





Welkom op een informatiebijeenkomst van De Driehoek:

Thema:
Parkinson

Datum:
Trainer: Naam van trainer

Aanbod:

Vaardigheidstrainingen

- Eten en drinken
- Mondzorg
- Wassen en aankleden
- Steunkousen aan – en uittrekken
- Veilig verplaatsen

Informatiebijeenkomsten

- Parkinson
- Dementie
- Onbegrepen gedrag
- Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH)
- Communiceren met en zonder woorden
- Palliatieve zorg A en B sessie

Samen



Wat mag ik?

Bent u mantelzorger?

Dan bent u zelf verantwoordelijk voor alles wat u doet. Ook na uitleg van een zorgmedewerker en ook als iemand in een zorginstelling woont. De zorgmedewerkers die hier werken, houden alleen toezicht.

Bent u vrijwilliger?

Dan is de zorginstelling waar u werkt verantwoordelijk én aansprakelijk voor alles wat u doet. Dit is vastgelegd in een vrijwilligersovereenkomst. Hierin staat vaak ook beschreven welke (medische) taken u mag doen.

Punt van aandacht: zorg er altijd voor dat u aan dezelfde eisen voldoet als de zorgmedewerkers.



In beide rollen is het belangrijk dat u genoeg kennis en ervaring heeft.

Kortom: zorg dat u léért.

Zie ook:
**de Tipkaart voor vrijwilligers
en mantelzorgers**



Welkom bij deze
informatiebijeenkomst
over Parkinson

Kennismaking en doel

- Voorstellen
- Hoe heb je te maken met de ziekte van Parkinson?
- Wat verwacht je van de bijeenkomst?

Stellingen over de ziekte van Parkinson

- Stellingen doen een beroep op aanwezige kennis. Ook komen we misverstanden op het spoor.

Op www.parkinsonnet.nl staan 200 misverstanden over de ziekte van Parkinson.

Ook vind je daar video's over.

Wij behandelen 12 misverstanden

Elk antwoord is goed!

Stelling 1

Als je de ziekte van Parkinson hebt, heb je meer risico op het krijgen van de ziekte van Alzheimer

Stelling 2

**De on-off fluctuaties
(wisselingen) uiten zich alleen
in motorische symptomen**

Stelling 3

**Behandeling met
dopamine is de enige
mogelijkheid**

Stelling 4

**Hallucinaties horen bij de
ziekte van Parkinson**

Stelling 5

Uiteindelijk verhuist iedereen met de ziekte van Parkinson naar het zorgcentrum verpleeghuis.

Stelling 6

**Emoties
beïnvloeden het
bewegen bij de
ziekte van
Parkinson**

Stelling 7

**Veel mensen met de
ziekte van Parkinson
hebben last van hun
spijsvertering**

Stelling 8

**Het ontstaan van een depressie
bij de ziekte van Parkinson
wordt veroorzaakt door een
tekort aan dopamine**

Stelling 9

**Aan het veel voorkomende
verschijnsel van speekselvloed
is niets te doen**

Stelling 10

**Het verschijnsel van het
maskergelaat draagt bij aan
mogelijk risico op sociaal
isolement**

Stelling 11

**Er zijn 127.000
mensen met de
ziekte van Parkinson
in Nederland**

Stelling 9

**Aan het veel voorkomende
verschijnsel van speekselvloed
is niets te doen**

Stelling 13

**Dubbeltaken moeten
worden vermeden
omdat dit het risico
op vallen vergroot**

Video over de ziekte van Parkinson.

De ziekte van Parkinson - Animatie



Deze klachten kunnen bij iedereen anders zijn.

De ziekte van Parkinson (James Parkinson)

- Door afsterven van dopamine-producerende zenuwcellen in de hersenen ontstaat tekort aan dopamine.
- Dopamine is een stofje betrokken bij veel lichaamsfuncties, waaronder beweging, geheugen, stemming, aandacht, slaap, gedrag, etc.
- Wordt ook wel het geluks-hormoon genoemd.
- Of boodschappenstofje, het is een neurotransmitter.

