

Het drama van de dementie hoeft niet zo schrijnend te zijn

door Rita van Veen

Met een zaklantaarn beschijnt de nachtzuster de slaapzaal van het verpleegtehuis. Het bed van mevrouw Duijster is leeg, ze is verdwenen. Na een speurtocht door het huis wordt ze huilend in de keuken aangetroffen. „Waarom hebben jullie me niet wakker gemaakt, nu is vader er alleen op uit met de melk.“ De 95-jarige vrouw is wanhopig. Vader heeft zijn handschoenen vergeten en ze kan haar jas maar niet vinden om hem achterna te gaan.

De dementerende vrouw houdt vol dat ze vader moet helpen met het uitventen van de melk. Het heeft uitsluitend een zin haar op de werkdag te wijzen, haar realiteit ligt zeventig jaar terug, in het verleden. Na een glaasje water en de belofte haar jas te gaan zoeken kalmeert ze enigzins. Met haar kromme benen schuivelt ze door de gang. Ineens moet ze lachen, 'wat doen we hier nu midden in de nacht?'. Ze is de reden alweer vergeten.

In de huiskamer zakt ze moeizaam in een stoel, ze is moe. Ze pakt haar breiwerk en slaat de pennen driftig tegen elkaar. De handschoenen voor vader moeten snel af want het begint al te vriezen buiten. Het zal nog een zware dag voor haar worden. Ze staat op de lijst om gebaad te worden, iets waarvoor ze grote angst heeft gekregen sinds ze dementeerde.

Omgaan met demente mensen, daar werd, zo'n zeventien jaar geleden, toen ik zelf voorgaande ervaring opdeed in een verpleegtehuis, niet over gesproken. Iedere verpleegster deed wat haar of hem goeddacht. Tegenwoordig komt de ziekte meer in de belangstelling. Misschien komt dat doordat het aantal bejaarden groeit of doordat dementie als een nieuw probleem is ontdekt.

In de winkel ligt het boek 'Dementie - een praktische handreiking voor de omgang met dementerende ouderen'.

De auteurs, Huub Buijssen en Theo Razenberg, leggen rustig en begrijpelijk uit hoe het ziektebeeld ontstaat en verloopt. De lezer krijgt vervolgens adviezen hoe met ze om te gaan. De ziekte kan ontstaan door kleine infarcten in de hersenen, maar ook door langdurige depressies. Het is net als koorts, de verschijnselen zijn bij iedereen gelijk maar de oorzaak is verschillend, de een krijgt verhoging door een longontsteking, de ander van mazen. Maar de meest voorkomende oorzaak van dementie is de ziekte van Alzheimer. Zeventig procent van de (demente) mensen lijdt aan deze ziekte. Slecht vijf procent wordt dement als gevolg van de ziekte van Parkinson, Huntington of Pick.

Maar het hardnekkige idee dat alle ouderen op den duur gaan dementeren is onzin. Tachtig procent van de bejaarden blijft tot het einde van hun leven helder van geest. Lange tijd werd verondersteld dat alle ouderen op den duur de ziekte zouden krijgen omdat de oorzaak werd gezocht in de verkalking van de aderen. Wetenschapsmensen hebben deze theorie weer verlaten omdat vaatverwijderende medicijnen die de zuurstoftoevoer naar de hersenen op peil moeten houden, geen verandering bracht in het ziektebeeld.

Mongool Er is ook gekeken of erfelijkheid een rol speelt bij de ziekte van Alzheimer. Scandinavische onderzoekers ontdekten dat familieleden van dementerenden grotere kans hebben het zelf later ook te krijgen. Er werd ook ontdekt dat vrouwen die op hogere leeftijd zwanger worden niet alleen een vergroot risico lopen een mongools kind te baren. In het geval dat een gezond kind ter wereld wordt gebracht loopt deze een extra kans om later dement te worden. Pikant is volgens Buijssen en Razenberg dat de vingerafdrukken van een dementerende lijken op die van een mongool.

