

Ik krijg minstens één keer per week iemand op het spreekuur die vergeetachtig is en bang is dement te worden, of die bijvoorbeeld een vader of moeder had die dement was. Laatst heb ik een stukje gelezen over een nieuwe ontwikkeling bij dementie, dat prikkelde mijn gedachten over dit onderwerp en dat was eigenlijk de reden om eens uit te wijden over wat dementie nu eigenlijk is.

Dementie is niet één ziekte namelijk, het is eigenlijk een verzameling van ziektebeelden die in de volksmond dementie heet.

Slimme dokters spreken van het dementieel syndroom, een syndroom is namelijk een verzameling van symptomen (klachten en verschijnselen) die onder een noemer worden geplaatst. Eigenlijk is het een verhullende manier van zeggen; het zou een vorm van dementie kunnen zijn, maar zeker weet ik het niet...

Waar herken je het dementieel syndroom aan?

Iedereen denkt nu gelijk aan vergeetachtigheid, maar dat is maar ten dele waar. Het belangrijkste kenmerk van dementie is het gebrek aan initiatief. Dat moet ik misschien beter uitleggen; kijk maar eens om je heen bij mensen in verzorgingshuizen, je hebt er die aan het biljarten, kaarten en aan het naaien zijn. Maar je hebt er ook die in het naaikransje zitten met het naaiwerkje in de hand, de zuster heeft ze er namelijk naar toe gerold en het werkje in de hand gestopt. Maar ze doen er niets uit zich zelf mee. En deze mensen zijn dement.

Daarom kan ik dus met een gerust hart zeggen dat niemand die uit zich zelf naar de praktijk komt om te praten over vergeetachtigheid dement is, tenzij er een familielid mee is gekomen, dan is het waarschijnlijker van wel. Vergeetachtigheid is ook wel een kenmerk van het dementieelsyndroom, maar niet van iedere vorm van dementie.

Weg kwijt raken

Alle andere symptomen zoals de weg kwijt raken, besef van de tijd en soms het herkennen van personen verliezen zijn secundaire of bijkomende kenmerken. Wij dokters hebben daar weer mooie termen voor zoals desoriëntatie in tijd/plaats en persoon, of bijvoorbeeld apraxie; het verlies van de behendigheid bij normale verrichtingen en decorum verlies; het verlies van het besef van wat gepast en normaal is in de gegeven omstandigheid.

Daar was overigens het optreden van Juliana waarbij ze als niet katholiek een hostie nam een mooi voorbeeld, voor die tijd had ik het ook al eens gemerkt toen ze Bernhard, overigens volkomen terecht, op de televisie belachelijk zat te maken.

Dat is dus decorum verlies, ze had waarschijnlijk al nooit veel op met Duitsers, maar om dan je eigen man op de tv af te kammen was wat minder gepast.

O ja en dementerende mensen zijn soms ook emotioneler, dat kan depressief zijn of verdrietig maar ook bijvoorbeeld ongepast vrolijk.

Welke vormen van dementie bestaan er;

-De meest bekende vorm van dementie is de ziekte van Alzheimer, de diagnose Alzheimer wordt uiteindelijk in meer dan 50% van de gevallen gesteld. In Nederland zijn er 250.000 mensen met de ziekte van Alzheimer,de oorzaak is verregaand onduidelijk en er wordt uitgebreid over gespeculeerd. We weten dat er een zeker familiair voorkomen is, maar ook wordt gedacht aan de relatie met bepaalde voedingsmiddelen. De geheugenstoornissen bij dit beeld zijn met name van het inprentingstype;



je kunt iemand alles 5 keer vertellen, na verloop van tijd is hij of zij alles weer kwijt omdat het inprenten in het geheugen niet werkt. Zaken van veel vroeger zijn wel goed oproepbaar en daardoor leven mensen een beetje in het verleden, als je ze iets vraagt zullen ze om het antwoord heen draaien (confabuleren).