De ziekte van Parkinson (James Parkinson)

Geen eenduidige oorzaak meerdere oorzaken samen zoals:

- Achteruitgang van de hersenen met toenemende leeftijd.
- Een stoornis in de eiwitstofwisseling.
- Omgevingsfactoren, zoals aanraking met giftige stoffen (gewasbeschermers)



De ziekte van Parkinson (James Parkinson)

Ernst neemt in de loop der tijd toe.

Verskillende symptomen:

- Motorisch: het bewegen
- Cognitief: leren, weten, begrijpen
- Psychisch: denken, voelen, mentaal
- Sociaal: in relatie tot de ander

On/Off: Ernst van symptomen kan per dag(deel) wisselen door de dopamine en acetylcholine spiegel.

De ziekte van Parkinson

Motorische verschijnselen:

- Tremoren
- Stijfheid
- Traagheid van bewegen
- Houdingsregulatie
- Afname kracht
- Afname uithoudingsvermogen
- Verslechterde motorplanning
- Freezing
- Monotone, zachte spraak
- Maskergelaat

Ervaren

In 2-tallen. Van rol wisselen.

Loop een simpel parcours met een kniebrace en enkelvoet orthose om. Ervaar hoe intensief het is om niet te kunnen bewegen zoals je gewend bent.

De begeleider is je aan het ophaasten en aan het mopperen.

Probeer met fixatiemiddelen op te staan uit een stoel/rolstoel. De begeleider kijkt op mobieltje en geeft vage aanwijzingen.

De ziekte van Parkinson en cognitieve verschijnselen

- Traagheid
- Executief functioneren (hogere controlerende functie hersenen)
- Visueel ruimtelijke informatie
- (Parkinson) dementieel syndroom

Ziekte van Parkinson en psychische verschijnselen

- Symptomen die passen bij een 'on' fase
- Symptomen die passen bij een 'off' fase

Mindfulness is leven met aandacht.

Je komt dichterbij je gevoel, zonder er over te oordelen.

- Zit in comfortabele positie, sluit je ogen als dat goed voelt.
- Adem diep in door je neus, tel langzaam tot 5
- Houd je adem twee tellen vast
- Laat je adem langzaam in 3 tellen weer los.
- Herhaal dit tweemaal
- Voel dat je hartslag rustiger wordt
- Beeld je in dat je op het gras ligt. Voel de wind op je gezicht
- Zie wolken in de lucht. Merk op hoe luchtig ze lijken en hoe ontspannen je je voelt.
- Benauwende gevoelens of gedachten over de komende dag laat je los en blaas ze weg.
- Herhaal dit totdat je je rustig voelt/
- Kom langzaam terug, hou het gevoel van kalmte en rust vast.

Ziekte van Parkinson en sociale verschijnselen

- Zacht/monotoon praten
- Speekselvloed
- depressie

Ziekte van Parkinson en coping = omgaan met de ziekte

- Wat doet dit met de betrokkene(n)?
- Omgaan met rouw en verlies
- Omgaan met kansen en mogelijkheden
- Wat doet dit met jou?
- Hoe ga je hier mee om?
- Wat kun je doen ter ondersteuning?

Evaluatie en afronding

- Wat neem je mee van de bijeenkomst?
- Zijn doelen behaald?
- Sloot de bijeenkomst aan bij uw verwachtingen?
- Heeft u tips ter verbetering?

Informatie terug te vinden op website:
www.leernetwerkdedriehoek.nl

Overige websites:

- <https://www.parkinsonnet.nl/>
- <https://www.parkinsonzorgzoeker.nl/>
- <https://www.parkinson-vereniging.nl/>

Zijn er nog vragen?

- Wat neemt u mee van deze bijeenkomst?
- Wat heeft u van ons nodig?
- Bij wie kunt u met vragen terecht?



**Wat ga ik morgen
(anders) doen?**

Voor mensen met Parkinson:

- ***Fysio Capelle***
Richard van de Wetering, Geriatrie-fysiotherapeut
- **Organiseert bijeenkomsten voor patiënten, in samenwerking met ergotherapeut en diëtist**

Filosofentuin 2A
Capelle aan den IJssel

- **010 - 2640440**



Fijn dat u er was!

Goede reis naar huis en tot ziens!

U ontvangt per mail een bewijs van deelname en een hand-out van de presentatie.