

Bestuur Alzheimer DWO

Bert van der Lende, Voorzitter

Ada van Bergen, Vicevoorzitter en
portefeuille: Belangenbehartiging

Riet Geerling, Secretaris

Dick Brouwer, Penningmeester

Arthur de Groot,
Portefeuille: Belangenbehartiging

Joska van den Beukel,
portefeuille: Alzheimer Cafés

Jacques van den Berg,
portefeuille: PR en Communicatie

Marjon van Holst,
portefeuille: Voorlichting

Ondersteuning vanuit Alzheimer
Nederland: **JoAn Reinhoudt**

Coördinator bezoekdienst Delft en
Westland: **Kristien Litjens**

Beheerder website Alzheimer Afdeling
DWO: **Jan Reichgelt**

Van Bleyswijkstraat 91
2613 RR Delft
Tel.: 06 – 30 59 46 95
delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl

website: <https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/delft-westland-oostland>

Agenda Alzheimer Cafés 2018

12 februari 2018 Delft

- Bewegen en dementie

14 februari 2018 Lansingerland

- Hoe wordt de diagnose dementie gesteld?

19 februari 2018 Westland

- Juridische zaken bij dementie

12 maart 2018 Delft

- Vormen van dementie

14 maart 2018 Lansingerland

- Muziekavond

19 maart 2018 Westland

- Intimiteit en dementie

9 april 2018 Delft

- Na de diagnose

11 april 2018 Lansingerland

- Boekbespreking “Dan wappert mijn hart naar je toe”

16 april 2018 Westland

- Het gebruik van domotica bij dementie

9 mei 2018 Lansingerland

- Zinnvolle dagbesteding voor de mens met dementie

14 mei 2018 Delft

- Wanneer verhuizing naar het verpleeghuis in zicht is.

14 mei 2018 Westland

- Logopedie bij dementie

11 juni 2018 Delft

- Nog in te vullen: wens van de bezoekers.

13 juni 2018 Lansingerland

- Omgaan met veranderend gedrag

18 juni 2018 Westland

- Muziek en dementie

12 september Lansingerland

- Je staat er niet alleen voor

10 oktober 2018 Lansingerland

- Belangenbehartiging en dementie

14 november 2018 Lansingerland

- Dementie en zingeving



Bewegen en dementie

Bewegen is voor iedereen belangrijk.

Wat maakt bewegen voor mensen met dementie extra belangrijk?

Deskundige: een psychomotore therapeute, vertelt hier meer over



Maandag 12 februari 2018

Alzheimercafé Delft

Hampshire Hotel Centre Delft
Koepoortplaats 3, 2612 RR Delft

Achter het hotel is voldoende parkeerruimte aanwezig.

Voor meer informatie:
Alzheimer Nederland, afdeling Delft-Westland-Oostland
Van Bleyswijkstraat 91, 2613 RR Delft
Telefoon: 015 – 76 00 230
www.alzheimer-nederland.nl/dwo
delft-westland-oostland@alzheimer-nederland.nl

Aanmelden is
niet nodig.
Inloop vanaf
19.00 uur.
Programma
begint om
19.30 uur en
eindigt om
21.00 uur.

Het Alzheimercafé is een trefpunt voor mensen met dementie en hun naaste omgeving.

café



alzheimer
café

Hoe wordt de diagnose dementie gesteld?

Iedereen vergeet weleens iets, maar wat als dit vaker terugkomt? Bij wie kan je terecht als je een vermoeden hebt? Waarom is het belangrijk om tot een goede en vroegtijdige diagnose te komen? Een specialist van de geheugenpoli zal hier vanavond alles over vertellen.

Zoals bij iedere café avond is er een informatie stand van Alzheimer Nederland waar u met al uw vragen terecht kunt.

www.alzheimer-nederland.nl

.....

Woensdag 14 februari 2018

Alzheimercafé Lansingerland

De Stander

Wilhelminastraat 1a, Bergschenhoek

Voor meer informatie:
Linda Jukema - Mantelzorg adviseur
Welzijn Lansingerland
Tel: 010-5225545

Aanmelden is niet nodig.
Inloop vanaf 19.00 uur.
Programma begint om 19.30 uur en eindigt om 21.00 uur.

Het Alzheimercafé is een trefpunt voor mensen met dementie en hun naaste omgeving.

Nieuwsbrief

van Alzheimer Nederland, Afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland

Westlands Museum.

Als ik die middag bij Teun* binnenstap zie ik een halfleeg flesje bier op de salontafel staan. Het is nog vroeg in de middag, maar Teun had zeker dorst.

'Zo Teun, nu al aan het bier?'

Hij kijkt van het flesje naar mij. 'Wil je er ook één?'

'Nou, nee, daar vind ik het te vroeg voor', zeg ik.

Hij haalt zijn schouders op. 'Ik had een droge strot en een biertje gaat er dan wel in.'

Dan zie ik op de eettafel een bordje staan met twee boterhammen erop. Netjes in cellofaan met een briefje erbij: 'Lunch om 1 uur!'

'Hé Teun,' zeg ik, 'hier staat je lunch nog, klaargezet door de verzorging. Die ben je vergeten zeker?'

