

DEMENTIE THUIS

*Mantelzorger voor het
blo^g/k gezet*

Riet van 't Log
(Rietepietz)

© 2025 Riet van 't Log / Uitgeverij U2pi

Titel: Dementie thuis

Auteur: Riet van 't Log

Uitgeverij U2pi BV, Den Haag, www.uitgeverij2pi.nl

Druk: Jouvboekdrukkerij.nl

ISBN: 978 94 9343 7005

NUR: 895/320

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van de uitgever.

Geen enkel deel van dit boek mag worden gebruikt voor het trainen van kunstmatige intelligentie.

Voorwoord

Van koninklijk tot knettergek alledaagse gebeurtenissen door de ogen van een half-digibeet Zo noemde ik in 2005 mijn weblog. Onder de naam *Rietepietz* schreef ik online over wat me zoal bezighield. Al snel had ik een aantal leuke volgers en kwam er steeds meer interactie met m'n lezers door de reacties.

Mijn leven krijgt in 2016 een andere dimensie wanneer mijn man de diagnose dementie krijgt.

Tot de dood ons scheidt, hadden we elkaar beloofd op onze trouwdag... en mijn streven is hem thuis, in zijn vertrouwde leventje te houden, daar ga ik voor!

Tot aan zijn dood op 20 juni 2020 schreef ik regelmatig over zaken waar ik tegenaan liep. Bijvoorbeeld, dat de overheid de dementiepatiënt graag zo lang mogelijk thuis ziet, maar het zorgbeleid vaak richting opname in een tehuis stuurt.

Naast het openbare weblog hield ik een tweede site bij, "Over appels en peren" alleen voor onze kinderen. Daar stond de rauwe werkelijkheid te lezen. Met dit boek wil ik mijn ervaringen over de zorg voor mijn dementerende man graag delen.

Met heel veel dank aan;

Mijn blogachterban. In dit boek is helaas geen plaats voor hun warme, meelevende reacties, wie wil er immers een boek van 3642 pagina's?

Het was zeker níét mogelijk geweest zonder de nooit aflatende

ondersteunende hulp van mijn kinderen en kleinkinderen.
De plaatsvervangende dagopvang van ons samen in de drukkerij waar Henk het werkzame deel van zijn doorbracht.
En de mannen van zijn biljartclubje die het niet erg vonden af en toe last van hem te hebben.
Laat duidelijk zijn dat al deze mensen van groot belang voor mij geweest zijn en ik wens een ieder die met een dementerende partner te maken krijgt zo'n geweldige achterban toe.

Rietepietz
Rijswijk 2025

6 februari 2017

Best lastig

Ze piekert zich suf, heeft ze te lang gewacht om het onderwerp aan te snijden in een logje en is het daarom nu zo lastig?

Zelfs de heel oplettende lezer zal immers nauwelijks gemerkt hebben dat er toch wat minder gegiebel van het echtpaar in de logjes doorklinkt.

Sinds dochter Inge vroeg: “gaat het wel goed met papa?”, valt niet meer te ontkennen dat het in de hersenpan van haar man steeds meer een puinhoop wordt en hij grapjes steeds minder vaak begrijpt.

Ze kan er aardig mee omgaan, dat gelukkig wel. En ze heeft haar extra site *over appels en peren* die privé staat om alles van zich af te schrijven, maar ook om de kinderen, vooral de in Amerika wonende zoon Ruud, op de hoogte te houden. De drie volwassen kinderen van Inge – Jennifer, Maikel en Anne-marie – kunnen meelesen, maar de zoon van Ruud, Sebastian, is nog te jong.

Heel belangrijk is het om te zorgen dat zij allemaal precies weten wat er speelt om haar, waar mogelijk, te kunnen helpen. Haar man zelf heeft het allemaal niet zo heel erg door, ze kan door goed opletten vaak voorkomen dat hij dingen fout doet. Alleen dat z'n spraak zo moeizaam gaat, baart hem zorgen.

