

## Decijfers

• **20.000** mensen in België hebben parkinson.

• **60** jaar is de gemiddelde leeftijd waarop de ziekte begint.

• **5 tot 10%** van de patiënten is jonger dan 40 jaar.

terwijl het echt niet te onderschatten is. Dan stuit je al eens op onbegrip, ja. Daarom ga ik zo graag naar onze praatgroep. Je hoeft niets uit te leggen, je begrijpt elkaar zonder woorden. De eerste bijeenkomst had ik nochtans gezegd dat ik niet zou komen. Maar hoe dichtert het moment kwam, hoe meer ik wél wilde gaan. Ik wist dat ik daar mensen zou zien die al in een verder stadium waren dan ik. Ik wist dat ik kletsen in mijn gezicht zou krijgen, maar ik *moest* het doen. Nu ben ik ervan overtuigd dat contact zoeken met lotgenoten het beste is wat ik ooit gedaan heb. Ik heb er zo veel lieve mensen leren kennen, zelfs echte vrienden gemaakt.

**Ik ben niet kwaad. Wél droevig.** Het is een droefheid die ik niet graag naar boven laat komen. Daarom probeer ik zo veel mogelijk bezig te zijn. Hoe meer ik doe, hoe minder ik nadenk. Vorige zomer heb ik na maanden trainen met vijf andere patiënten de Mont Ventoux beklommen. Nu ben ik volop bezig met de voorbereiding van Move for Parkinson, een initiatief waarmee we geld willen inzamelen voor onderzoek. Ik ga ook regelmatig spreken over mijn ervaringen voor studenten uit de zorgsector. Het wordt allemaal soms wat zwaar, dat geef ik toe. Maar het houdt me op de been. Ik heb doelen nodig in mijn leven.

**Tegen kanker kun je vechten, tegen parkinson niet.** Dat heeft geen zin. Je kunt 'Mister P', zoals ik de ziekte soms

“Afscheid nemen van wat je niet meer kunt, went niet: zingen, dansen, piano spelen...”

noem, maar beter meenemen in je rugzak. Als ik hem toelaat om mee te gaan, kan ik mijn rugzak blijven dragen. Als ik hem verbied om mee te gaan, zou hij aan mijn rugzak gaan hangen, waardoor het alleen maar zwaarder wordt om verder te stappen. Zo heb ik het ook ooit tegen mijn dochter gezegd: parkinson is iets

wat nu bij me hoort. Het klinkt misschien vreemd, maar het leven is voor mij ook mooier geworden. Ik geniet meer van kleine dingen, ik houd meer van het leven. Ik heb geen zin om in een hoekje te kruipen. Dat ligt niet in mijn karakter. Ik ben ervan overtuigd dat uit alles iets positiefs voortkomt. Zélf uit Mr P.”

11 APRIL  
= WERELD PARKINSON DAG



Patrick Cras is neuroloog aan het UZA

### ONZE EXPERT

#### WAT IS DE ZIEKTE VAN PARKINSON?

“Parkinson is een ziekte van het zenuwstelsel waarbij zenuwcellen van de ‘substantia nigra’ in de hersenen afsterven. Die cellen staan in voor de aanmaak van dopamine, een stof die signalen van onze hersenen naar de spieren overbrengt. Een tekort aan dopamine zorgt voor motorische problemen, zoals beven, vertraagde of ongewenste bewegingen en evenwichtsstoornissen. Daarnaast zijn er ook niet-motorische symptomen zoals geheugenproblemen, slaap- en stemmingsstoornissen en depressies. De klachten kunnen heel erg verschillen van patiënt tot patiënt.”

#### Welke behandeling bestaat er?

“Parkinson is geen dodelijke ziekte, wél

een chronische ziekte die de levenskwaliteit kan verslechteren. Er bestaan medicijnen om de aanmaak van dopamine in de hersenen te stimuleren, wat een positieve invloed heeft op zowel de motorische symptomen als op de gedragsveranderingen van de patiënt. Ook een gezonde voeding, actieve levensstijl en positieve ingesteldheid kunnen helpen om de ziekte te dragen. De behandelingen die we aanbieden, zijn symptomatisch: ze proberen de last die de patiënt ondervindt te beperken, maar doen niets aan het ziekteverloop zelf. Parkinson is helaas nog steeds ongeneeslijk.”

#### Is er hoop voor de toekomst?

“We ontwikkelen steeds betere medicatie die de levenskwaliteit van de patiënt kan verbeteren. Er gebeuren ook experimenten met stamcellen: die zouden de cellen die de dopamine produceren, kunnen vervangen. De verwachtingen zijn hoog, maar een doorbraak is nog niet in zicht.”

[www.parkinsonliga.be](http://www.parkinsonliga.be)

Op 20, 21 en 22 september vindt in Oud-Turnhout Move For Parkinson plaats. Meer informatie op [www.moveforparkinson.be](http://www.moveforparkinson.be).

FOTO Ann Dewulf