Zonder blikken of blozen zegt hij: 'Ik heb al een paar andere boterhammen op. Dit is voor morgen.'

Omdat ik weet dat hij niet teveel drinkt, laat ik het maar zo, maar ik heb het gevoel dat Teun zijn boterhammen graag inwisselt voor een Hertog Jan.

We maken een uitstapje naar het Westlands Museum en hij loopt daar met een brede glimlach tussen de tuingereedschappen. Ik vraag hem alles over het werken in de tuin en graag geeft hij daar antwoord op. Hij herinnert zich nog veel en op de jeugdzolder daag ik hem uit voor een potje memorie.

Op een lichtbak zijn 30 plaatjes verstopt en door een tik erop verschijnt er een bloemkool, een bakfiets of een lorrie. De kunst is om twee gelijke plaatjes te vinden.

Kinderen zijn daar meestal goed in en ik ben benieuwd wat Teun er nog van maakt.

Misschien vindt hij het helemaal niet leuk.

Maar ik maak me zorgen om niets want hij begint enthousiast op de plaatjes te tikken en

als hij twee gelijke heeft glimlacht hij van oor tot oor. Laat Teun maar schuiven...

Buiten gekomen lopen we te genieten van het zachte najaarsweer en Teun wijst me op de bloemkolen, prei, rode bieten en ander gewas. Af en toe staat hij met zijn hoofd te schudden. 'Moet je nou eens kijken hoe het er bijstaat.'

We gaan daarna wat drinken in de hal van het museum. Als we aan tafel zitten kan Teun niet nalaten commentaar te geven aan de vrijwilligster die de koffie voor ons neerzet.

'Je moet het blad over de bloemkool doen hoor,' zegt hij, 'anders worden ze bruin. En die krotten kunnen er wel uit. Die staan bijna te verrotten. En heb je die conferences gezien? Allemaal vogelvraat.' Hij zucht er van: 'Nou, veel opbrengen zal dat niet meer!'

De dame van de catering lacht maar wat en ik geef haar een knipoog. Ze kijkt Teun eens aan, ziet een aardige oude man die het tuinen nog niet verleerd is en geeft als commentaar: 'Ach mijnheer, het is hier een museum moet u maar denken. Dat mag wel een beetje verpieteren. Maar ik zal het doorgeven hoor.' Teun knikt. 'Als je het maar weet.'

We fietsen naderhand naar huis en als ik afscheid neem vraagt Teun of ik nog een pilsje lust.

'Nou nee, dankjewel,' zeg ik, 'het is me nu te laat.'

Ik zie hem denken - *wat een rare snuiter* - maar hij zegt niets. Bij de deur bedankt hij me voor het uitstapje. 'We hebben ons weer goed vermaakt en volgende week zien we wel weer.'

Zo is het Teun.

* Niet zijn echte naam.

J.M.

Nieuwsbrief

van Alzheimer Nederland, Afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland

‘Je moet genieten van dementie’

‘Iedereen is bang voor dementie, voor de ziekte zelf, voor het krijgen van demente ouders. Maar ik heb nooit meer van de aanwezigheid van mijn moeder kunnen genieten dan nu, nu ze dementie heeft. Ze laat me een nieuwe wereld zien die een combinatie is van de wereld van nu en die van het verleden.’ Aldus Kader Abdolah.

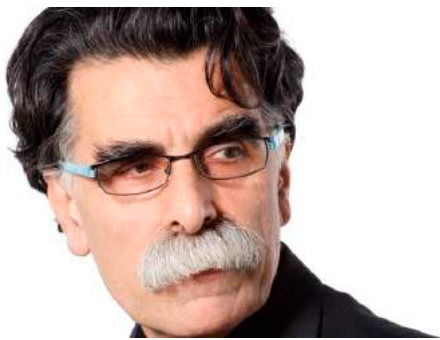


Foto: Yvette Wolterinck

Kader Abdolah is in 1954 geboren in Iran. In 1985 moest hij vluchten uit zijn vaderland en een paar jaar later belandde hij in Nederland. Hier is hij inmiddels een succesvol auteur. Zijn boeken werden vertaald en hij reisde de wereld over. Maar naar één land kon hij nooit meer terug: zijn vaderland. En dat terwijl zijn moeder intussen in de winter van haar leven belandde. ‘Ik was bezig met een nieuwe roman toen ik gebeld werd door mijn zus. Ze gaf aan dat als ik mijn moeder nog wilde zien, er nu nog tijd zou zijn. Als ik te lang zou wachten, zou ze me misschien niet meer herkennen.’

De fictieve wereld van dementie

Omdat Abdolah niet terug kon naar zijn vaderland en het voor zijn moeder niet meer haalbaar was naar Nederland te komen, spraken ze af elkaar te ontmoeten in Dubai. ‘Ik dacht, ik ga mijn moeder ontmoeten en heb dan meteen een soort vakantie. Maar zonder dat ik er goed op voorbereid was, werd ik getroffen door een moeder die ik niet meer kende. Zodra ze me zag, herkende ze me, maar ze begreep niet waar ze was. Ze zei dingen als “Amsterdam heeft toch niet van die hoge gebouwen? Wanneer hebben die Hollanders dat gebouwd?” Mijn zus probeerde mijn moeder te helpen door haar telkens te corrigeren. Ik heb haar gewaarschuwd dat niet te doen en het gewoon te laten gebeuren. Ik leerde hier een waardevolle les. Doordat ik mijn moeder liet doen wat ze wilde, nam ze mij, als haar vertrouwde zoon, mee naar een fictieve wereld die ik niet kende, de wereld van dementie.’