Dat maakt ook dat gesprekken lastig worden en dus kijkt hij liefst tv, ook al kan hij dat niet altijd meer helemaal volgen. Zij is dan altijd druk doende met haar laptop, ze haalt ‘de gewone

wereld binnen' op haar blog. Dat heeft ze ook broodnodig om niet weg te zakken in het leed dat dementie heet.

Natuurlijk is het niet van vandaag of gisteren, maar ze was erop voorbereid en is er langzaam ingegroeid om 24/7 alert te zijn. Niet dat het ook 24/7 paniek is hoor, o nee hoor, verre van dat.

Al die gezellige dingen waar ze over schrijft zijn ook allemaal waar, alleen beschrijft ze niet alles of spreekt een gewekte indruk niet tegen. Zo werken ze inderdaad nog regelmatig samen, ze hebben een humane baas die het mogelijk maakt zijn bedrijf als een soort dagbesteding te gebruiken. Ze heeft dat weleens grappend gezegd op haar site. Het is een geweldige afleiding waar ze allebei blij van worden. Hoewel hij niet zoveel tempo meer heeft, is wat hij doet serieus werk dat voldoening geeft.

Je vraagt je af, waar zeurt het mens dan over? Nou kijk, ze vraagt zich af: moet ik daar nou over gaan schrijven? Ze heeft een onwijs leuke lezersgroep, allemaal even betrokken mensen die haar maar wat graag een hart onder de riem zullen willen steken als ze er even doorheen zit.

En daar zit nou juist het dilemma.

Zij heeft het gewoon broodnodig dat ze via haar blog in het gewone leven mee kan draaien. Ze kan niet zo goed uit de voeten met medeleven en nog minder met ophemelen. Uiteindelijk doet ze gewoon niet meer dan ze 56 jaar geleden beloofd heeft: ze zorgt naar beste kunnen voor hem.

Maar ze wil ook geen lezers voor het hoofd stoten door helemaal nergens over te schrijven. Haar man is in de elf jaar dat ze blogt een wezenlijk onderdeel van haar site geworden, ondanks dat hij nooit één letter geschreven heeft. Als ze nu belooft dat ze er voortaan af en toe iets over schrijft, blijven jullie haar dan in het gewone leven trekken?

08 feb 2017

Zo lief

Wat heb ik toch een geweldige en lieve lezers. En ja, ik zat hier toch regelmatig met die dikke strot die ik eigenlijk helemaal niet kan gebruiken. Toch heeft het me ook erg goed gedaan. Ik heb nog even geen ‘lollig logje’ bij de hand, want het was alles bij elkaar toch een heftig dagje dat voor mij misschien het laatste restje acceptatie afdwong.

Ik denk dat ik vanaf nu ‘af en toe’ in de categorie ‘persoonlijk’ een geschikt stukje kopieer van de privé site. Ik schrijf daar sinds september 2016 op. Gelukkig is het daar niet altijd kommer en kwel en sla ik ook weleens de plank mis. Want waar begint dementie? We vergissen ons immers allemaal wel eens in een lade, doen gedachteloos wel eens iets stoms en kunnen er wel eens niet opkomen! Ik weet nog wel dat er bij ons vijftigjarig huwelijksfeest (en dat is al zes jaar geleden) al wat extra aandacht nodig was voor hem, maar dat viel voor een buitenstaander nog niet op.

(van de privésite)

Een van de weinige boodschapjes die hij nog alleen kan doen in het dorp is de bakker. Scharrelen met geld sluipt er wel steeds meer in. Z'n laatste nieuwe portemonnee (al meer dan een jaar oud) ligt hem niet zo goed en er is blijkbaar de angst niet goed te weten wat hij moet betalen. Dat de verkoopster precies weet wat hij moet hebben, maakt het makkelijk want vaak kan hij onder druk ineens niet zeggen wat hij wil zeggen. Ja, hij weet precies dat een halfje sesam volkoren 1 euro 25 is, maar tegenwoordig gooit hij alle kleingeld op het blad met de Japanse theekopjes. Voordat hij dan naar de bakker gaat pakt hij daar kleingeld vanaf omdat hij het liefst gepast geld meeneemt. Meestal kom ik dan even meekijken zodat hij niets hoeft te vragen en genoeg in z'n portemonnee heeft.

