

■ Is de ziekte van Alzheimer erfelijk?

In een klein aantal families waarin de ziekte van Alzheimer op jonge leeftijd voorkomt, heeft men een afwijking in het erfelijk materiaal gevonden die voor het ontstaan van de ziekte verantwoordelijk is. Ook bij dementie op hogere leeftijd lijkt een erfelijke factor soms een rol te spelen. Welke rol en hoe zwaar deze is, is momenteel zeer onduidelijk en vraagt nog veel onderzoek. In het algemeen is de kans op het krijgen van de ziekte van Alzheimer iets groter wanneer een van de ouders aan deze ziekte heeft geleden.

■ Is de ziekte van Alzheimer hetzelfde als 'aderverkalking'?

Nee. De afwijkingen in de hersenen bij de ziekte van Alzheimer bestaan uit ophopingen (de zgn. plaques) van een bepaald eiwit tussen de hersencellen en eiwitkluwen (tangles) in de hersencellen. Wel zijn er steeds meer aanwijzingen dat bloedvatproblemen in de hersenen het risico op de ziekte van Alzheimer vergroten.

Slechte doorbloeding van de hersenen - bijvoorbeeld door vernauwing van de bloedvaten in de hersenen - kan in elk geval tot vasculaire dementie leiden. Er zijn verschillen tussen deze dementie en de ziekte van Alzheimer. Zo staan bij vasculaire dementie de geheugenproblemen in de regel minder op de voorgrond en is het beloop minder geleidelijk maar eerder sprongsgewijs.

■ Merkt iemand zelf dat hij dementeert?

Ja, tenminste aanvankelijk wel. Iemand die lijdt aan de ziekte van Alzheimer weet in het begin misschien niet wat er precies aan de hand is, maar beseft wel dat er iets heel erg mis gaat. Hij verliest geleidelijk aan de greep op de wereld. Later in het ziekteproces lijkt het ziektebesef verloren te gaan. Bij vasculaire dementie heeft de patiënt in de regel veel langer weet van zijn achteruitgang. Dit besef, en soms ook de angst 'net zo te worden als oma', brengt veel onzekerheid, angst, verdriet en opstandigheid met zich mee.

Eerste hulp bij dementie

U kunt dag en nacht bellen met de Alzheimer telefoon. Jaarlijks bellen duizenden mensen naar **030 - 656 75 11**. De vrijwillige medewerkers die u te woord staan weten vaak uit eigen ervaring wat het betekent om voor een partner of ouder met dementie te zorgen.

Of surf naar www.alzheimer-nederland.nl, waar u in het discussieforum en de chatroom uw ervaringen kunt delen met lotgenoten. U vindt er informatie over de diverse vormen van dementie, een agenda van Alzheimer Cafés, thema-avonden en lotgenotenbijeenkomsten in uw regio. U kunt er informatiemateriaal downloaden of bestellen.

Alzheimer Nederland heeft een tijdschrift met allerhande informatie over dementie, de zorg voor dementerenden en het werk van de stichting.

In de serie 'Informatief' wordt de problematiek rond dementie kort en duidelijk uiteengezet en brochures verschaffen u meer uitgebreide en diepgaande informatie. Daarnaast kunt u bij Alzheimer Nederland video's op het gebied van dementie kopen of huren.

■ Alzheimer Nederland

De Stichting Alzheimer Nederland werkt aan een betere kwaliteit van leven voor patiënten en hun familie. Dit doen wij door voorlichting over dementie, directe ondersteuning, collectieve belangenbehartiging, scholing van vrijwilligers en hulpverleners en bijzondere projecten. Alzheimer Nederland subsidieert wetenschappelijk onderzoek op het gebied van dementie. Onderzoek naar preventie, betere diagnostiek, mogelijke behandeling en manieren van goede zorg.

Meer dan veertig afdelingen zijn in Nederland actief. Het landelijk bureau staat in Bunnik. Ruim duizend vrijwilligers zetten zich in voor Alzheimer Nederland.

Uw hulp is nodig

U steunt het werk van Alzheimer Nederland met een gift op giro 2502 ten name van Alzheimer Nederland in Bunnik.



De Stichting Alzheimer Nederland is afhankelijk van bijdragen door donateurs en beschikt over het Keurmerk van het CBF voor verantwoorde fondsenwerving en besteding.

U herkent ons aan het logo met het boompje.



Stichting Alzheimer Nederland
Postbus 183
3980 CD Bunnik
T 030 - 659 69 00
F 030 - 659 69 01
info@alzheimer-nederland.nl
www.alzheimer-nederland.nl



Folder

De meest gestelde vragen over dementie



- Ik heb de folder gelezen en ik wil graag...
- donateur van Alzheimer Nederland worden. Mijn jaarlijkse bijdrage wordt € _____ (Bij donaties van € 25,- of meer ontvangt u het Alzheimer tijdschrift). Ik wacht met betalen tot ik uw acceptgiro heb ontvangen.
 - contact met de afdeling in mijn regio.
 - meehelpen met de collecte van Alzheimer Nederland.

Naam en voorletters m v fam

Adres _____

Postcode _____

Telefoon _____ Mobiel _____

E-mail _____

Datum _____

Handtekening _____

Alzheimer Nederland
Antwoordnummer 2080
3970 VD Bunnik



Over dementie bestaan nog altijd veel misverstanden. Als een ouder iemand iets vergeet, denken mensen vaak aan het begin van dementie. Regelmatig spreekt men ook over 'gewone ouderdomsdementie'. Dementie is echter niet gewoon; het is een ziekte.