Wees niet bang

Nu zijn eigen moeder is getroffen door dementie, is de auteur zich in het thema gaan verdiepen. Wat hem vooral opvalt, is het verschil waarop de westerse en de oosterse wereld met dementie omgaan. 'Dementie kun je zien als het proces van oud worden. Wanneer je leven begint, kom je uit het niets. Wanneer je leven eindigt, ga je daar weer naar terug. In het westen wordt het als een drama of een probleem gezien als iemand dementie heeft. Ik wil mensen er bewust van maken dat dementie iets is waar je ook van kunt genieten. Natuurlijk is het laatste stadium soms verschrikkelijk, mensen kunnen in een hele nare situatie terecht komen. Maar zelfs dan moet je het niet beschouwen als een last of als ellende. Probeer je manier van kijken te veranderen. Dementie kan ouderen juist helpen om dingen te vergeten en de aftakeling van hun lichaam en leven gemakkelijker te ondergaan. Dit is de puurste, mooiste manier van de natuur om de pijn van ouderdom te verminderen. Je moet er niet bang voor zijn en er bewust naar kijken. En geniet er ook van als het één van je ouders overkomt, het is je moeder of je vader en je hebt hem of haar nog even.'

Vergeet de familie niet

Een ander verschil tussen de westerse en oosterse samenleving, is de rol die de familie invult. Waar het in de oosterse wereld gebruikelijk is dat een ouder met dementie bij familie gaat wonen, is het in de westerse samenleving gebruikelijker dat een oudere naar een zorginstelling verhuist. Abdolah: 'Het is van belang dat hulpverleners die betrokken zijn bij mensen met dementie de familie niet vergeten. De familie moet eigenlijk altijd aanwezig zijn in het proces. Niet als bange mensen die op bezoek komen, maar als mensen die echt méédoen aan het proces. Wees je als hulpverlener bewust van de familie en vraag ze bewust aanwezig te zijn. Het is niet het proces van de oudere en de hulpverlener, het is een proces van hen allemaal. Als ze niet schrikken, met plezier komen eten en tijd met de demente oudere doorbrengen, is dat de beste hulp voor degene met dementie, voor de familie én voor de hulpverlener. In de oosterse wereld wordt dat gedaan. Daar is eigenlijk alleen de familie aanwezig. Met liefde en warmte. Dat ontbreekt soms in de Nederlandse samenleving.'



Kader Abdolah schreef een boek over de laatste ontmoeting met zijn moeder. [Hier](#) is meer informatie over het boek te vinden.

Nieuwsbrief

van Alzheimer Nederland, Afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland

deVerdieping
Trouw

Binnen 5 jaar is het eerste werkzame alzheimermiddel een feit

Dementie is de enige van de tien dodelijkste aandoeningen waarvoor nog geen enkele hoop op genezing bestaat. Er is zelfs geen middel dat de ziekte vertraagt. Terwijl de langzame geestelijke aftakeling een groot schrikbeeld is voor veel ouderen en het aantal patiënten nog steeds stijgt. De roep om een alzheimerpil was nog nooit zo urgent.

Marga van Zundert 20 januari 2018, 15:37

De roep om een alzheimerpil was nog nooit zo urgent

Toch lijkt die pil ver weg. Deze maand meldde het grootste farmaceutische bedrijf ter wereld, Pfizer, de eigen onderzoeksafdeling op te doeken. Na 'continue teleurstellingen' richt het bedrijf een fonds op dat nieuwe ideeën gaat ondersteunen. Pfizer is niet de enige met slecht nieuws. Ondanks vaak mooie resultaten met muizen, sneuvelen de afgelopen jaren meer dan vierhonderd mogelijke alzheimermiddelen. Een groot deel daarvan richtte zich op plaques in het brein, klonters van het eiwit bèta-amyloïde (kortweg: amyloïd), op voorlopers ervan of enzymen die betrokken zijn bij het ontstaan ervan.

Plaques zijn al ruim honderd jaar hét kenmerk van de ziekte van Alzheimer. Maar nog altijd is onduidelijk waarom het ophopende amyloïd het brein verwoest. Zeker een kwart van de ouderen heeft plaques zonder geheugenproblemen. Ondanks dat succes uitblijft, vindt een groeiend deel van de wetenschappers dat er verder gezocht moet worden, aan de hand van (soms) nieuwe, alternatieve ideeën. Want die zijn er.

De grootste risicofactor? Leeftijd!

Verouderingsprofessor Jan Hoeijmakers (Erasmus MC, Rotterdam) roept het al jaren: alzheimer is gewoon een ouderdomsziekte. "Kijk naar de grootste risicofactor: dat is leeftijd. Zelfs bij erfelijke vormen duurt het veertig, vijftig jaar voordat de eerste symptomen zich openbaren."