Dat deed ik vanmorgen niet, hij verdween met een tasje en de mededeling: "Ik ga even naar de bakker." Na tien minuten zie ik zijn portemonnee op tafel liggen. De schrik slaat me om het hart en in gedachte zie ik hem bij de bakker radeloos staan zoeken naar z'n portemonnee. Van de schrik zal hij natuurlijk niet uit z'n woorden kunnen komen en de paniek zal maken dat boodschappen doen voortaan verleden tijd is.

Ik gris zijn portemonnee van tafel en pak de fiets om als de bliksem naar de bakker te fietsen, maar net als ik de stoep af wil rijden, zie ik hem opgewekt de straat in komen. Met een tasje met brood erin, zo te zien.

Op zijn vraag waar ik naar toe moet zeg ik: "Je was je portemonnee vergeten en die wilde ik komen brengen." Van de schrik is m'n stem in de stress-stand gesprongen maar oké, dat

is maar even.

Zich van geen kwaad bewust (hij deed natuurlijk ook niets verkeerd) grabbelt hij uit zijn broekzak wat kleingeld bij elkaar en zegt: "Ja, dat weet ik, ik had een briefje van vijf in m'n zak gestopt." Hij grijnst een beetje ondeugend, alsof hij het een geslaagde mop vindt.

En ja, misschien is het dat ook wel, nu mijn hart weer rustig verder tikt.

G.O.E.D. bezig

Het blijft toch lastig om stukjes van de privésite te kiezen. Ik zoek dingen die ook voor anderen nut kunnen hebben. Vroeg of laat krijgen we er immers allemaal mee te maken, hetzij met ouders, hetzij met een partner.

16 februari 2017

G.O.E.D.

De beste tip die ik de laatste tijd gelezen heb over dementie is slechts één woord.

Dementie = GOED. Ik heb er veel aan en het staat voor:

- Geruststellen
- Oogcontact maken
- Even meedenken
- Dankjewel

Geruststellen is inderdaad heel belangrijk. Ik doe niet anders bij alles dat fout gaat of dreigt te gaan. Als hij halverwege z'n zin de rest kwijt is, weet ik altijd wel een voorbeeld van iets waar ik ook maar niet op kon komen. Iets fout opbergen overkomt mij natuurlijk ook regelmatig, als dat van pas komt.

Geduld is trouwens een goede tweede bij de **G**, want alles gaat steeds trager, maar toch is het belangrijk niet alles uit z'n handen te halen. Inderdaad, voor ongeduldige mensen als ik is dat dus best tegennatuurlijk. Waar ik ongemerkt een beetje kan 'mee regelen', doe ik dat natuurlijk, dat voorkomt vaak foutjes.

Oogcontact maken, voor mij is dat meer nog dan voor ieder ander belangrijk door z'n doofheid. Als er geen oogcontact is, heeft hij vaak niet door dat ik tegen hem praat, denkt dat het de tv is of dat ik het tegen de kat heb. Zelfs als er wel oogcontact is, lijkt het vaak of ik Swahili spreek en het duurt soms best lang eer hij begrijpt wat ik zeg. Soms komt hij pas later terug op iets wat ik zei en lijkt het dan pas begrepen te hebben.

Even meedenken werkt echt goed, daardoor kun je voorkomen dat er dingen fout gaan. Zo kun je makkelijk zorgen dat kleding die hij aan moet bovenop ligt, dan kan hij die wel zelf pakken (als je tenminste weet dat hij altijd het bovenste pakt). Het kalendertje kun je regelmatig nakijken om te zien of de juiste datum voorstaat, hetzelfde met de radiogids.

En zo zijn er veel dingen die kunnen voorkomen dat hij in de war raakt.

Ook er vooral niet te veel aandacht aan besteden als het wel fout gaat of als je moet herhalen. Ik snap wel dat iemand agres-

sief kan worden als er alleen maar dingen fout gaan zonder dat je zelf weet waarom.

