

Dementerenden zijn niet gek

Het verpleegtehuis: derde deel van drieluik over oud zijn

Michel Boll

foto Ad van Denderen

VPRO, zondag, Ned. 2, 21.02

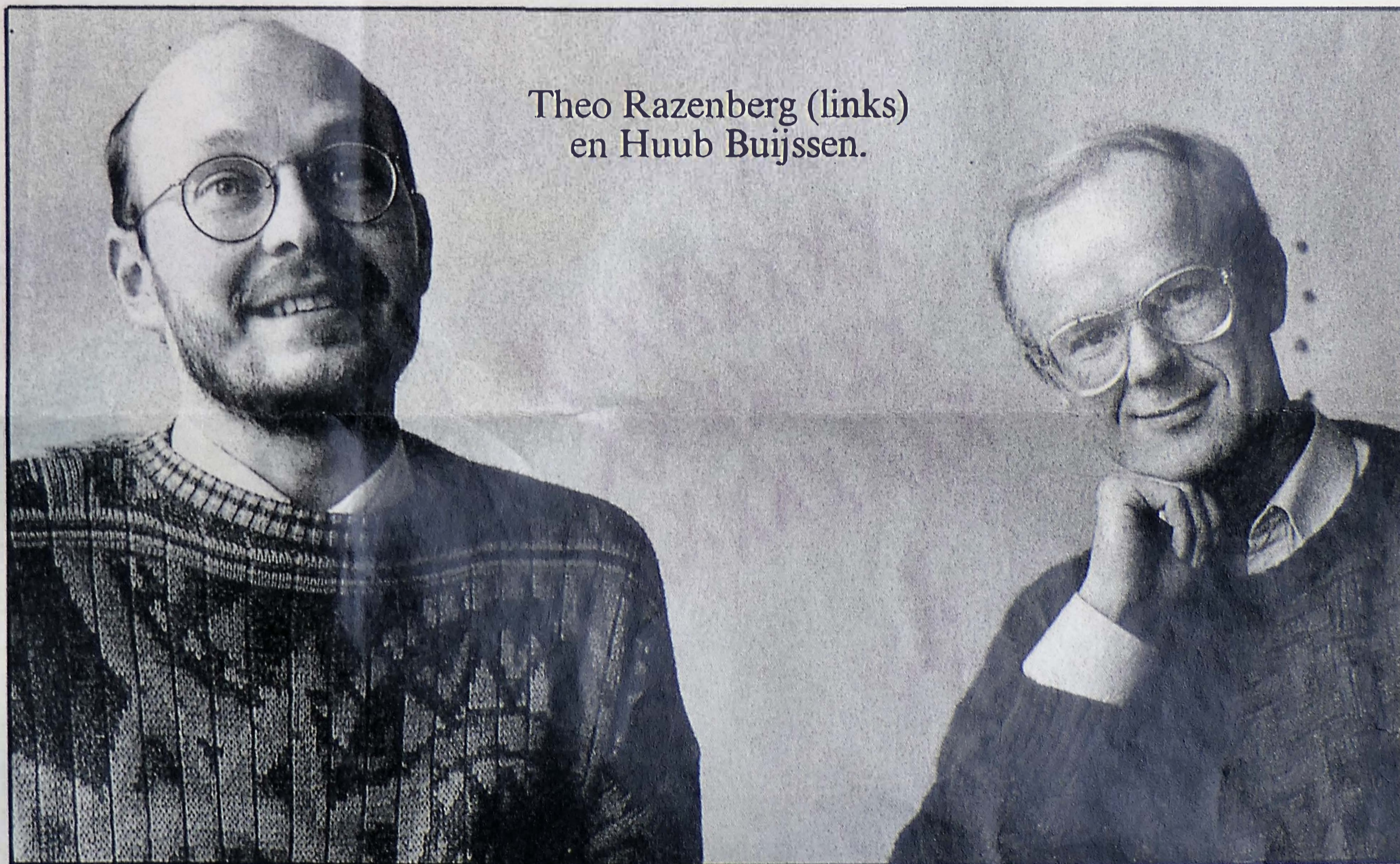
Veel mensen denken dat dement worden ongeveer hetzelfde is als gek worden," zegt Theo Razenberg. „Dat is een misverstand. Bijna alle problemen waar dementerenden mee kampen zijn te verklaren als geheugenproblemen. Aanpassingsproblemen en vreemd gedrag, dat heeft allemaal te maken met ernstige vergeetachtigheid”.