En veroudering, stelt Hoeijmakers, is het gevolg van DNA-schade. In onze genen hopen zich in de loop der jaren allerlei beschadigingen op door zonlicht, voeding, fijnstof en andere invloeden van buiten. Maar ook spontaan laten er dagelijks al zo'n 10.000 letters van het DNA van een cel los.

Het lichaam heeft enzymen die ijverig beschadigingen repareren. Maar die laten soms een steekje vallen. En bij te veel of onherstelbare beschadigingen gaat het mis: er ontstaan permanente fouten. Zo ontstaat kanker, ook een ziekte waarop het risico toeneemt met de leeftijd. Maar dus ook een hersenaandoening zoals alzheimer, denkt Hoeijmakers. "De plaques en andere eiwitophopingen zijn een gevolg. Ze wegnemen lost het onderliggende probleem niet op."

Binnen de lijntjes

We zien dat dieetrestrictie veroudering in de hersenen vertraagt

De Rotterdamse hoogleraar ziet vooral heil in preventie. "Als we het begin van dementie vijf jaar zouden kunnen uitstellen, verdwijnt de aandoening al grotendeels. Dan overlijden mensen aan andere ziekten." Hij ontdekte dat weinig eten het lichaam in een soort overlevingsstand zet. Er gaat minder energie naar groei, maar meer naar onderhoud, bescherming en afweer. De reparatie-enzymen draaien overuren en dat betaalt zich uit in extra levensjaren. "We zien dat dieetrestrictie veroudering in de hersenen vertraagt. Muizen die door een erfelijk defect snel verouderen leven door het dieet gemiddeld driemaal langer, maar schade in de hersenen is tot twintig maal kleiner."

Hoeijmakers is ervan overtuigd dat minder én gezond eten beschermt tegen veroudering, en vooral tegen dementie. Dat stuitte op grote scepsis in het veld. Maar onlangs kreeg hij geld voor verdere studies. "We beginnen heel voorzichtig. We kijken bijvoorbeeld of kinderen die door erfelijke aanleg snel verouderen en ook dementeren, baat hebben bij minder eten." Minder betekent overigens nog altijd 70 procent van wat iemand normaal eet. Omdat dit voor veel mensen weinig aantrekkelijk klinkt, zoekt Hoeijmakers ook naar andere stoffen die eenzelfde effect hebben.

Als dementie inderdaad een ouderdomsziekte is, helpt alles wat het lichaam jong houdt: niet roken, niet zonnebaden, gezond eten, veel bewegen en je bloeddruk en suikerspiegel binnen de lijntjes houden. Dat is ook gebleken uit langlopende onderzoeken onder ouderen. Hoeijmakers' collega Arfan Ikram concludeerde bijvoorbeeld dat het aantal nieuwe gevallen van dementie al jaren afneemt door steeds betere zorg.

Elke tien jaar daalt het aantal nieuwe gevallen met maar liefst 20 procent. Een commissie van experts concludeerde deze zomer in vakblad The Lancet dat een derde van alle gevallen van dementie zo voorkomen kan worden.

Chronische ontstekingsreactie

Niet de plaques zelf zijn het grootste probleem bij alzheimer, maar de chronische ontstekingsreactie die ze uitlokken

Niet de plaques zelf zijn het grootste probleem bij alzheimer, maar de chronische ontstekingsreactie die ze uitlokken, is een andere visie in het alzheimeronderzoek. Dat zou verklaren waarom niet iedereen met plaques dement is of wordt: je kunt ook plaques hebben zonder ontsteking. Het verklaart ook dat mensen met reuma minder kans hebben op dementie. Zij slikken ontstekingsremmers, die mogelijk beschermend werken.

"Het is een hypothese", benadrukt hoogleraar Gliobiologie Elly Hol van het Hersencentrum van UMC Utrecht. Met een centrale rol voor de gliacellen, de cellen in het brein die de zenuwcellen voeden en ondersteunen. De plaques zijn in deze theorie nog steeds de grote aanstichter. Of beter gezegd: de amyloïd oligomeren. Het lijkt erop dat deze kleine brokjes amyloïd, een voorstadium van de plaques, de afweerreactie uitlokken. Hol: "Mogelijk omdat ze in vorm lijken op eiwitten die op de buitenkant van bacteriën zitten."

De microglia, de immuuncellen in het brein, starten de afweerreactie. Ze produceren allerlei ontstekingsfactoren en proberen het amyloïd op te ruimen. Maar ook een ander type gliacel, de astrocyt, raakt betrokken. "Normaal gesproken ondersteunen deze cellen de communicatie tussen verschillende zenuwcellen. Ze zitten in de synapsen, de contactpunten tussen zenuwcellen", vertelt Hol. Het idee is dat de astrocyten zo druk zijn met de ontstekingsreactie dat ze niet meer toe komen aan hun eigenlijke werk. Het gevolg is dat zenuwcellen niet goed meer communiceren. Het zou de nog altijd onopgehelderde link tussen plaques en geheugenproblemen zijn.

Er is nog heel veel onduidelijk over de rol en de afweerreactie van de gliacellen, zegt Hol. "Zenuwcellen kunnen we bestuderen omdat ze stroompulsen geven. Maar er zijn pas sinds kort technieken om ook de ondersteunende cellen te onderzoeken."