Dankjewel, ja natuurlijk, ook heel vaak dankjewel bij alle gelegenheden die zich ervoor lenen. Hij glundert als ik blij ben dat hij het ontbijt weer heeft gemaakt. Stiekem steek ik steeds vaker een handje toe en sta ik daarbij tegenwoordig – evenals bij het koken 's avonds – ‘voor de gezelligheid’ ook in de keuken. Het is nog steeds zijn taak en daarom verdient hij dat bedankje want ik doe eigenlijk niets (nou ja niets).

Complimentjes zijn echt een zegen dus ik ben er kwistig mee.

Vandaag weer goed meegedacht, het wandelen gaat steeds moeizamer, soms is een half uur aan een stuk al te lang. Een extra zitpauze brengt een oplossing en meestal zijn er bankjes genoeg op de plaatsen waar we wandelen.

Zo zijn we toch een hele tijd van huis, temeer omdat we meestal met de auto ergens heen rijden om te wandelen. Kortom, GOED bezig toch?

Bijpraten

Bijna vijf maanden geleden hield dit me bezig...

Wat het moeilijkst in zo'n situatie is, zal voor iedereen verschillend zijn.

Waar ik op dit moment mee worstel, is het feit dat ik weet dat hij niet meer alleen zou kunnen functioneren als ik om welke reden dan ook uit zou vallen. Ik kan het nu prima zelf aan,

maar ik ben geen dertig meer en kan wat gaan mankeren, of erger.

Dan moet er zorg aan te pas komen, maar in de huidige maatschappij moet je dan eerst een heel circuit doorlopen hebben wil je in aanmerking komen voor zorg. Ik vraag dus geen hulp voor nu, maar voor (eventueel) later.

Er moet wel een diagnose gesteld worden, dat vindt ook de huisarts. Ik kan wel zeggen, “hij is dement”, maar daar heb ik niet voor doorgeleerd en kan dat niet weten, toch? Ik heb alleen maar zijn dementerende moeder over de vloer gehad en een paar van haar eveneens dementerende zussen.

Al begrijp ik de huidige zorg niet, ik begrijp wel dat ik hem en onze dochter Inge niet met extra problemen op mag zadelen, als ik ziek zou worden of ertussenuit zou knijpen. Omdat ik weiger hem in een ziekenhuis af te leveren voor tests (waarna hem ongetwijfeld zelf de diagnose ‘aangeboden’ wordt en dat wil ik niet) komt er een aanbod voor een ‘SRV-geriater’ aan huis.

Dat gaat ook weer niet zomaar, dan komt eerst een Parnassia medewerker thuis om wat testjes vooraf te doen. De vreemde dame – hoewel ze uiterst vriendelijk is en meewerkt aan mijn verzoek niet over dementie te praten – heeft het effect dat alles wat anders is dan normaal tegenwoordig op hem heeft, hij is veel slechter, weet niet hoeveel kinderen hij heeft of hoeveel broers en zussen. weet niet hoeveel kinderen hij heeft of hoeveel broers en zussen.

De opdracht, een A4 velletje doormidden vouwen, begrijpt hij niet en dat terwijl we dan net heel ingewikkeld vouwwerk hebben gedaan voor de drukkerij waar we allebei nog regelmatig werken. Het heeft geduld gekost eer hij het snapte, maar hij wilde het, en had er zo'n plezier in toen hij het doorhad.

En daar hebben we meteen het grootste probleem van deze ziekte zodra de partner uitvalt. Dan is alles vreemd en anders en die stapeling verergert de warrigheid met minstens een factor vier.

Natuurlijk ben ik al een paar jaar mantelzorger maar dat is niet zo dramatisch als het klinkt. Ja, er zijn wel dingen die ik graag zou willen, maar nu (soms) moet laten, en er is meer geduld nodig omdat alles steeds moeizamer gaat en natuurlijk is het soms helemaal niet makkelijk, maar ach, zo'n periode had ik al eens toen de kinderen klein waren.

