

## DEMENTIE

# 'Het valt me zwaar voor twee mensen te leven'

Huisartsen krijgen steeds meer te maken met dementerende mensen in crisissituaties voor wie nergens opvang is.

Het is een snel-groeiend probleem: de provincie Utrecht telt nu 13.000 mensen met dementie, in 2030 zullen dat er pakweg 21.000 zijn, een stijging van 60 procent.

Stichting Rhijnhuysen en Alzheimer Nederland starten deze maand met subsidie van de provincie het Zorgprogramma Dementie in Utrecht, Zeist en het gebied Lekstroom.

## Riet van Ooyen over haar leven met een dementerende partner

HELMA VAN DEN BERG  
UTRECHT

Ze waren een actief Vutterspaar. Hardlopen in het park, skieën, lange fietstochten maken en samen ook veel op reis. Vier jaar geleden kwam daar geleidelijk verandering in. Riet van Ooyen (nu 77) uit Utrecht zag haar man Gijs (79) veranderen.

„Het begon tijdens een vakantie in Italië. We hadden daar een auto gehuurd, maar ineens kon hij nergens meer de weg vinden. Dan denk je eerst nog, hij kent de taal niet. Maar bij een volgende vakantie in Griekenland, waar we met een heel gezelschap waren, durfde hij plotse-ling niet verder te lopen. Toen viel het me thuis ook op hoe onzeker hij was geworden. Maar ook slimmer. Wanneer hij iets niet wist, dan had hij altijd wel een smoes klaar. Ik moest voortaan voorop fietsen. Zonder mij ging hij de deur niet meer uit.”

Gijs ondernam steeds minder, stopte met zijn verenigingswerk en kwam steeds later zijn bed uit. Riet: „We gingen naar de huisarts. Die stuurde ons door voor onderzoek. Gijs kreeg wat bloedverdunners, medicijnen ook om 's morgens wat beter op gang te komen. Maar wat Gijs nu echt mankeert, dat hebben we nooit te horen gekregen. Voor mij werd het geleidelijk wel duidelijk. Gijs is dementerend. Dezelfde ziekte waaraan zijn zus is overleden.”

Waar ze hulp moest zoeken, wist Riet van Ooyen niet. „Onze kinderen zijn handig met internet. Die hebben toen geregeld dat ik bij Altrecht een cursus kreeg om te leren hoe ik moest omgaan met een dementerende man. Zo heeft Gijs via welzijnsinstelling Stade ook een buddy gekregen. Een man met wie hij elke week twee uurtjes bil-

### Tot nu toe

- Mensen proberen geheugenproblemen lang te verdoezelen.
- Ze voelen zich angstig en onzeker, worden door anderen niet begrepen.
- Bij veel mensen is geen dementie vastgesteld.
- Artsen durven het niet te vertellen, beschouwen dementie als 'horend bij de ouderdom'.
- Medicijnen die dementie vertragen en hulpmiddelen (geheugentraining) zijn onvoldoende bekend.
- Dementie kan verward worden met depressie, alcoholmisbruik.
- Medicijnen (bijvoorbeeld tegen epilepsie) kunnen verschijnselen verergeren.

gart. Veel plezier doe je er Gijs niet mee. Ik moet elke week weer praten als Brugman om hem de deur uit te krijgen. Maar het is voor mij belangrijk om wat tijd voor mezelf te hebben. Even de stad in te kunnen gaan. Dan tank je toch een beetje bij.”

Ze doet in haar eentje de boodschappen, runt het huishouden, regelt de administratie, zorgt dat haar man 's morgens onder de douche gaat, dat er schoon ondergoed voor hem klaar ligt, dat haar man een beetje in beweging blijft. „Het valt me wel eens zwaar om zo voor twee mensen te moeten leven en zorgen. Dat mijn humoristische Gijs van toen, nu vaak zo stil en apathisch, dan weer zo opstandig is. Dat ik twintig keer op een avond moet vertellen wie nu de trainer van voetbalclub Barcelona is. Maar het ergste is de toekomst. Wat staat ons te wachten? Wat gebeurt er als ik ook Alzheimer krijg?”



