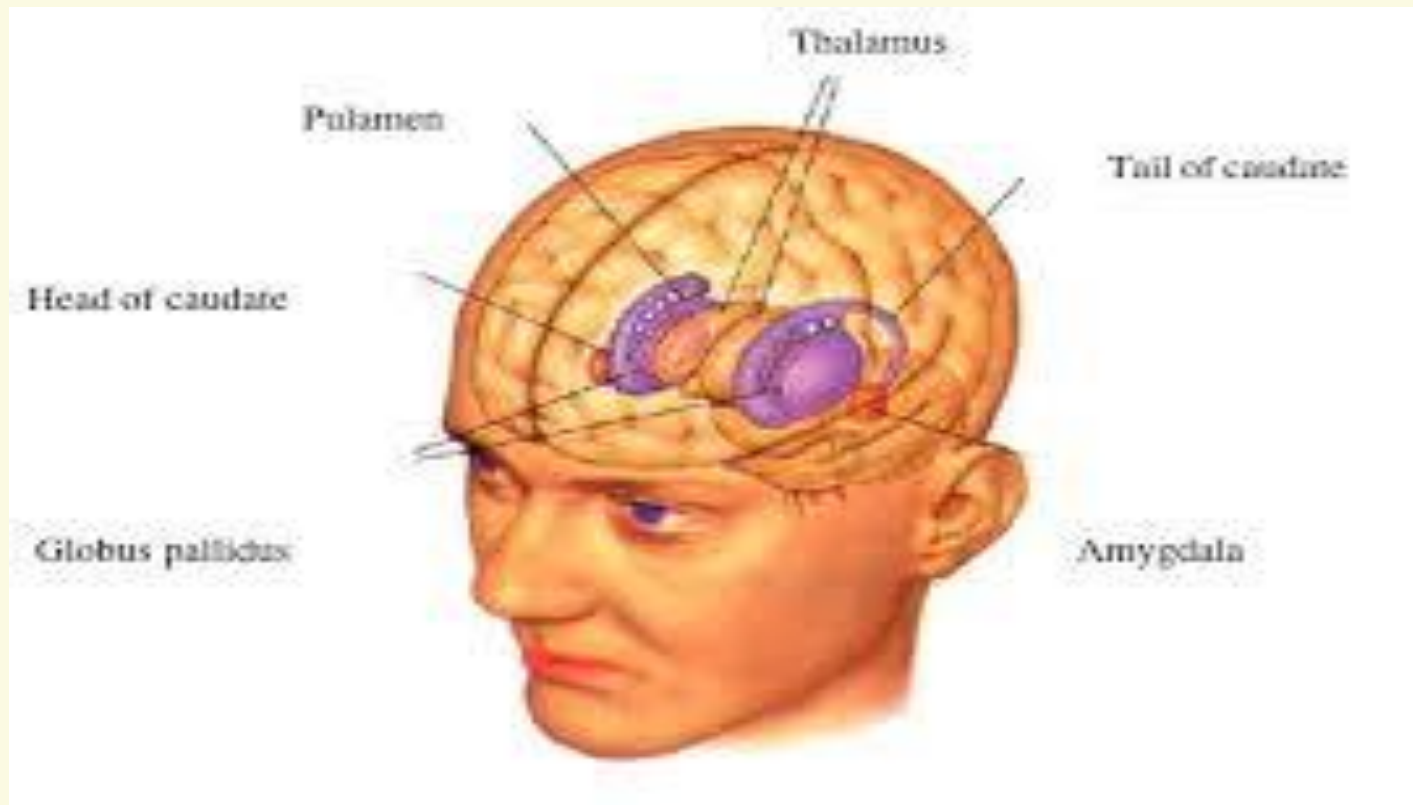
# Dementie

---



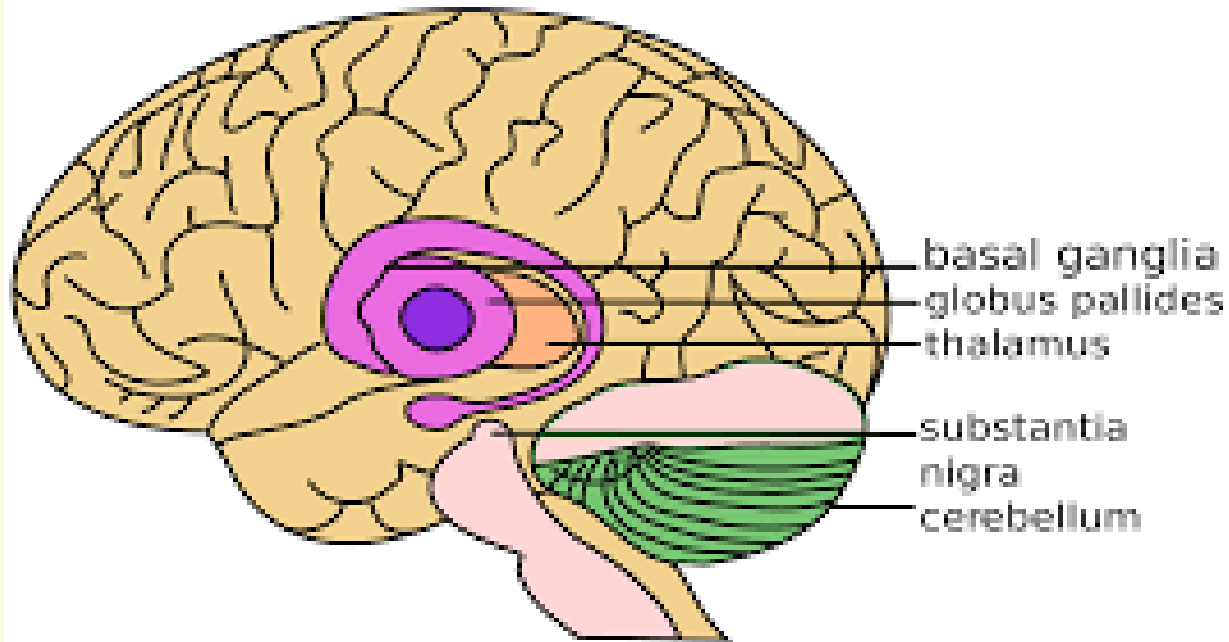


# Parkinson



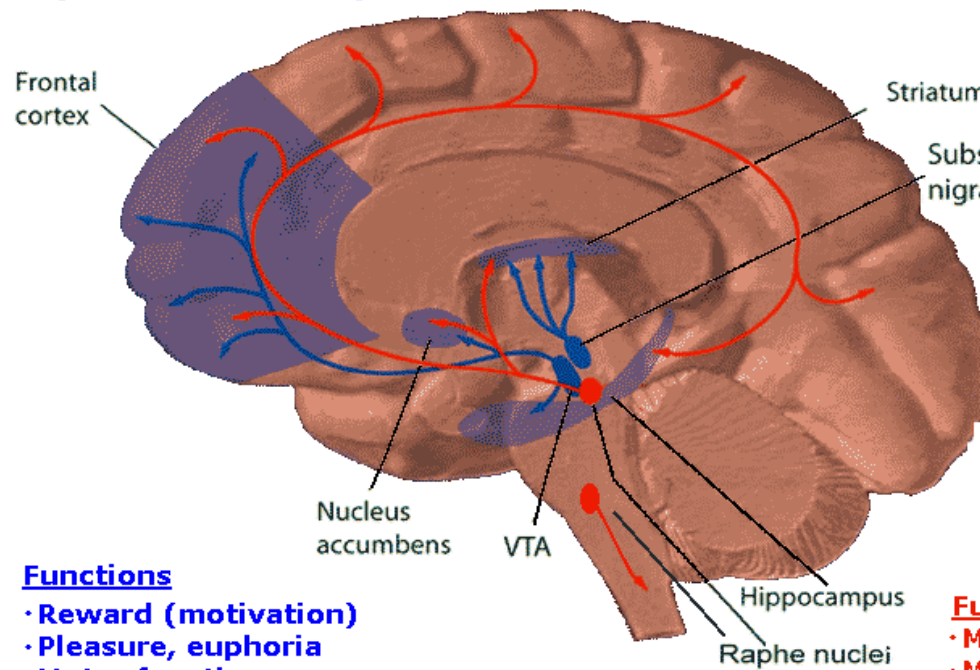
# Substantia Nigra( zwarte kern)

## Basal Ganglia and Related Structures of the Brain



# Regelsystem

## Dopamine Pathways



### Functions

- Reward (motivation)
- Pleasure, euphoria
- Motor function (fine tuning)
- Compulsion
- Perseveration

## Serotonin Pathways

### Functions

- Mood
- Memory processing
- Sleep
- Cognition



# Samenvatting

---

Parkinson is een hersenziekte die letterlijk het binnenste van een mens kan veranderen. En dat maakt parkinson een bijzondere ziekte.