Alleen, bij kinderen bouw je op en dit werkt helaas net even andersom bij een volwassen man, wat het toch flink emotioneeler maakt dan destijds bij de kinderen...

Er komt dus nog een spannende dag. Gaat de geriater zich verdiepen in de brief die ik meegegeven heb? Gaat hij doen alsof het een bezoek van Welzijn Rijswijk betreft, dat iedereen krijgt wanneer hij tachtig is geworden, zodat de zorgvraag voor later ingeschat kan worden?

Ik zal meneer er persoonlijk uitknikkeren als het me niet bevalt hoe hij ermee omgaat, zeker weten!

02 mrt 2017

Ben ik dat?

Het zal wel het ‘rode autootjes syndroom’ zijn, je weet wel, heb jij een rode auto gekocht, lijkt ineens iedereen in een rode auto te rijden. Precies, ben ik net officieel toegetreden tot het leger van ‘mantelzorgers’, staat er met chocoladeletters in de krant: *MANTELZORG TEN KOSTE VAN GELUK!*

Oké, het is een kop in de Telegraaf en dan wordt de soep meestal niet zo heet gegeten als ze opgediend wordt en kun je beter even verder lezen.

Twaalf procent van de mantelzorgers beoordeelt het eigen leven met een onvoldoende. Dat is relatief veel. VU-hoogleraar genen en geluk Meike Bartels licht toe: “Over het algemeen geeft slechts 3,4 procent van de Nederlanders het eigen leven een cijfer onder de 5.” Mantelzorgers zijn dus ruim drie keer zo vaak miserabel.

De zes belangenorganisaties die het onderzoek naar levensgeluk van mantelzorgers lieten doen, zijn bezorgd over de dikke onvoldoende „Dit moet een wake-up call zijn voor politici”, zegt directeur Liesbeth Hoogendijk van mantelzorgvereniging Mezzo.

Al is er veel onderzoek naar de stellingen gedaan, is dit naar mijn idee toch allemaal wel wat kort door de bocht, en ik mag dan geen hoogleraar zijn, ik doe er toch m’n zegje over!

In ieder geval gaat deze stelling zeker niet over mij en geloof me, ik heb in m’n leven aardig wat mantelzorg gedaan.

De ouder wordende ouders van beide kanten hebben jarenlang diverse mantelzorgfuncties noodzakelijk gemaakt, al was dat nooit 24/7 zorgen zoals nu.

Maar ook nu was ik het al een paar jaar voordat ik als mantelzorger geregistreerd werd en nee, ik ben niet ongelukkig, maar zou het zeker wel zijn als ik niet voor Henk kon zorgen zoals ik nu doe.

Je kunt sowieso niet alle mantelzorgers op een hoop gooien. Ik hoef maar tussen mijn bloglinkjes te kijken om een voorbeeld te vinden. Een jonge moeder die in haar uppie mantelzorger is van een vijfjarig dochtertje met cerebrale parese, dat zo'n jonge moeder niet overloopt van geluk, daar kan ik me een voorstelling van maken. Een voor vrijwel alles van jou afhankelijk kind naar volwassenheid begeleiden is niet te vergelijken met na een lang en gelukkig huwelijk je partner verzorgen, zoals nu op mijn pad ligt.

Natuurlijk zijn er dagen waar ik niet blij van word, die me zwaar vallen omdat er ook wel dingen zijn waar ik minder goed mee om kan gaan. We hadden van de week zo'n paar dagen. Maar meestal heb ik veel voldoening van het feit dat ik dingen ongemerkt makkelijker voor hem kan maken en ben ik gelukkig als ik kan maken dat hij zich happy voelt.

Een 'wake-up call' voor de politiek? Ik weet het niet, niet voor mij in ieder geval op dit moment. Dat je als oudere voor je partner zorgt als dat binnen je vermogen ligt, vind ik normaal, het hoort gewoon bij de levensweg zolang het kan.

Nee hoor, laat niemand die deze krantenkop gelezen heeft zich zorgen maken over mij, het gaat namelijk helemaal niet over mij, ik ben een (meestal nog wel) gelukkige mantelzorger.

