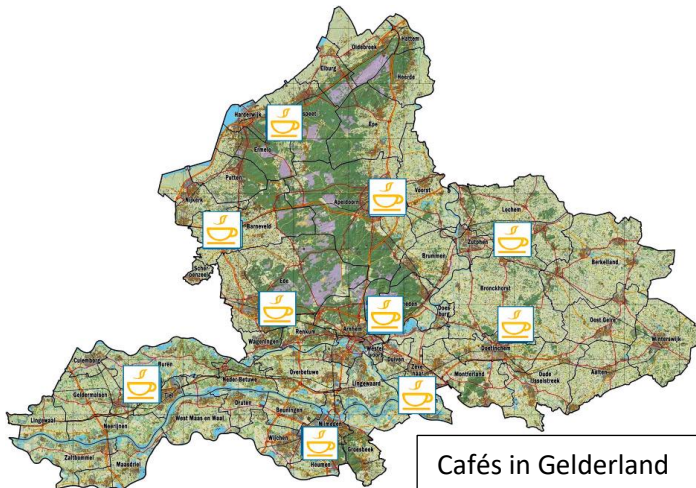


Inleiding

Het aantal Parkinson Cafés in Nederland is sterk gestegen. Zoals u weet is het oprichten van Parkinson Cafés een initiatief van de Parkinson Vereniging. Doelstelling is de afstand tussen deze patiëntenorganisatie en patiënten met de ziekte van Parkinson en hun naasten te verkleinen en het lotgenotencontact te vergroten.

In Gelderland zijn nu 10 Parkinson Cafés. Dat is het maximum. Jenny Denzel (Interim Provinciaal Coördinator Gelderland) heeft een belangrijk aandeel gehad in het bereiken van dat doel. Zij heeft ons goed geholpen met adviezen en aanmoedigen. Wellicht heeft u haar ontmoet, want zij heeft onze bijeenkomsten enkele keren bezocht. Nu deze taak is volbracht stopt Jenny met dit werk. Hartelijk dank, Jenny.



Impressie Parkinson Café 5 juli 2017

Aan het woord: Hannah van Toor, logopedist. Communicatie is onder alle omstandigheden heel belangrijk. Parkinson patiënten hebben vaak moeite met helder spreken, maar ook kauwen, slikken en speekselverlies zijn onderwerpen van gesprek bij de logopedist. Hannah van Toor licht toe hoe dat komt en geeft op een prettige, betrokken en interactieve manier in haar presentatie aan wat je er aan kunt doen.

Zeventig tot tachtig procent van de Parkinson patiënten krijgt spraakproblemen. Ze zijn minder verstaanbaar doordat bijvoorbeeld de stembanden niet volledig worden benut. Luid spreken is dan belangrijk. Door geheugenproblemen wordt het ook moeilijker om de juiste woorden te vinden.

Hannah behandelt deze klachten met behulp van de Pitch Limiting Voice Treatment, een methode die specifiek voor Parkinson patiënten is ontwikkeld. Het gaat in het kort om trainen in luid en laag spreken en adviezen over de interactie tijdens het gesprek. Vél en intensief oefenen, ook thuis, verbetert de verstaanbaarheid.

Kauw- en slikproblemen kunnen leiden tot verslikken en longontsteking of zelfs stikken. Warme, dunne dranken geven vaak als eerste een probleem. Door kauwproblemen dreigt gevaar van te veel gewichtsverlies. Hannah laat met een verhelderend filmpje zien hoe het slikproces werkt en wat er mis kan gaan bij een Parkinson patiënt.

Hannah traint patiënten in krachtig en bewust slikken, geeft adviezen, zoals niet spreken tijdens eten en drinken en tempo aanpassen en over het aanpassen van de consistentie van eten en drinken.

Een praktische tip: Houd bij het slikken de kin op de borst, dat kan verslikken voorkomen. Uit het publiek komt de tip om kwark op brood te doen, appelmoes bij het eten te doen - ook voor het innemen van medicatie - en dat koud eten de slikreflex verhoogt. Bij gewichtsverlies verwijst Hannah door naar de diëtist.



Als derde en laatste onderwerp behandelt Hannah het thema speekselverlies. De oorzaak ligt erin, dat patiënten te weinig slikken in combinatie met het niet goed sluiten van de mond. Door een voorovergebogen houding loopt speeksel dan uit de mond.

Hannah oefent met patiënten om speeksel regelmatig weg te slikken en om te slikken vóór je gaat staan of spreken. Medicinale behandeling is mogelijk, maar dat heeft ook vaak vervelende bijwerkingen, zoals een droge mond. 's-Nachts is er weinig aan te doen. Tip uit het publiek: gebruik Hydrofiel luiers als sloop.

Na de pauze is er gelegenheid tot vragen stellen.



- Tijdens een slaapje overdag treedt speekselverlies op. Een slabbetje voordoen is gênant. Wat te doen? Advies: Thuis toch een slab of servet voordoen, gebruik daarvoor een servetkettinkje zoals bij de tandarts. Op internet in verschillende soorten te koop.
- Wordt speekselverlies tijdens de slaap voorkomen door vlak voor het slapen gaan niet meer te eten? Hannah geeft aan dat dit waarschijnlijk geen invloed heeft.
- Drinken binden met verdikkingsmiddel is niet lekker. Heeft Hannah een tip? Hannah beveelt 'Resource Thicken up Clear' aan. Of probeer zoveel mogelijk natuurlijk te verdikken bijvoorbeeld appelmoes door appelsap, een fruit-smoothie.

Marius Alkema



Nieuw e-mailadres (herhaling)

Het kan zijn dat u van ons een e-mail ontvangt van een ander e-mailadres dan pcafe@xs4all.nl, nl info@parkinsoncafebarneveld.nl. Dit e-mailadres is gekoppeld aan onze nieuwe website (waarover later meer) en we zullen dit adres in het vervolg ook gaan gebruiken. Voorlopig blijft het oude adres in gebruik. Maar omdat dit adres gekoppeld is aan een privé-account wordt het bij een eventueel vertrek van de accounthouder opgeheven.

Parkinson Café 13 september 2017

Deze keer verwachten we Melissa van der Plaats. Zij is diëtiste en werkzaam in Verpleeghuis Norschoten en het Meander Medisch Centrum.

Ongewenst gewichtsverlies komt vaak voor bij de ziekte van Parkinson. Een hoger verbruik van energie (calorieën) en eiwit (bouwstoffen) als gevolg van een verhoogde spierspanning en tremors (trillen) en een lagere inname van voedingsstoffen door gebrek aan eetlust en een verminderde smaak en reuk zijn enkele van de vele oorzaken hiervoor. Meer eiwit gaan eten kan bij deze ziekte niet zomaar. Door eiwit werkt Levodopa (een van de meest gebruikte medicijnen bij de ziekte van Parkinson) minder goed. Ook hebben veel patiënten met de ziekte van Parkinson maag- en darmklachten en slikklachten. Aandacht voor voeding en dieet is in deze situaties van belang.



De zaal is weer open om 19:00 uur en het programma is van 19:30-21:00 uur.

Met dank aan:

Welzijn Barneveld, Medifit, Norschoten,

Wijnhandel Barneveld voor de wijn,

ParkinsonNet: Hannah van Toor, Johan Moll

De vrijwilligers: Evert Sandpoort, Geert Remmelts, Jenny van de Haar, Ine Vos en Marijke van der Berg.