Alzheimer

Ook opmerkelijk is dat een aantal mensen met de ziekte van Alzheimer erg onrustig zijn, en dat met name in het begin van het ontwikkelen van het ziektebeeld .Daar kom ik later op terug. Hoe stel je de diagnose Alzheimer? Dat is een lastige, bij leven kan je de diagnose niet stellen omdat je slechts na het overlijden de afwijkingen in de hersenen kunt aantonen. De diagnose Alzheimer wordt dus gesteld par exclusionem; bij uitsluiting van andere ziektebeelden.

Dat is precies de reden waarom bij de verdenking dementie (dementieel syndroom) specialistisch onderzoek nodig is, je moet namelijk andere ziektebeel-

den die een vergelijkbaar beeld veroorzaken uit sluiten en dat kan je als huisarts niet zelf.

De op één na meest voorkomende vorm van dementie is die van het vasculaire type, vroeger multi-infarct dementie genoemd. En daar zijn we weer bij een aantal eerdere onderwerpen beland. Want wat veroorzaakt vasculaire dementie; beschadiging van de vaten in onder andere de hersenen en waar komt dat door? Roken, hoge bloeddruk, suikerziekte, hoog cholesterol enz. Dus was je vader dement en rookte hij?

staan de geheugenstoornissen op de voorgrond , de inprenting lijkt in eerste instantie intact (vgl Alzheimer) maar er blijkt bij doorvragen geen besef van het recente verleden te bestaan en ook geen ziekte besef (waar Mensen met Alzheimer dat in het begin nog wel hebben). De ziekte van Korsakov wordt eigenlijk veroorzaakt door een tekort aan vitamine B1 en omdat deze vitamine voorkomt in graan producten komt deze vorm van dementie minder voor bij jenever drinkers. Bij de ziekte van Parkinson kan ook een dementieel syndroom ontstaan. Dementie door een te traag werkende schildklier, door een tekort aan vitamine B12 of door bijvoorbeeld uitdroging. Geen simpele koek dus!

Krant

En dan u nog wat over dat stukje in de krant; Er is gebleken uit onderzoek dat mensen met Alzheimer en bewegingsdrang langer overleven dan die zonder bewegingsdrang. En om dat uit te zoeken hebben de onderzoekers twee groepen gemaakt, en groep die continu tot bewegen werd aangezet en een groep die ten gevolge van het verlies aan initiatief en stimulatie gewoon in de stoel bleef zitten. Na verloop van tijd bleek dat zowel op het nivo van geheugen functies als uiteindelijk op de overleving, de mensen die bewegen beter af zijn.

Is er dus nu een remedie?

Nee die is er niet, maar bewegen ,en heel belangrijk sociale interactie dus het onder de mensen zijn ,vertraagt wel de ontwikkeling van het ziekte beeld. Kan je je geheugen trainen? Als je niet dement bent wel, en als je wel dement bent kan het je niet schelen, dus dan niet. Er zijn toch medicijnen? Ja er zijn twee typen van medicijnen die allebei in een onderzoek (met muizen) een bescheiden effect hebben aange-toond, en dan nog alleen op de snelheid van verergering van het ziektebeeld.

Tips

Als we er van uitgaan dat 25% van de tachtigjarigen een vorm van dementie heeft en dat zeker 25% daarvan een vasculaire dementie heeft betekent dit dat de belangrijkste actie die je nu kunt ondernemen ten einde niet dement te worden is; Stop met roken en zorg dat de bloeddruk, het cholesterol en het suiker goed zijn . En omdat dat weer door overgewicht wordt beïnvloed; let op je gewicht!

Ik heb trouwens mijn site vernieuwd, u kunt hier alle eerdere artikelen vinden.

Jaco Beeker
www.drbeeker.nl

Korsakov

Naast deze vormen bestaan er nog veel meer vormen van dementie; De ziekte van Korsakov veroorzaakt door overmatig alcohol gebruik, hier