Ge(ver)wend

Hij is eigenlijk al een paar jaar gewend dat ik altijd in de buurt ben. De uitzondering is de donderdagmiddag, want dan gaat hij biljarten en ‘doe ik iets voor mezelf’.

Ik weet niet meer hoelang het geleden is, maar zeker al wel een paar jaar dat ik mijn telefoon blijkbaar niet gehoord had en een paniekerig ingesproken boodschap van hem vond! Waar was ik, had ik een ongeluk gehad, enzovoort, helemaal in de stress. Waar ik was weet ik niet meer, maar in elk geval wel iets dat afgesproken was en dat hij dus blijkbaar niet meer wist.

Sinds die tijd hou ik er dus altijd rekening mee dat ik bereikbaar ben en waarschuw nog extra dat ik in de auto niet altijd direct kan opnemen.

Zo had ik vandaag een goed plan om iets voor mezelf te doen, een paar uurtjes ontspannen in een sauna waar we nog nooit geweest zijn om te zien of het iets is. Lijkt me heerlijk en ik leg het hem uit wat ik van plan ben. Omdat ik niet zeker weet of ik al thuis ben wanneer hij thuiskomt (hij komt soms wat vroeger terug omdat hij moe is) leg ik alvast een briefje op tafel zodat hij kan zien waarom ik nog niet thuis ben als hij er eerder is dan ik.

Het spettert een beetje buiten en omdat ik toch die kant op moet, zeg ik dat hij mee kan rijden. Ik zal hem bij het biljartgebouw afzetten. Terwijl ik thuis in de auto de routeplanner aan het instellen ben, zie ik hem met de keu naar buiten komen. Ik krijg het vage gevoel dat het tot hem doordringt dat ik misschien niet te bereiken ben vanmiddag en dat is gedeeltelijk waar natuurlijk, in de sauna zit de telefoon in de kast. Maar hij zegt niets dus ik laat het zo en rij weg.

Voor het oude raadhuis zeg ik hem gedag, hij stapt uit en haalt z'n spullen uit de kofferbak...

Ik zie hem weglopen met de rode paraplu en de zwarte paraplu en kan hem gelukkig nog net terugroepen. Het duurt even eer hij doorheeft wat er fout is en weet dan niet meer zeker of de keu zelfs wel in de auto ligt, misschien thuis vergeten. Hij loopt om de auto heen te draaien en trekt de deuren open totdat hij de keu toch in de kofferbak vindt en steekt daarmee dan over naar waar hij niet moet zijn. Ik roep hem en wijs dat hij daarheen moet en dan gaat hij schoorvoetend het hek binnen. We zwaaien nog even en ik rijd weg.

Met de aanwijzingen op de routeplanner stoom ik in één keer door naar de sauna, om daar te zien dat het parkeerterrein overvol is. Ik rijd drie keer een rondje maar vind geen plaatsje en ik ben daar totaal onbekend dus ga maar niet zoeken in de omgeving. Met de pittige entreprijs (32 euro voor twee uurtjes, langer kan ik niet) in gedachte gaat dat 'm dus niet meer worden. Het is ondertussen drie kwartier later en nog nauwelijks de moeite. Ik ben liever tijdig thuis als ik aan zijn warrigheid

denk.

Volgende keer beter, zeggen we dan maar!

Nabranders

M'n gevoel heeft me niet bedrogen, om tien over half drie (in plaats van rond vier uur) is hij al terug van het biljarten. Zijn partijtjes waren klaar, zei hij, en hij kon de ballen niet goed meer zien. Hij vraagt wel direct hoe het mij vergaan is en ik vertel hoe het verlopen is. Als ik vraag of hij het vervelend vond dat ik niet thuis was, zegt hij in eerste instantie: "Ja natuurlijk, je kan toch een ongeluk met de auto krijgen." Maar als ik erop inga, dat hij zich geen zorgen moet maken, zegt hij dat hij zich geen zorgen heeft gemaakt. Hij gaat naar boven en komt terug in z'n 'huiskleding' die hij altijd aan doet als we in bad geweest zijn en hij geslapen heeft... Alleen moet dat allemaal nog gebeuren!