Alle vormen van dementie leiden tot een slopend proces van geheugenverlies. Dat blijft niet bij het simpel vergeten van een afspraak of wat er vorige week is gebeurd. De hersenen bevatten meerdere hokjes waar kennis in wordt opgeslagen. De schrijvers onderscheiden de aantasting van het weet-, doe-, herkennings- en taalgeheugen. Het niet meer weten van simpele handelingen als aankleden of eten, doordat de instructies daarvoor niet meer uit het geheugen zijn op te diepen, leidt nogal eens tot onbegrip bij verzorgers.

Het is vaak moeilijk te begrijpen waarom iemand vergeet dat de ar-

men in een mouw van een blouse gestoken moeten worden en dat een onderbroek onder de lange broek hoort te zitten. Maar ook associatievermogen kan geheel verloren gaan. Het niet meer herkennen van de huisbel of telefoon. De dementerende hoort hem wel maar hij leidt er niet uit af dat er iemand voor de deur staat of dat hij de telefoon moet opnemen. Wanneer ook het taalgeheugen gestoord raakt komt de demente oudere compleet in een isolement. De woorden die hij als kind heeft geleerd, raken hun betekenis kwijt. Hij kan het woord stoel nog wel uitspreken maar weet er zich niets bij voor te stellen. Het kan lastig zijn om dagelijks met

een dementerende oudere te leven. Maar, vinden de schrijvers, de verzorgers moeten een manier vinden 'om de kwaliteit van het leven van de dementerende zoveel mogelijk op peil te houden en hem zijn waardigheid laten behouden'. „Net als bij kleine kinderen kan men ook een oudere tegen zichzelf beschermen“. Het lijken kinderachtige maatregelen die de schrijvers adviseren, maar ze schijnen zeer doeltreffend te zijn. Ze zijn er op gebaseerd het gebrekkige geheugen van de dementerende op een dwaalspoor te brengen door bijvoorbeeld de lucifers te verstoppen en autosleutels te verstoppen. Of het slot van de deur een andere kant op te laten openen als de demente ouder zijn

huis niet meer herkent en steeds maar weer wil weglopen.

Dementie is niet te stoppen. Toch gaan Buijssen en Razenberg uitvoerig in op behandelingsmethoden om het geheugen te trainen, zoals de realiteitsoriëntatietraining. Het komt er op neer dat de oudere duidelijk op het hier en nu wordt gewezen. In het huis worden klokken met grote wijzerplaten gehangen, kalender met foto's die met het jaargetijde corresponderen, een bewegwijzering, bijvoorbeeld een tekening van de douche op de badkamerdeur of een wc-pot bij het toilet. Maar het mag niet te veel worden, vinden de schrijvers, houd het huis ordelijk en overzichtelijk

andere raakt de zieke alsnog in de war.

Buijssen en Razenberg schreven het boek om de 'zorgdragers' zoals ze die noemen, familieleden en verplegers in te lichten over de oorzaken van dementie en het gedrag van dementerenden. Daar voldoet het boek zeker aan. Zelf hebben ze jarenlang ervaring met de gevolgen van dementie. Razenberg werkt als arts in het psychogeriatrische verpleegtehuis Lucia Stichting in Breda en Buijssen studeerde psychogerontologie in Nijmegen.

Huub Buijssen en Theo Razenberg: 'Dementie' (Een praktische handreiking voor de omgang met dementerende ouderen) Uitg. Boom, Amsterdam, 152 bladz, f 24,90



Afdelingen voor demente bejaarden hebben vaak een carre van gangen. De mensen die gaan dwalen komen vroeg of laat altijd weer op het punt van uitgang terug.

FOTO WERRY CRONE

Scriptie over joods verzet is wel erg slordig

door Koos van Weringh

Op het achterplat van 'Passage naar vrijheid' van Ben Braber wordt dit boek door de uitgever omschreven als 'een eerbetoon aan en een noodzakelijke aanvulling op onze geschiedenis'. Het boek gaat over het joodse verzet in Nederland in de oorlogsjaren. Ik denk dat beide typering, zowel eerbetoon als aanvulling juist zijn.