De zorg voor een dementerende partner valt niet mee. Het is daarom belangrijk om de juiste hulp te krijgen. Dat begint al met het stellen van de diagnose: veel mensen ontkennen geheugenproblemen. FOTO ANP/LEX VAN LIESHOUT

### Wat is dementie?

Dementie uit zich met geheugenproblemen, slechter functioneren, slechter spreken, minder besef van tijd. Soms ook met stemmingswisselingen en verandering van karakter en gedrag van de patiënt. De meest voorkomende vormen van dementie zijn de

ziekte van Alzheimer, vasculaire dementie (beschadigde bloedvaten in de hersenen), en ziekte van Parkinson. Genezing van dementie is niet mogelijk. Soms kunnen medicijnen en geheugentraining het ziekteproces vertragen. Naar schatting lijdt 1,5 procent van de mensen tussen de

65 en 69 jaar aan dementie (ruim 250.000 mensen). De kans op dementie neemt toe met de leeftijd. Zo heeft meer dan dertig procent van de mensen boven de 85 jaar dementie. Pakweg 10.000 dementerenden zijn jonger dan zestig jaar.

**Bron: Alzheimer Nederland**

### Hoe vind je hulp?

Via de huisarts, die kan een diagnose stellen of verwijzen naar een geriater (specialist in ouderdomsziekten) of een geheugenpolikliniek. De arts adviseert welke behandelingen en welke verschillende manieren van ondersteuning nodig zijn. Via het zorgloket van de gemeente of wijkcentrum. Via een ouderadviseur of consulent, soms in dienst van de gemeente, anders in

soonsgebonden budget) om zelf thuis zorg of huishoudelijke hulp in te huren. De aanvrager moet dan wel een administratie bijhouden om de uitgaven te verantwoorden. Ook kan een beroep worden gedaan op vrijwilligers die mensen thuis bezoeken of als buddy optreden om de mantelzorger even te ontlasten.

### Dementieconsulent

## Aanspreekpunt in de wijk

Trudys Witteveen is vanaf 8 mei de dementieconsulent van het noordwestelijk deel van de stad Utrecht. „Ik ben verpleegkundige en werk voor Aveant nu al in huisartsenpraktijken. Wie vragen of problemen heeft met geheugen of dementie, kan bij mij terecht. Ook de partners of andere mantelzorgers kan ik begeleiden en adviezen geven. Ik kom bij mensen thuis. Mensen kunnen mij daarvoor bellen. En ik houd ook spreekuur in het consultatiebureau voor senioren in woonzorgcentrum Nieuw Bleyenburgh aan de Jan van Galenstraat. Veel mensen weten niet waar zij hulp kunnen vinden. Ik begeleid hen daarbij en probeer dremfels te slechten. Wil iemand niet naar de dagopvang? Dan probeer ik dat mensen eerst eens samen met een familielid gaan kijken. Vaak zijn de mensen dan toch enthousiast. En wil iemand niet



'Verdriet en eenzaamheid'

meer onder de douche, dan kan een verpleegkundige van de thuiszorg uitkomst bieden. Ik denk dat er in de wijk veel verdriet en eenzaamheid is. Mensen die steeds meer verstrikt raken in hun eigen wereld. Hun partners die hierin mee worden gezogen. De deur ook niet meer uitkomen. Die mensen moeten we helpen. Hun vertrouwen winnen.”

**Wijktelefoon 06-52428345**

### Psychiater Rolf Lanting:

## 'Soms kunnen medicijnen het dementieproces vertragen'

Rolf Lanting is psychiater van Mesos Medisch Centrum en mede-oprichter van de Geheugenpoli: „Als de huisarts twijfelt, kunnen mensen hier terecht. Ons team bestaat uit een psychiater, geriater, psycholoog, verpleegkundige en zonnodig ook een neuroloog. Ondersteund met röntgen- en laboratoriumonderzoek-

ken, proberen we zo snel mogelijk vast te stellen of iemand aan dementie lijdt. Het liefst binnen één dag. Want een aantal vormen van dementie kun je met medicijnen vertragen. Wij behandelen niet zelf. Maar we vertellen welke hulp en ondersteuning voor de patiënt het beste is en waar ze die kunnen vinden.”



