

## Barneveld en omstreken

### Inleiding

Doordat we nog steeds met corona-maatregelen hebben te maken, was het aantal deelnemers voor deze café-avond weer gemaximeerd op 30 gasten. Mogelijk dat het mooie najaarsweer een rol speelde, maar er waren nog een paar plaatsen over deze avond.

Marius Alkema verwelkomt als lid van de Klankbordgroep de gasten, waaronder ook weer nieuwe bezoekers, en introduceert daarna onze gastspreker dokter M. Halilovic, uroloog in het ziekenhuis Gelderse Vallei. Zij bespreekt vanavond blaas- en plasproblemen, in medische taal: Mictieklachten. Helaas een veelvoorkomende klacht bij Parkinson.

### Impressie

Dokter Halilovic verrast ons met een vrolijke, open houding en presentatie, die maakt dat de zaal met grote aandacht dit toch wat lastige en persoonlijke onderwerp volgt. Ze geeft in begrijpelijke taal aan de hand van een aantal dia's een in-kijkje in haar dagelijkse praktijk, met speciale aandacht voor plasklachten bij de ziekte van Parkinson.



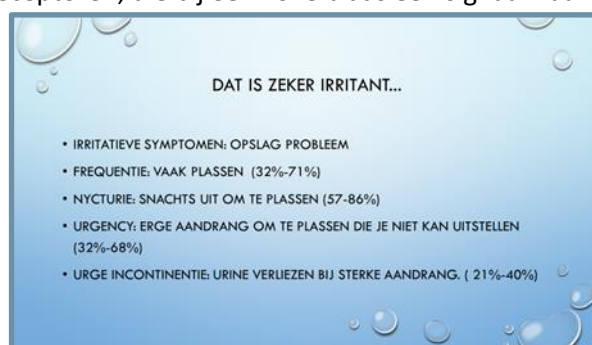
### Weinig aandacht

Ondanks het feit dat James Parkinson al aandacht besteedde aan plasklachten bij Parkinson, is er door de jaren heen relatief weinig aandacht voor geweest. En dat terwijl deze klachten zich al snel kunnen presenteren, toenemen bij het verergeren van Parkinson en een grote invloed hebben op de kwaliteit van leven. 's-Nachts uit bed, risico van vallen, onrust, overdag minder makkelijk erop uit. Daarom is het goed dat er meer openheid over komt, meer bewustwording, waardoor de angst minder wordt om hulp te zoeken. Dokter Halilovic werkt daarom aan een goede band met haar patiënten en bespreekt klachten met grote deskundigheid, maar ook met gepaste humor, wat het praten erover vergemakkelijkt.

### Waaruit bestaan de meeste klachten?

Plasklachten zijn meestal irriterend, dat wil zeggen: vaak moeten plassen door een blaasopslagprobleem. De blaas kent zgn. rekceptoren, die bij een volle blaas een signaal naar

de hersenen sturen, en die zorgen vervolgens voor een plasbehoefte, waardoor de blaas samenknijpt. Stenen in de blaas of een ontsteking van de blaas zorgen echter ook voor samenknijpen, met urineverlies als gevolg. Dit kan ook een indicatie zijn voor blaaskanker. Soms zijn er ook obstructieve plasklachten. Dat wil zeggen dat de plasbuis ergens vernauwt is, waardoor de urine moeilijk naar buiten kan. Dat speelt zich voornamelijk bij mannen af: hun plasbuis is ca. 15 cm lang, terwijl die van vrouwen maar 2 cm lang is. Bij mannen op leeftijd speelt ook nog een ander probleem: de prostaat wordt



groter. Deze groeit van 10-15 gram bij en jongere naar ca. 200 gram op je 50<sup>e</sup>! Een te grote prostaat kan de doorstroom en goed functioneren van de blaas belemmeren.

Op hoge leeftijd wordt het functioneren van de lagere urinewegen sowieso vaak meer problematisch. Bij Parkinsonpatiënten worden echter bepaalde centra in de hersenen aangetast die in de buurt liggen van de centra die de Parkinson veroorzaken en die te maken hebben met het reguleren van de blaas. Dat zorgt voor extra complicaties.

### *Bij de uroloog*

Dokter Halilovic beschrijft wat men kan verwachten bij een bezoek aan haar praktijk. In het kort: Plassen op een pot met een sensor (kracht van de straal wordt gemeten), een slangetje inbrengen om in de blaas te kijken en bij mannen: voelen van de prostaat. Dat laatste kan aanleiding zijn voor een Urodynamisch onderzoek, bijvoorbeeld bij obstructie door de prostaat. Daarna krijgt de patiënt huiswerk mee: nauwkeurig een plasdagboek bijhouden. Hoe vaak plassen en hoe veel? Ook in de nacht. Hierdoor wordt een patroon in kaart gebracht. Dat moet worden erkend en ingezien door de patiënt. De ervaring van plasklachten is heel subjectief vertelt ze. Het moet een heldere score krijgen. Blaasontsteking komt bij mannen bijna niet voor, maar bij vrouwen op leeftijd best vaak. Haar advies: Geen antibiotica ertegenaan, maar beschouw de bacterie maar als je huisdier. Het hoort er bij. Heeft een man toch een blaasontsteking, dan is directe actie vereist.