Mensen met parkinson veranderen in bepaalde opzichten. Voor een deel is dat te zien aan de buitenkant, de motoriek, het bewegen. Voor een ander deel is dit veel minder duidelijk en kom je (zelf ook) er langzaam achter. Het is een heel persoonlijk patroon!



# Niet altijd begrepen veranderingen

---

- Lichamelijke controle mechanismen vallen weg: alles moet bewust en op zicht
- De mens met P wordt 'mono'
- De mens met P vertoont minder initiatieven
- Emotionele veranderingen
- Gevoeligheid voor stress

# Veranderd bewegen

---



# Niet altijd begrepen veranderingen

---

- Lichamelijke controle mechanismen vallen weg: alles moet bewust en op zicht
- De mens met P wordt 'mono'
- De mens met P vertoont minder initiatieven
- Emotionele veranderingen
- Gevoeligheid voor stress

# Gevolgen van het mono worden

---

- Anders denken: niet integraal maar lateraal  
= achter elkaar
- Minder makkelijk het geheel zien
- Kans op trager denken

# Niet dement!





# Niet altijd begrepen veranderingen

---

- Lichamelijke controle mechanismen vallen weg: alles moet bewust en op zicht
- De mens met P wordt 'mono'
- De mens met P vertoont minder initiatieven
- Emotionele veranderingen
- Gevoeligheid voor stress

# Initiatiefarmoede

(Het komt er niet meer zo van)



# Kern van het probleem

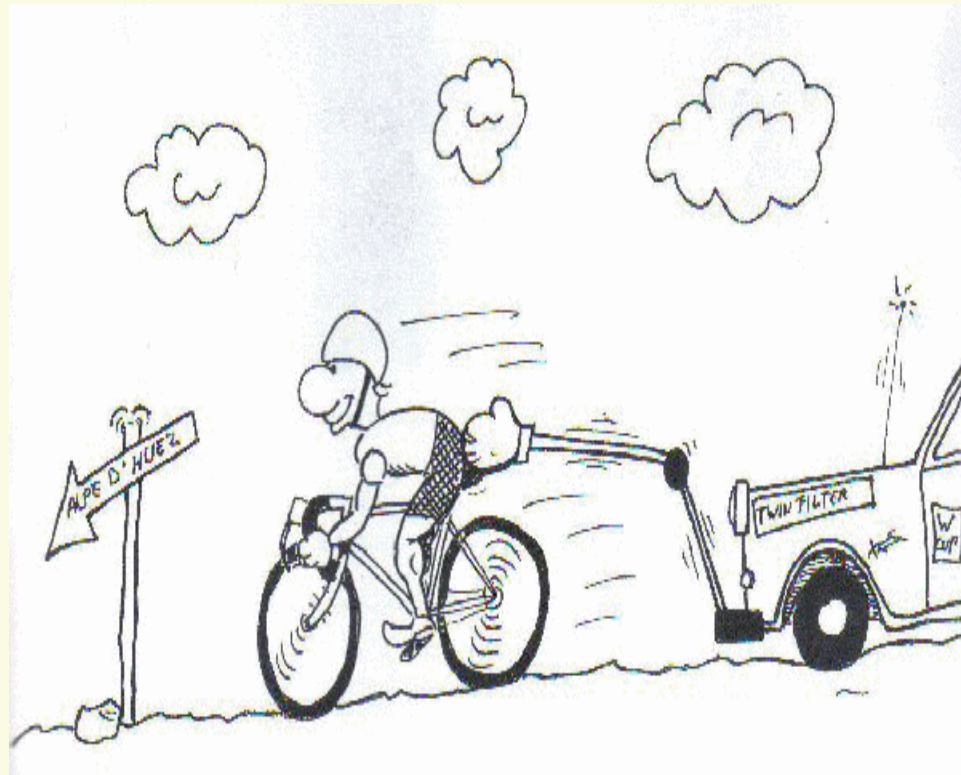
---

Mensen met parkinson krijgen geleidelijk aan steeds meer moeite met het uit zichzelf bedenken, in gang zetten en soms beëindigen van het eigen denken, bewegen, en handelen. Het willen gaat gewoon minder makkelijk. Daardoor gebeuren dingen niet.