Huub Buijssen: „Voor familieleden is dementie vaak een groot mysterie. Ze kunnen er geen vat op krijgen omdat het moeilijk is enige logica in het gedrag van de dementerenden te ontdekken. Het wordt echter minder mysterieus als je iets begrijpt van de manier waarop mensen onthouden en vergeten, en hoe dementie dat verstoort.”

Theo Razenberg werkt als arts in een verpleegtehuis voor dementerende ouderen. Samen met de psycholoog Huub Buijssen schreef hij het boek *Dementie. Een praktische handreiking voor de omgang met dementerende ouderen*. (Uitgeverij Boom, tweede druk al). In dit boek leggen ze op een zeer toegankelijke manier uit hoe dementie zich ontwikkelt, welke effecten het kan hebben op de dementerende en hoe de omgeving daar het best op kan inspelen.

Huub Buijssen: „Veel van die praktische boeken vergeten de ziekte uit te leggen. Volgens ons kun je niet volstaan met een soort receptenboek vol oplossingen voor probleemsituaties, want iedere dementerende is namelijk anders, het gaat om individuen. Wij denken dat je meer hebt aan het *begrijpen* van de ziekte, aan *inzicht*.”

Ons geheugen bestaat – grofweg – uit twee onderdelen. In het korte termijn geheugen houden we de dingen die we horen, zien en ruiken zo'n dertig seconden vast. Belangrijke zaken slaan we op in het lange termijn geheugen, dat je kunt beschouwen als een soort bibliotheek, waar de boeken met ons levensverslag worden opgeslagen. Die bibliotheek breidt zich voortdurend uit, elke



Theo Razenberg (links)
en Huub Buijssen.

en 80ste jaar opsloeg, vervolgens wat hij tussen zijn 70ste en 60ste jaar opsloeg, enzovoort. Plank voor plank raakt leeg in de bibliotheek, jaar na jaar verdwijnt voorgoed. Als alles wat ooit aan-geleerd is, is verdwenen, verdwijnt zelfs het spreken. Het geheugen van een demente is zo te vergelijken met een geheel leeggehaalde bibliotheek.

In Nederland lijden ongeveer 300.000 mensen aan een vorm van dementie. „Het is een *ziekte*”, zo benadrukt Huub Buijssen, „dat betekent dat lang niet alle ouderen dement worden. We mogen dementie niet verwarren met de alledaagse vergeetachtigheid van ouderen. Je hoeft je pas zorgen te maken als je ondanks dat je je erg inspant, dingen vergeet die belangrijk zijn voor het leven van alledag. Dus niet als je in een supermarkt opeens niet meer weet voor welke boodschap je komt. Wel als je drie keer op een dag met dezelfde boodschap thuiskomt.” Over de oorzaken van dementie is weinig bekend. Erfelijkheid speelt waarschijnlijk slechts een heel kleine rol.

Theo Razenberg: „Een geluk bij een ongeluk is dat een dementerende alles snel vergeet, dus ook zijn verdriet. Bovendien maken dementen ook geluksmomenten mee, als ze zich heel prettig voelen, ze houden er alleen geen herinnering aan over. Familieleden hebben dan ook ongelijk als ze zeggen: we komen niet meer op bezoek want vader heeft er toch niks aan. Vader heeft er *wel* wat aan, hij onthoudt alleen niets.”

Huub Buijssen: „In feite is de beginperiode van dementie het ergst, als de dementerende nog merkt dat hij vergeet, en dat vaak ook verborgen probeert te houden. Er ontstaan dan ruzies met familieleden die denken: hij moet meer z'n best doen om dingen te onthouden.”

Theo Razenberg: „Natuurlijk is dementie een zware ziekte, die ook heel veel van de familie vergt. Maar wat wij in ons boek laten zien is dat de omgang met een dementerende niet per se een *drama* hoeft te worden. Wie iets begrijpt van dementie zal het niet meer griezelig vinden met dementen om te gaan.”