Het kan gaan om blaaskanker. Leegplassen is heel belangrijk, geen residu. De plasbuis moet open zijn en blijven. Vanwege de heldere uitleg van de problematiek zijn er geen vragen voor de pauze. Tijdens de pauze brengt dokter Halilovic koekjes rond en spreekt ze een aantal gasten.

### *Wat kan je doen aan de klachten?*

Bij het begin van de ziekte van Parkinson, als de plasklachten zich openbaren, kan een goede bekkenbodetraining helpen. Sluitspiers worden daarbij getraind. De blaas en de anus horen ook tot de bekkenbodemspieren.



Trainingen worden verzorgd door een bekkenbodemfysiotherapeut. Het lost niet alle klachten op, maar het kan wel helpen. Verder is het beter om bij blaasproblemen koffie te mijden, sterke thee en alcohol, maar ook pittig eten. Deze stoffen irriteren de blaas.

Medicatie is ook een optie. Het gaat daarbij om drie mogelijkheden. Ten eerste de zgn. anticholinergica. Deze medicijnen remmen de werking van een stofje in de hersenen af, waardoor de dopamine beter werkt. Dit kan effect hebben op frequent gevoel van aandrang en op urineverlies. Helaas zijn er ook bijwerkingen als droge mond, obstipatie en vergeetachtigheid. Ten

tweede B3 agonist, met dezelfde werking. Nadeel hiervan is dat het negatief kan uitwerken voor mensen met hart- en vaatproblematiek. Door slechte vaten ontstaan overdag dikke enkels doordat vocht door de aderwanden



heen gaat; in de nacht voeren de nieren via de blaas het vocht af. Voorschrijven gebeurt in die gevallen altijd in overleg met de cardioloog. De derde mogelijkheid is Desmopressine. Het medicament Minrin zorgt ervoor dat 's-nachts minder urine wordt aangemaakt. Nadeel: hoofdpijn en laag natrium.

En dan is er nog botox. Dit is een stofje dat we kennen om rimpeltjes weg te werken of om vollere lippen te krijgen. Het kan echter ook in de blaas worden ingespoten, die daardoor ontspant. Er is 6% kans dat je daardoor helemaal niet meer kunt plassen. Dan is een tijdelijke katheter de oplossing. Botox is wel een toxine, maar lichaams-eigen en het lost vanzelf op. Het werkt 4 tot maximaal 12 maanden en kan worden gebruikt in combinatie met andere medicatie.

MAAR OOK MIJN PLASKLACHTEN?

- IN 27%-85% BIJ PATIËNTEN MET ZIEKTE VAN PARKINSON
- IRRITATIEVE PLASKLACHTEN (28% - 86%)
- OBSTRUCTIEVE PLASKLACHTEN (1,5% - 38%)
- GEMENGD
- MAAR KUNNEN OOK ANDERE FACTOREN ROL SPELEN ( HOGE LEEFTIJD, ANDERE AANDOENINGEN AAN DE LAGERE URINEWEGEN)

Mannen met Parkinson raadt ze het 'pellen van de prostaat' af, omdat daardoor het incontinentierisico toeneemt. Na het beantwoorden van een vraag of twee sluit dokter Halilovic haar boeiende presentatie af en ontvangt ze een welverdiend applaus.

### Tot slot

We hebben onze kennis verrijkt door een toegankelijk en prettig gebracht verhaal over een lastig onderwerp als

plasproblemen. Met veel dank aan dokter Halilovic. We danken wederom de gulle gevers die een bijdrage in onze collectie hebben gedaan en we zien u allen graag weer terug in het volgende Parkinson Café in november dit jaar, waarin we een psycholoog aan het woord laten. U ontvangt daarvoor weer een uitnodiging via de mail van Roy Möhlmann.

Graag tot dan! Namens het Parkinson Café Barneveld, Marius.

### Nieuw in onze bibliotheek:

Muziek kan ons van emotionele hoogten naar gevoelige diepten bewegen. Ze kan ons overtuigen om iets te kopen, of ons te herinneren aan ons eerste afspraakje. Ze kan ons bevrijden uit een depressie als niets anders werkt. Ze kan ons laten dansen. Aan de hand van bijzondere ziektegeschiedenissen laat Oliver Sacks, de auteur van het boek MUSICOFILIA, zien welke invloed muziek op ons brein heeft.

Muziek is onweerstaanbaar en onvergetelijk en Sacks vertelt ons waarom.

Genoemd boek is onder meer verkrijgbaar bij bol.com en kost 20,00 euro.

René van Duijn.



### Bijeenkomst 10 november 2021

Op deze bijeenkomst verwachten we Dr. F. Thomassen, GZ-psycholoog en het thema is "Mentale kwetsbaarheid door de ziekte van Parkinson". Dr. Thomassen is psycholoog bij Klimmendaal.

Op dit moment is nog niet duidelijk of we de beperkte toegang moeten handhaven dan wel dat we de zaal weer volledig kunnen vullen. U hoort daar meer over.

### Met dank aan:

M. Halilovic voor de presentatie.

Welzijn Barneveld, Medifit Barneveld.

Wijnwinkel Barneveld voor de wijn.

ParkinsonNet: Hanna van de Tor, logopedist.

De vrijwilligers: Karin en Marijke van der Berg, Martin Jochemsen, Frits Poot en mensen uit de zaal.