Braber brengt in kaart wat door joden aan verzet gepleegd is in de jaren '40-'45. Er bestond een verzetsgroep van Duitse en Nederlandse joden, de 'groep-Van Dien' genaamd - waar de naam vandaan komt weet niemand te vertellen - die allerlei activiteiten ondernam om aan de greep van de bezetter te ontkomen. Er werden documenten vervalst, geholpen werd bij het laten ontsnappen van gevangenen uit het kamp Westerbork, mensen werden naar veiliger oorden overgebracht als gevaar dreigde, anderen werden gewaarschuwd. Veel van die activiteiten speelden zich in Amsterdam af waar de meeste vluchtelingen uit Duitsland naartoe gingen. Trefpunt was het tehuis-Oosteinde, vlakbij de plaats waar het Paleis voor Volksvlijt gestaan had. Toen de bezetting daar was, werd het gebouw een schuilplaats, waar mensen en goederen verborgen werden, totdat er een moord plaatsvond, op een verkeerde weliswaar, maar daarna werd het te gevaarlijk van daaruit te opereren.

Ooggetuigen

Braber heeft verschillende mensen geïnterviewd die de gebeurtenissen van destijds hebben meegemaakt. Dat levert belangrijke aanvullende informatie op. Wat Trudel van Reemst-de Vries, een apothekers-assistente en verpleegster die nog actief was in de Spaanse Burgeroorlog te vertellen heeft is hoogst boeiend. Zij werd in 1914 in Frankfurt geboren, haar vader was een Nederlander. In 1925 verhuisde het gezin naar Nederland.

Braber: „Zij praat liever niet over de aanleiding tot het vertrek uit Duitsland.“ De schijver doet er ook geen enkele mededeling over, maar waarom dan zo'n suggestieve opmerking gemaakt? Niemand heeft er iets aan, het is alleen niet elegant tegenover de geïnterviewde.

Ik heb in dit boek veel gelezen dat ik niet wist en dat mijn blik heeft verruimd. De schrijver moet worden gewaardeerd voor het feit dat hij dit vergeten hoofdstuk uit de recente geschiedenis heeft aangevat. Uit een bericht in deze krant van 23 april heb ik begrepen dat dit boek oorspronkelijk een doctoraal-scriptie was.

Braber heeft er een prijs van duizend gulden voor gekregen, uitgeleerd door de stichting Inden-Reiss-Fonds. Sinds vorig jaar reikt deze stichting een prijs van dat bedrag uit voor een scriptie of dissertatie betreffende de Tweede Wereldoorlog. Inden-Reiss was een echt paar uit Zeist dat in de oorlog actief was tegen de Duitse bezetting.

Westerbork

Wat er dit jaar aan inzendingen is binnengekomen weet ik niet, maar als een boek als dit al een prijs krijgt, is de stichting gauw tevreden. Ik herhaal nog een keer dat er veel in staat dat onbekend was en dat het een verdienste is als dat boven water gebracht wordt. Het verhaal van Wernet Stertzenbach over de ontsnapping uit Westerbork is indrukwekkend. En wat deze Duitser schrijft, direct na het gebeurde in 1943, over de tien in de buurt van Assen neergeschoten verzetsmannen uit Drente die in het crematorium van Westerbork werden verbrand, is dat eveneens.

Stertzenbach schrijft dat er ooit een monument voor deze helden moet worden opgericht: de schrijver van die regels was belast met de uitvoering van die verbranding. Dat Braber niet vermeldt dat er ook een monument staat in Westerbork, met de namen van die tien mensen erop, vind ik slordig en onzorgvuldig.

De indeling van het boek is tamelijk chaotisch. Van een logische opbouw is geen sprake. De inleiding is mager. Verwijzingen naar andere studies komen niet voor. Als het over het aantal vluchtelingen gaat lezen we: „Men heeft wel eens becijferd dat een aantal van drieëntwintig- à vierentwintigduizend langere tijd in ons land verbleef, terwijl elfduizend vluchtelingen Nederland op doorreis aandedden.“

Men heeft wel eens becijferd... Alsof daar niet de studies van de Israëliische historicus Dan Michman zijn over de joodse vluchtelingen in de jaren dertig. Een studie die pretendeert met nieuw materiaal te komen dient dat af te zetten tegen