Van muis naar mens

Bovendien hebben mensen veel complexere en grotere gliacellen dan muizen. Onze intelligentie schuilt er wellicht voor een belangrijk deel in. Labmuizen die menselijke astrocyten kregen, bleken plots een stuk slimmer.

Hol: "De vertaalslag van muis naar mens in het onderzoek is dus belangrijk. Wij werken veel met een soort minihersenen. We laten menselijke zenuwcellen en gliacellen in het laboratorium uitgroeien tot een organoïd, een soort miniorgaan. De cellen zijn afkomstig van mensen die hun lichaam na hun dood beschikbaar stellen voor onderzoek."

Blijkt alzheimer inderdaad een ontstekingsreactie, dan is de weg naar specifieke geneesmiddelen nog lang

Blijkt alzheimer inderdaad een ontstekingsreactie, dan is de weg naar specifieke geneesmiddelen nog lang. Er zijn al wel ontstekingsremmers getest bij patiënten. Die hielpen tot nu toe niet, misschien omdat het kwaad al was geschied. Farmaceutische bedrijven zijn geïnteresseerd, ze speuren naar middelen die de ontstekingsreactie van gliacellen onderdrukken. Mogelijk kunnen die de ziekte vertragen.

Alzheimer een infectieziekte?

Twee jaar geleden deden 31 getergde wetenschappers een oproep aan collega's, bedrijven en overheden in hét vakblad op dit gebied, het Journal of [Alzheimer's Disease](#): 'Negeer niet langer de aanwijzingen dat alzheimer veroorzaakt kan worden door een infectie, maar onderzoek het!'

De medische wereld, vinden de onderzoekers, negeert al jaren een belangrijke vondst. In de plaques van patiënten die zijn overleden aan verschillende vormen van dementie, zijn virussen, bacteriën en ook schimmels ontdekt. Het herpesvirus, bekend van de koortslip, is

vaak aanwezig, maar ook bacteriën als chlamydia en Borrelia. De laatste is de beruchte veroorzaker van de ziekte van Lyme.

Een infectie als oorzaak van alzheimer zou verklaren waarom een van de eerste symptomen een verminderd reukvermogen is. De reukzenuw boven in de neus is namelijk de meest directe route richting hersenen voor micro-organismen.

Vaccin tegen dementie?

De ziekteverwekkers zouden decennialang sluimerend aanwezig kunnen zijn in de hersenen, onderdrukt door het immuunsysteem. Maar met het stijgen der leeftijd vermindert de afweer. De beestjes ontwaken, waarna de hersenen een eigen antibioticum in de strijd gooien: amyloïd. Sinds 2010 is duidelijk dat dat eiwit de groei van micro-organismen in het brein remt. De plaques zijn in deze theorie geen oorzaak, maar gevolg.

Deze 'pathogentheorie' is omstreden. Critici wijzen er fijntjes op dat ook in de hersenen van niet-demente ouderen virussen en bacteriën zijn aangetroffen. En wat vertelt een infectie in de hersenen van iemand die is overleden? Daar gaat uiteindelijk van alles mis.

Maar Harvardonderzoeker Rudolph Tanzi heeft de handschoen opgepakt. Hij bepaalt in zo veel mogelijk hersenen van overledenen welke micro-organismen aanwezig zijn en hoeveel: het Brain Microbiome Project. Het moet uitwijzen of dementiepatiënten inderdaad meer, of meer van bepaalde, ziekteverwekkers in hun hersenen dragen. Want stel dat er waarheid in schuilt, dan zou dementie de wereld uit kunnen zijn met een of meer vaccins.

Neurobiologe Ruth Itzhaki (Oxford University) is een van de initiatiefnemers van de oproep. Zij wil al jaren een studie met virusremmers doen bij mensen met beginnende dementie. "Na 413 mislukte middelen tegen bèta-amyloïde lijkt het me tijd om antimicrobiële therapie eens een kans te geven." Itzhaki heeft de afgelopen vijftien jaar verscheidene onderzoeksvoorstellen ingediend, maar tot nu toe is er nog geen toegekend.

Ooit wordt het medicijn gevonden

Een geneesmiddel ontwikkelen en de werking aantonen, kost gewoonweg veel tijd en geld

Dat het alzheimeronderzoek tot nu toe nog geen enkele werkzame pil heeft opgeleverd, betekent nog niet dat er in de verkeerde hoek wordt gezocht, vindt neuroloog Philip Scheltens, directeur van het VUmc Alzheimercentrum. Een geneesmiddel ontwikkelen en de werking aantonen, kost gewoonweg veel tijd en geld. Zeker bij een hersenziekte die zich langzaam openbaart.

"De Amerikaanse president Richard Nixon startte de 'war on cancer' in 1971. De strijd tegen alzheimer begon pas in 1994 toen Ronald Reagan bekendmaakte dat hij leed aan de ziekte. Bovendien kunnen we pas sinds 2004 de ontwikkeling van de ziekte goed detecteren en volgen met hersenscans."

Binnen vijf jaar

Scheltens ziet, zoals veel alzheimeronderzoekers, amyloïdvorming en alle reacties van de hersenen daarop als centrale boosdoener. Bij relatief jonge mensen met erfelijke aanleg kom

je alzheimer in de meest pure vorm tegen, denkt hij. Die vorm biedt aanknopingspunten voor geneesmiddelenontwikkeling. Ouderen met dementie hebben vaak een complexe combinatie van hersenaandoeningen.