De volgende vragen krijgt Alzheimer Nederland vaak:

■ Wat is dementie?

Dementie is een ziektebeeld dat zich kenmerkt door een geleidelijke achteruitgang van het geestelijk functioneren. Het begint meestal met geheugenverlies. In een later stadium worden dagelijkse handelingen en praten moeilijker en raakt het besef van tijd gestoord. Gedrag en karakter kunnen ook veranderen. We spreken van dementie als de problemen samen zo ernstig zijn dat ze het functioneren in het dagelijks leven belemmeren.

■ Ik ben zo vergeetachtig; word ik nu dement?

Dementie verschilt duidelijk van normale vergeetachtigheid of verstrooidheid. Bij dementie bestaan de geheugenproblemen vooral uit het vergeten van dingen die kort geleden zijn gebeurd of gezegd. Niet alleen de details worden vergeten, maar ook de grote lijnen of zelfs de hele gebeurtenis. Ook gezonde mensen kunnen geheugenklachten hebben, maar deze kunnen vaak worden verklaard door iets anders. Bijvoorbeeld een depressieve stemming, bepaalde medicijnen, spanningen of gebrek aan concentratie. Er moeten meer problemen tegelijk aanwezig zijn om te kunnen spreken van dementie.

■ Wat is het verschil tussen de ziekte van Alzheimer en dementie?

Dementie kan door diverse aandoeningen worden veroorzaakt. Vergelijk het met een hoestbui: die kan ook heel verschillende oorzaken hebben. Bij 60 tot 70% van de mensen met dementie is de ziekte van

Alzheimer oorzaak van de verschijnselen. Bij ongeveer 15% zijn de verschijnselen het gevolg van stoornissen in de doorbloeding van de hersenen. Dit heet vasculaire dementie. Zo zijn er nog tal van andere mogelijke oorzaken.

■ Wat is 'ouderdomsdementie'?

Deze term werd vaak gebruikt voor de ziekte van Alzheimer of vasculaire dementie. Dementie hoort echter niet automatisch bij het ouder worden. Wel is het zo dat de kans op dementie toeneemt met de leeftijd. Bij de 65-69 jarigen komt dementie voor bij ongeveer 1,5%; bij de groep mensen vanaf 80 jaar loopt dit percentage op naar boven de twintig. Bij een kleine groep patiënten treden de verschijnselen van dementie voor het zestigste levensjaar op; bij deze jong dementerenden gebruikt men wel de term 'preseniele dementie'.

■ Hoeveel mensen in Nederland lijden aan dementie?

Naar schatting zijn er in Nederland 190.000 mensen bij wie de diagnose dementie is gesteld. Daarnaast zijn er ruim 60.000 mensen die dementerend maar bij wie de diagnose nog niet is vastgesteld. Van de mensen boven de 60 jaar lijdt zes procent aan dementie. Zo'n 12.000 dementiepatiënten zijn jonger dan zestig. Al met al gaat het om een grote groep mensen die wordt getroffen. Tegelijkertijd is het zo dat het overgrote deel van de mensen gelukkig nooit zal dementerend.

■ Hoe wordt dementie vastgesteld?

Als de huisarts verschijnselen constateert die wijzen op dementie, zal hij de oorzaak proberen te achterhalen. Een gestoorde hormoonhuishouding, vitaminetekort, een hersentumor of verkeerd gebruik van medicijnen, maar ook een depressie kunnen overeenkomstige klachten opleveren. Daarnaast stelt hij enkele eenvoudige vragen om de werking van verschillende onderdelen van het geheugen te beoordelen.

Als de verschijnselen blijvend en na verloop van enige tijd ernstiger zijn, bevestigt dit het vermoeden van dementie. Vaak zal de huisarts verwijzen naar een specialist, die vast kan stellen om welke vorm van dementie het gaat.

■ Kun je de ziekte van Alzheimer voorkomen?

Op dit moment is nog niet genoeg bekend over de oorzaak van de ziekte van Alzheimer en andere typen dementie om het ontstaan ervan tegen te gaan. Kruiswoordpuzzels oplossen, in beweging blijven of meer vitamines eten helpt in elk geval niet de ziekte te voorkomen. Wel kunnen dit soort activiteiten bijdragen aan het gevoel van welbevinden en een actief leven, iets wat ook belangrijk is.

Vasculaire dementie wordt veroorzaakt door een slechte conditie van hart en bloedvaten, dus gevarieerd en niet te vet eten, matig zijn met alcohol, niet roken en regelmatig bewegen kunnen helpen die aandoening te voorkomen.

■ Kan de ziekte van Alzheimer genezen?

Ondanks veel onderzoek is er nog geen echt geneesmiddel. Inmiddels zijn er enkele medicijnen ontwikkeld die bij sommige patiënten de voortgang van het ziekteproces tijdelijk vertragen. Voor de nabije toekomst mogen we echter niet verwachten dat er een behandeling gevonden wordt die de ziekte van Alzheimer of andere vormen van dementie kan voorkomen, stoppen of zelfs genezen.

■ Is de ziekte van Alzheimer dodelijk?

De ziekte van Alzheimer leidt meestal zelf niet tot de dood, maar wel de complicaties als gevolg van slikstoornissen en een verminderde weerstand. Door te weinig drinken filteren de nieren de afvalstoffen onvoldoende uit het bloed. Verminderde weerstand en verslikken leiden uiteindelijk vaak tot een longontsteking met meestal de dood tot gevolg.