### Wat is er in het Utrechtse?

- Zorg en verpleging aan huis, woningaanpassing, taxivoer.
- Dagopvang, logeerverblijf voor mensen met dementie.
- Psychische Intensieve Thuiszorg (PIT) voor mensen met gedragsproblemen.
- Intensieve thuis- en GGZ-zorg (GITZ-team) aan huis voor mensen met dementie en psychi-

- sche problemen.
- Alzheimercafés en buddy's (zie [www.alzheimer-nederland.nl](http://www.alzheimer-nederland.nl)).
- Bezoekdienst van welzijnsorganisaties waaronder Stade.
- Gespreksgroepen en info-bijeenkomsten voor partners/mantelzorgers, onder meer van Altrecht.

## Invasie van klokkenluiders in Utrecht

UTRECHT

Het Utrechts Klokkenluiders Gilde haalt zaterdag 13 mei 100 klokkenluiders naar de stad. Het is de eerste keer dat de klokkenluiders in ons land bijeen komen.

In Nederland zijn naar schatting 250 georganiseerde klokkenluiders. Het zijn mensen die in groepsverband vrijwillig de klokken luiden op kerktorens en op andere openbare gebouwen. Daarnaast zijn er nog veel meer vrijwilligers of kosteren die nog steeds klokken met de hand luiden, maar die doen dat niet in georganiseerd verband. Hoeveel dat er zijn is niet bekend.

Arie Noordermeer van het Utrechtse Gilde merkt dat er steeds meer behoefte is aan het handmatig luiden van de klokken. Het behoud van het cultureel erfgoed is 'in' net als oude ambachten. Ook de klokkenluiders mogen zich in dat rijtje scharen. In Utrecht is zelfs een wachtlijst voor klokkenluiders. Wie in aanmerking wil komen, moet een serieuze procedure doorlopen van een jaar, waarna een examen wordt afgelegd. Utrecht telt inmiddels 60 klokkenluiders. De klokkenluiders gaan een aantal Utrechtse klokken bekijken en beluisteren. Verder zijn er diverse lezingen.

## Portes wil nieuwbouw in bouwspeltuin Lunetten

UTRECHT

Na-schoolse opvang in een bouwspeltuin. Kan het mooier? Nee, vinden ouders van kinderen die op de NSO in bouwspeltuin Fort Luna in Lunetten zitten.

Daarom willen ze dat de NSO er blijft, maar eigenaar Portes Kinderopvang heeft van de gemeente te horen gekregen dat de twee noodgebouwtjes eind dit jaar weg moeten.

„De vergunning voor de tijdelijke gebouwtjes is al lang afgelopen. De gemeente wil ons niet langer gedogen,” zegt manager Anderegg van Portes Kinderopvang.

Portes wilde de NSO (30 plaatsen) eerst verhuizen naar wijkcentrum De Musketon, waar al een andere NSO zit.

Maar de ouders waren mordicus tegen.

Zij zoeken nu samen met Portes naar een alternatief. Anderegg: „We willen bij de bouwspeltuin een permanent gebouw neerzetten. Dat kost zeker 500.000 euro. En dat hebben we niet.”

Daarom zoekt Portes andere instellingen of bedrijven die het gebouw met haar willen delen.

„Ik denk aan een doveninstituut met kinderen. Of scouting. Voor de zomer moet duidelijk worden of het ons lukt.”

### REAGEREN?

Lezersredactie  
postbus 500, 3990  
DM Houten of  
[un.onderons@ad.nl](mailto:un.onderons@ad.nl)



ken hulpverleners kunnen de mensen dan ook de nodige begeleiding krijgen. Daarmee kunnen crises worden voorkomen.”