Scheltens denkt dat we binnen vijf jaar echt het eerste werkzame alzheimermiddel kunnen noteren, en dat zal zich richten tegen plaques

Scheltens stelt dat er wel degelijk successen te melden zijn met middelen tegen plaques. Zo is er het antilichaam aducanumab, ontwikkeld door de firma Biogen. Dat verminderde in een eerste studie bij beginnende patiënten zichtbaar de plaques en remde ook de achteruitgang in geestelijk vermogen. Een onderzoek dat de grootte van het effect moet tonen, loopt nu. Ook blijkt een vaccin van kleine stukjes amyloïd veilig. Eerder was al aangetoond dat een amyloïd-vaccin kan leiden tot plaqueloze hersenen, maar dat vaccin leidde soms tot een gevaarlijke hersenontsteking.

Wellicht was er meer resultaat geboekt als er meer onderzoek was gedaan bij beginnende patiënten of mensen met een hoog risico op alzheimer, denkt Scheltens. "Als de schade eenmaal is aangericht, ben je te laat, leren de resultaten vooral."

Hij denkt dat we binnen vijf jaar echt het eerste werkzame alzheimermiddel kunnen noteren, en dat zal zich richten tegen plaques. Al zal dat wellicht maar een begin zijn, en ligt de oplossing in een combinatie van middelen waarmee bijvoorbeeld ook de ontstekingsreactie wordt onderdrukt.

Nieuwsbrief

van Alzheimer Nederland, Afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland

Voor een toekomst zonder dementie!

Tijdens de prinswisseling op 11 november 2017 werden het Stadsprinspaar Stadsprins Arco de 1^o Stadsprinses Caroline de 1^o Kabbelaars de 42^o en het bestuur der DCV verrast door de overhandiging van Alzheimersocks voor onder de smoking.

Deze verrassing was op initiatief van en gesponsord door DCV bestuurslid Johan Veldman en voormalig Olijkersprins Patrick Vrijmoed met ondersteuning van Alzheimer Nederland. Het idee voor deze ludieke actie is ontstaan doordat beiden in hun privé omgeving met de ziekte Alzheimer te maken hebben en zij graag op een positieve manier de ondersteuning van onderzoek ten behoeve van deze ziekte onder de aandacht willen brengen.

Dit initiatief is zeer welkom ontvangen door de stichting DCV en men was het er al snel over eens dat dit niet bij deze ene actie moest blijven. Zo zal het voltallige bestuur der DCV, aangevoerd door het Stadsprinspaar, Stadsprins Arco de 1^o Stadsprinses Caroline de 1^o Kabbelaars de 42^o in de komende maanden vrijwilligerswerk gaan doen ten behoeve van alzheimerpatiënten in verpleeghuizen van Zorginstelling Pieter van Foreest.

Op dit moment wordt in overleg met hen gekeken naar de mogelijkheden. Met dit initiatief willen wij laten zien dat carnaval ook een sociale functie heeft en wij zouden het geweldig vinden als het Kabbelgat massaal Alzheimersocks (www.alzheimersocks.nl) of "vergeet me niet"-speldjes/hangertjes (www.alzheimer-nederland.nl) gaat dragen! Ook is het altijd mogelijk je als vrijwilliger aan te melden bij Pieter van Foreest (www.pietervanforeest.nl).

Wij wensen alle Kabbelaars een mooi en sociaal carnavall

Johan Veldman & Patrick Vrijmoed



Stichting DCV steunt Alzheimer Nederland met ludieke actie.



Bovenstaand stuk lezen wij in de Kabbelkrant.

Uiteraard zijn wij DCV daar zeer dankbaar voor en ondersteunen dit uiteraard van harte, wij hopen dat er vele vrijwilligers zich aanmelden bij Pieter van Foreest.

Ook bij Alzheimer DWO kunt u zich aanmelden als vrijwilliger.

Dit kan voor

Alzheimer café's, Delft – Westland – Oostland.

Bezoekdienst.

Voorlichting.

Collectant

Bel of mail ons en wij nemen heel graag contact met u op.

06 – 30 56 46 95

Nieuwsbrief

van Alzheimer Nederland, Afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland

De laatste jaren van oma Pasgeld (3)

Dementerende ouders. Wat gaat er in ze om? Zullen we dat ooit weten? Misschien maken we het wel erger dan het is. Want tijdens die dementie zijn er toch ook momenten om te koesteren.

Het is eind maart 2001. De zon schijnt. We kunnen er eindelijk weer eens uit. De hele winter hadden mijn moeder en ik voor wat beweging arm in arm door de gangen van het verpleeghuis geschuifeld. Maar nu kunnen we het Zuiderpark in. Ik verpak haar in jas, das, muts en handschoenen en hijs haar in de rolstoel.