# Duwtje!



# Duwtje!?





# Niet altijd begrepen veranderingen

---

- Lichamelijke controle mechanismen vallen weg: alles moet bewust en op zicht
- De mens met P wordt 'mono'
- De mens met P vertoont minder initiatieven
- Emotionele veranderingen
- Gevoeligheid voor stress

# Verandering binnen het gevoelsleven

---

- Toegenomen emotionaliteit: labiliteit
- De ‘blijheids knop’ is moeilijker te vinden
- Soms angstig voelen
- ( soms) neiging tot piekeren en somberen

# Stress



# Stress: niet normaal meer!

---

- Stress is overal
- Stress is anders, lichamelijk, minder geestelijk
- Nooit positieve stress
- Stress is zo onvoorspelbaar
- Stress leidt tot terugtrekgedrag

# Conclusie

---

- Het is een 'hell of a job' om je als mens met parkinson en vooral als echtpaar of gezin aan te passen aan een dergelijke ziekte, die beseft wel, langzaam progressief is.
- Maar koppels en individuen slagen er vaak wonderwel in.

# Wat doen die succesvolle aanpassers?

---

1. Ze bereiken een bepaald niveau van acceptatie en dat doen ze vaak via contact met 'lotgenoten'
2. Ze worden 'parkinson deskundig'
3. Ze treden redelijk vroeg naar buiten
4. Ze stoppen of veranderen bepaalde taken werk of activiteiten

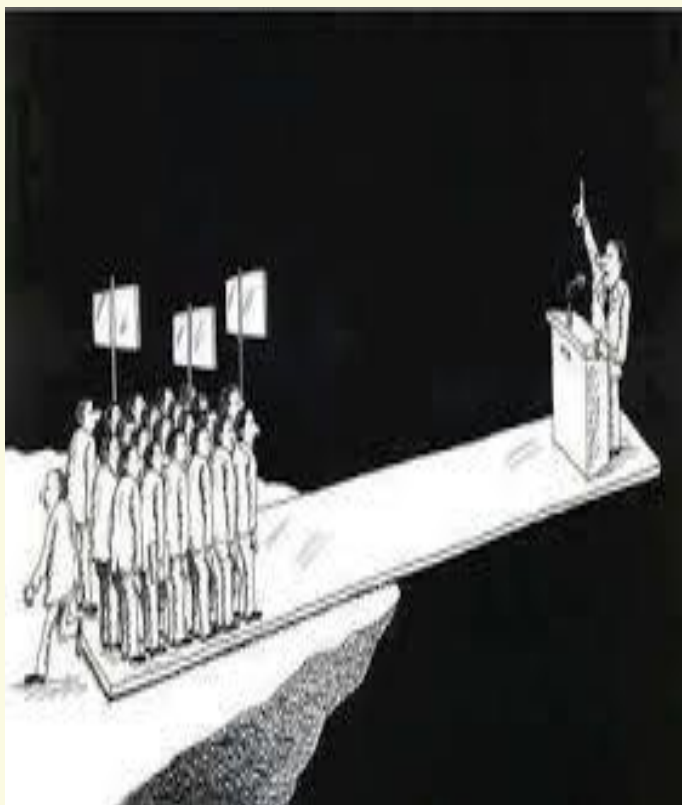


- 
5. Ze houden de veranderingen in de relatie in de gaten
  6. Zowel partner als mens met parkinson behouden deels een eigen leven
  7. Ze proberen 'methodisch te leven'
  8. Ze maken gebruik van hulpmiddelen zoals ipad, simpele (afvink)lijstjes, etc.

---

9. Ze onderhouden het lichaam en doen soms aan ontspanningstechnieken

10. Ze proberen mee te groeien met de ziekte (verhuizen?)



Bedankt voor uw  
aandacht!

A.Nouws(psycholoog)  
Nouws Hulp bij  
Parkinson  
Druten

# Contact?

---

A. Nouws

Nouwshulpbijparkinson

tel: 0645149159

email:

[info@nouwshulpbijparkinson.nl](mailto:info@nouwshulpbijparkinson.nl)

Postbus:

42 6650 AA Druten

Website:

[www.nouwshulpbijparkinson.nl](http://www.nouwshulpbijparkinson.nl)

