

# Huub Buijssens en de 'magische wereld van dementie'

**A**fgelopen woensdagavond werd het laatste, zeer druk bezochte Alzheimer Café voor de zomerpauze gehouden. Spreker was Huub Buijssens, een autoriteit op het gebied van dementie en ervaringsdeskundige, omdat het zijn beide ouders betrof. Hij schreef onder andere *De heldere eenvoud van dementie* en de *'De magische wereld van Alzheimer'* en deelde tijdens deze avond zijn inzichten.

*Door Annette Kalkman*

Met het gooien van een pen maakte Huub Buijssens duidelijk hoe onze hersenen reageren. Ook degene die niet gooit of vangt 'leeft' als het ware mee. Op dezelfde manier werken ook emoties. Als iemand glimlacht is dat 'besmettelijk' en dat blijkt voor mensen met Alzheimer in nog veel sterkere mate zo. André Rieu is zo populair is onder hen, vanwege de levenslust die hij uitstraalt en dus "maak je met een glimlach de zorg voor een patiënt voor jezelf een stuk gemakkelijker."

"Bij de ziekte Alzheimer mist de patiënt het 'bruggetje' tussen het korte en lange termijngeheugen" legde Huub uit. "Dat is alsof je uit de trein stapt in een vreemde plaats, maar je eerste indrukken, de herkenningpunten, niet meer kunt vasthouden. Dan vind je dus de weg niet meer terug." Dat geldt vooral in een later stadium van de ziekte, als mensen 's nachts opstaan en gaan 'spoken'. Ze gaan niet terug naar bed, omdat ze vergeten zijn dat ze daar lagen. Het lange termijngeheugen verdwijnt ook, in omgekeerde volgorde, zodat mensen kunnen denken dat ze jonger zijn dan 65 en weer

naar hun werk moeten.

"De gevoelens die deze situaties bij de patiënten teweegbrengen zijn precies dezelfde als bij gezonde mensen," benadrukt Huub. Ze worden onzeker, boos, wantrouwend of depressief. Wantrouwen ontstaat bijvoorbeeld, als de patiënt zelf iets heeft weggelegd, maar zich dit niet meer herinnert. Een ander voorbeeld van Huub Buijssens was een ruzie tussen zijn ouders, waarbij zijn vader met dementie zijn moeder beschuldigde van verhouding met de buurman. "Eigenlijk, wilde hij alleen maar horen, dat hij voor haar de enige was," zei hij, en dat gedrag is bij gezonde mensen vaak net zo.

Een opmerking als "Ik zie nooit iemand," kun je beter begrijpen als je weet dat de patiënt zich het laatste bezoek gewoonweg niet meer herinnert. Voor het omgaan met emoties, zoals verdriet en boosheid is volgens Huub de beste tip 'reageer op het gevoel wat erachter zit,' dus, stel gerust als de patiënt ongerust is. "Dit geldt overigens voor alle relaties," merkte hij op.

Het verschijnsel dat sommige familieleden meer kunnen 'maken' en zeggen dan andere kwam ook ter sprake. "Vaak snap je pas iets als je

heel veel van iemand houdt," zei Huub. En ook dat geldt voor iedereen, maar voor het welzijn van Alzheimer patiënten maakt dat een nog veel groter verschil. "Als je gedrag wilt corrigeren, corrigeer dan op een manier, waarop je dat zelf prettig zou vinden, met wijsheid."

Het bijzondere aan Alzheimerpatiënten is dat zij heel goed zijn in 'mindfulness' en het 'leven in het nu'. "Voor geluk is ook geen geheugen nodig," gaf Huub Buijssens nog mee, en hij bewees dat door de toehoorders te vragen waar zij tien jaar geleden op dezelfde datum waren. Daar wist nagenoeg niemand het antwoord op.



*Huub Buijssens signeerde tijdens het Alzheimer Café zijn nieuwste boek. Foto: Annette Kalkman.*