Gedurende die hele operatie staan haar ogen groot en vol vragende verwachting. Ze laat zich de diverse handelingen gewillig welgevallen. Zelfs het erin en weer eruit wurmen van twee vingers in één vingerruimte van haar handschoen. Dat is nogal opmerkelijk. Want meestal reageert ze obstinaat op ook maar de geringste afwijking van de gebruikelijke gang van zaken. En dan slaat ze iedereen die het horen wil, maar vooral ook iedereen die het liever niet wil horen om de oren met luide, onverstaanbare protesten. Maar nu dus niet. Want we gaan voor het eerst sinds maanden weer eens naar buiten.

Onbedaarlijk gelach

In de lift ziet ze zichzelf en mij in een grote spiegel die daar is aangebracht. En of ze ons nou herkent of niet, ze barst uit in een onbedaarlijk gelach dat duurt van de zesde verdieping tot de begane grond en verstomt pas als we de Loevesteinlaan oversteken naar het Zuiderpark.

Verbeeld ik me, dat haar vreugde voortvloeit uit de naderende lente? Natuurlijk verbeeld ik

me dat. Natuurlijk zet ik mijn eigen genoegens over de eerste lentezon om in een vreugde voor haar. En tijdens de wandeling blijf ik me verbeelden dat ze blij wordt van de schorre kreten van de reigers die hoog in de bomen hun nesten alweer aan het renoveren zijn. Ik zou beter moeten weten. Oma Pasgeld wandelt in een hemel vol sterren, ongeacht waar ze zich bevindt en meent dat alle voorbijgangers die ons onderweg vriendelijk groeten kennissen of familieleden uit het verre verleden zijn.

Toch heb ik het gevoel, dat de lente door de beschermende, harde lak van haar dementie heen dringt. Want zie ik daar een glimlach als ik me over haar heenbuig om haar scheefgezakte muts weer goed op haar hoofd te zetten?

Drukke in het Zuiderpark

Vanaf die dag duw ik haar iedere week in haar rolstoel langs de weelderige botanie waar het Zuiderpark zo vol van is. En dan staan we in de Kruidentuin stil bij het hoog opgeschoten citroenkruid, de kamille, de dille en de wilde marjolein. Of we genieten even van de voetballende jongeren of de moeders die hun kinderwagens al skatend voor zich uitduwen.

Dat gaat maandenlang steeds hetzelfde. Tot onze aandacht op een dag wordt getrokken door een drukte die in het park doorgaans ver te zoeken is. Jongeren, maar ook veel ouderen, spoeden zich, vaak gehuld in eigenaardige uitdossingen in de richting van de grote grasvelden. Het heeft wel iets van het einde der tijden waarin men zich rept naar de grote, definitieve Uitverkiezing.

Maar ineens dringt het tot me door. Parkpop! Van alle kanten stroomt men toe. De muziek is nog niet begonnen. Ik hoor tenminste nog geen muziek. Oma Pasgeld ook niet. Maar die had ook geen muziek gehoord als het al wel

was begonnen. Het is met die rolstoel trouwens wat lastig manoeuvreren tussen alle bezoekers die zich alvast op het gras hebben neergevlijd in afwachting van de dingen die gaan komen. Soms dreigen we met rolstoel en al vast te geraken. Veel bemoediging put ik dan uit de kreten die rondom ons opklinken. Zoals: 'Keep on rollin', makker'.

'Koningin'

Waar oma Pasgeld tijdens het gebruikelijke, wekelijks ritje in de rolstoel nog wel eens onderuit wil zakken of zelfs wel eens een uiltje knapt, is dat thans geenszins het geval. Fier rechtop knikt ze de festivalgangers links en rechts minzaam toe. Ik kan niet aan de indruk ontkomen dat ze denkt dat ze de koningin is. En dat al die mensen speciaal voor háár gekomen zijn. Af en toe wuift ze zelfs naar deze of gene. Waarbij ze een lichte voorkeur aan de dag lijkt te leggen voor dikke Hells Angels.

Bungeejump

Op de eerste klanken van Anouk verlaten we het terrein. We worstelen ons met een heliumballon aan de rolstoel (hoe is die daar nu terecht gekomen?) moeizaam een weg tegen de stroom bezoekers in. Met enige overredingskracht weet ik oma ervan te weerhouden een bungeejump te ondernemen en voor we het weten bevinden we ons weer tussen de tijm en de wilde marjolein.

Daar dringt het pas goed tot me door. Hoe wonderbaarlijk manifesteert zich de menselijke klonterzucht. 400.000 personen zitten hutje mutje in een park naast elkaar naar muziek te luisteren. En in datzelfde park lopen wij, nog geen vijfhonderd meter verderop in alle rust (nee, deze keer dus niet in alle stilte) vrijwel alleen door de Kruidentuin.

Toetje

Weer terug in het verpleeghuis is er bij de lunch ijs, bij wijze van toetje. Een verpleegster rijdt de ijscoupes op een wagentje naar binnen en roept: 'Hallo, schatten! Wie wil er ijs? Niet allemaal tegelijk!'

Maar zelfs de combinatie van de door de openstaande ramen duidelijk te horen Parkpompmuziek en de portie overheerlijk ijs,

kan niet verhinderen dat alle aanwezige, demente bejaarden somber voor zich uit blijven staren.

Mevrouw Violet

De week daarop zet ik de rolstoel klaar teneinde aan te vangen met alweer een wandeling door het Zuiderpark. Voor ik het kan verhinderen, ploft mevrouw Violet daar in.