12 maart 2017

Camouflage

Henk, mijn lief, was altijd redelijk modern in z'n opvattingen, maar in de tijd dat zoon Ruud en dochter Inge nog in de kinderwagen gereden werd, liepen mannen nog vrijwel niet achter een kinderwagen. Henk dus ook niet. Dat vond ik helemaal niet erg, want je loopt echt makkelijk een eind weg achter een kinderwagen en als trotse moeder wil je niets liever.

Tot m'n verbazing heeft ook Henk sinds de geboorte van onze achterkleinkinderen Levi en Amber de kinderwagen ontdekt, zoveel hipper dan een rollator maar met bijna hetzelfde effect,

hij loopt als een kieviet achter het wagentje. Het maakt een schattig plaatje als Amber zelf haar roze poppenwagentje duwt naast haar opa grootje die de wandelwagen duwt zodat ze over kan stappen wanneer ze moe wordt!

Ik ben al heel blij dat hij zo'n drie jaar geleden eigener beweging inzag dat autorijden niet meer ging, en ik vertrouw erop dat hij ooit zelf wel het nut van een rollator gaat inzien. Voorlopig is hij de man achter de kinderwagen als kleindochter Jennifer belt of we mee willen gaan wandelen.

Normaal fungeer ik als zijn rollator en tast hij, zodra we de deur uitstappen, naar mijn hand om als schattig oud echtpaar hand in hand aan de wandel te gaan. Ach, ik gun hem het uitstel. Zolang ik zelf nog stevig genoeg op m'n benen sta, mag hij z'n afhankelijkheid blijven camoufleren en de blits maken als lover, of hippe opa.

Hij lijkt dan in niets op het kromme, oude mannetje (dat hij soms echt wel is) dat steeds meer cognitieve vaardigheden verliest. Eh... cognitieve vaardigheden? Dat vraagt om Google.

Cognitieve vaardigheden of vermogens hebben te maken met de mate waarin je in staat bent om kennis en informatie op te nemen en te verwerken. Bij het verwerken van informatie spelen allerlei mentale processen een rol. Je hebt je geheugen nodig, maar ook taal, oriëntatie, aandacht en het vermogen om problemen op te lossen, concepten te vormen en dingen voor je te zien. Daarnaast zijn redeneren, rekenen, lezen en schrijven, plannen maken en initiatieven nemen cognitieve functies. Je gebruikt je cognitieve vaardigheden dus voortdurend.

Dat speelt weer allemaal een rol bij:

... concentratieproblemen, stemmingswisselingen, problemen met taal en spraak en spierzwakte. In een latere fase worden symptomen als geheugenverlies, uitvalsverschijnselen, slikproblemen, oogproblemen, incontinentie, verliezen van de realiteit, hallucinaties en ongepast gedrag pas zichtbaar. In deze fase kan het goed mogelijk zijn dat de patiënt u niet meer zal herkennen.

Poeh..., gelukkig is dat nog niet allemaal aan de orde, sterker nog, het is ook mogelijk dat niet alle symptomen zich voor zullen doen. Ik vind de helft ervan in meer of mindere mate (zoals hij er nu voor staat) best al meer dan genoeg. De rest sla ik gewoon af, moet kunnen hoor!

24 maart 2017

Van twee walletjes...

Ja hoor, van twee walletjes eten kun je wel aan Rietepietz over laten. Als we gebeld worden of we vrijdagmorgen een paar handjes bij kunnen steken op de drukkerij waar Henk al meer dan vijftig jaar werkt, zeg ik ja, natuurlijk! Ja, ook als de weersvoorspellingen een heerlijke voorjaarsdag aangeven want tja, als de drukkerij op een paar honderd meter van de boulevard gesitueerd is, biedt dat ook andere mogelijkheden.

Een deel van het werk is minder geschikt voor Henk en dus heb ik een pittige ochtend en ben om half één te moe om direct