'Zo', zegt ze geaffecteerd. 'Ik verkeer in de vaste veronderstelling dat ik thans aan de beurt ben. Want mevrouw Pasgeld mag altijd. En ik nooit.'

Daar zit wat in. Ik kijk oma ernstig aan om te bevroeden wat ze ervan zou vinden als ik deze keer eens een rondje Zuiderpark met mevrouw Violet zou doen.

Diep in haar ogen (of verbeeld ik me dat nu alweer) stuit ik op weerstand en een vleugje paniek. Misschien wel een restje besef van het onomstotelijke feit dat haar aanwezigheid er nog wel degelijk toe doet. En dat ze rechten kan ontlenen aan dat besef. Zoals ze vroeger, toen ik nog klein was, er altijd op stond dat ik afdroogde als zij de afwas deed.

Dus til ik een verbolgen mevrouw Violet weer uit de rolstoel en zet oma Pasgeld er voor in de plaats.



Nieuwsbrief

van Alzheimer Nederland, Afdeling DWO - Delft - Westland - Oostland

HANDIGE APPS

Er zijn handige apps beschikbaar die kunnen helpen bij het zorgen, of bij het inplannen van wat tijd voor uzelf.



MiessAgenda

In de app MiessAgenda kunt u zorgtaken samen met uw familie en vrienden in een online agenda organiseren.

www.miessagenda.nl



Fello

Fello is ook een gezamenlijke agenda app. Hij wordt aangeboden door het Zilveren Kruis. Met Fello stemmen families af wie, wat, wanneer doet. Fello is er als gratis app, maar ook als website.

www.getfello.com



Sensara

HomeCare van Sensara is voor alleenwonende ouderen in eigen- of seniorenwoning. Het systeem registreert en analyseert continue de dagelijkse bewegingen in huis. Mantelzorgers krijgen via een makkelijke app inzicht in hoe het echt gaat met hun dierbaren, waar zij ook zijn.

[Sensara brochure](#)



Dementia App

Dementia-App helpt bij het ontzorgen van mensen met dementie en hun directe omgeving. Het contact via de app bevordert bovendien de sociale betrokkenheid en draagt bij aan de kwaliteit van leven.

www.dementia-app.nl



LiveSafe Finder-app

De LiveSafe Finder-app is bij uitstek geschikt om de veiligheid voor gezinnen of mensen die alleen werken, mantelzorgers en hulpverleners te waarborgen. U kunt hierop de locatie zien van degene(n) die een [LiveSafe-app](#) gebruikt of een alarmapparaat heeft.



Whatsapp groep

Met een aantal mensen (familieleden, mantelzorgers) kan een Whatsapp groep worden opgestart, waarbinnen informatie direct worden gedeeld. Bijvoorbeeld verslagen van doktersbezoek, wie de zorgvrager dit weekend gaat helpen of wanneer iemand op bezoek gaat.

Whatsapp kan door iedereen met een smartphone worden gedownload. Iedereen kan een groep aanmaken.



Before you leave

De gratis app 'Before you leave' maakt het makkelijker om waardevolle herinneringen vast te leggen. U kunt oude herinneringen ophalen en nieuwe maken, maar ook vastleggen. Dat is zo waardevol. De antwoorden kunt u samen opslaan op de manier die bij jullie past. Of bij het moment. Zo ontstaat een mooie verzameling van herinneringen in een persoonlijke tijdlijn. Meer informatie vindt u [hier](#), of kijk in de App Store (iPhone) of Play Store (Android).

Alzheimer Cafés

Het Alzheimer Café is een maandelijks bijeenkomst voor mensen met dementie, hun naasten en belangstellenden.

Elke maand kunnen bezoekers in alle openheid met elkaar praten over een leven met dementie onder leiding van een deskundige gespreksleider. De bijeenkomsten starten meestal met een inleiding door een deskundige of de vertoning van een film, waarna de bezoekers ideeën, informatie en ervaringen kunnen uitwisselen. Bère Miessen, de grondlegger van het Alzheimer Café, en Alzheimer Nederland zijn samen merkhouders van het Alzheimer Café. De Alzheimer Cafés bij u in de buurt zijn:

Alzheimer Café Delft

Locatie: Hampshire Hotel-Centre Delft
Koepoortplaats 3
2612 RR Delft

Elke tweede maandag van de maand, behalve juli en augustus.

Inloop vanaf 19.00 uur, programma 19.30 – 21.00 uur.
Info: 015 – 76 00 230
b.g.g. 015 – 257 13 87

Alzheimer Café Westland

Locatie: Hof van Heden
Dijkweg 20
2671 GB Naaldwijk

Elke derde maandag van de maand, behalve juli en augustus.

Inloop vanaf 19.00 uur, programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 06 – 29 88 12 74

Alzheimer Café Lansingerland

Locatie: Gebouw “De Stander”
Wilhelminastraat 1a
2661 ET Bergschenhoek

Elke tweede woensdag van de maand, behalve juli en augustus.

Inloop vanaf 19.00 uur, Programma 19.30 – 21.00 uur.

Info: 010 – 522 55 45

<https://www.alzheimer-nederland.nl/regios/delft-westland-oostland>