



PARKINSONISME CAFÉ

NIEUWSBRIEF

Inleiding

De vierde bijeenkomst van ons Café dit jaar vindt plaats op een woensdagmiddag in plaats van woensdagavond, zoals we in juli altijd doen. We ontvangen vanmiddag als gastspreker Jeanette Holm-Doolaard.



Zij is Deskundige Praktische Rijgeschiktheid en werkt voor het CBR. Zij geeft regelmatig voorlichting aan groepen, waaronder ook aan Alzheimer- en Parkinson Cafés. Het is een onderwerp dat zorgt voor een uitstekende opkomst. Alle chauffeurs onder ons komen bij het ouder worden voor het dilemma te staan of autorijden nog wel veilig en verantwoord is. Dat geldt in nog grotere mate voor chauffeurs met Parkinson. Jeannette bekijkt samen met haar klanten wat er nodig is om zo lang mogelijk verantwoord te kunnen blijven rijden.

De Klankbordgroep Parkinson Café Barneveld probeert ieder jaar een aantrekkelijk aanbod aan sprekers te organiseren voor de Café-avonden. Marius vraagt de aanwezigen of er ideeën/thema's leven voor een avondprogramma. Als u ideeën heeft, dan ontvangen wij uw idee graag op ons mailadres: info@parkinsoncafebarneveld.nl.

Onze café-avonden zijn informatief van aard en zijn tevens bedoeld als ontmoetingsplaats om met elkaar een kopje koffie te drinken en contact te leggen. We

mogen deze middag weer enkele nieuwe gasten verwelkomen.

Namens ParkinsonNet is aanwezig: Maarten van Beekhoven beiden fysiotherapeut. Onze gastdames verzorgen ons naast wat lekkers bij de koffie of thee, dit keer extra met diverse hapjes. Ook de doos waarin men een vrijwillige bijdrage kan doen voor het werk van onze Vereniging, staat weer klaar. Daarnaast is het mogelijk een bijdrage te geven via de QR-codes die op de tafels zijn geplakt. Van harte aanbevolen!

Impressie van de presentatie Wanneer laat u zich testen?

Jeannette begint haar presentatie met de uitnodiging om vragen te stellen. Zo wordt het een interactieve bijeenkomst, want er wordt flink gebruik van gemaakt. Ze stelt een paar vragen over verkeersdeelname met Parkinson: Wat merkt u zelf? Wanneer vindt u dat u moet stoppen? Wat vinden familie en vrienden? Wat zegt de dokter en andere zorgverleners? En wie heeft er gelijk? Wie mag u dwingend advies geven? Het antwoord is: Laat het beoordelen door het CBR. Haar advies: Kies vrijwillig voor een



test; eigen initiatief is het beste; vraag ook uw familie en uw dokter naar hun advies. U loopt risico: Als u een ziekte verzwijgt en het komt uit bij een ongeeluk, dan mag de verzekeraar weigeren uit te keren. Het is wettelijk vastgelegd dat u niets mag verzwij-

gen op een aanvraagformulier. Ook als u bij een ongeluk betrokken raakt en men ziet dat u Parkinson heeft, kan dat tot vervelende situaties in relatie tot de schuldvraag leiden.

Er zijn ook dwangmiddelen: Een brief van de dokter,



familie of een mededeling van de Politie aan de Directeur CBR. U weet wel: Alexander Pechtold.

Legt u met goed gevolg de rijtest af, dan wordt uw rijbewijs voor maximaal vijf jaar verlengd. De werkelijke duur wordt bepaald door de keuringsarts van het CBR.

De vraag wordt gesteld of een rijtest van Veilig Verkeer Nederland ook geldig is. Dat is niet zo, maar het is wel een goed idee om te doen, zegt Jeannette. Een andere vraag is, op welk moment je het beste een test bij het CBR kunt aanvragen. Dat is al goed om te doen zodra u de diagnose Parkinson heeft ontvangen, stelt Jeanette. U kunt u dan door deskundigen zoals zichzelf gericht laten trainen om zo lang mogelijk te kunnen blijven rijden. Vroeg beginnen is verstandig. Een andere gast merkt op dat ook Fysiotherapeuten verwijzen naar de website van het CBR.

Brief aan het CBR, en dan?

Als het CBR een brief over u ontvangt, dan wordt er een onderzoek naar u ingesteld. Het CBR mag dat doen, omdat dit orgaan is opgericht om wettelijke taken uit te voeren. Een keuring vindt plaats door een arts of een specialist, maar het uiteindelijke oordeel over uw rijgeschiktheid wordt geveld door de arts van het CBR.

Het CBR test uw vakbekwaamheid om te rijden, uw theoretische kennis, uw praktische rijvaardigheid (sinds 1927) en uw rijgeschiktheid (sinds 1951).

Om uw rijbewijs te verkrijgen, heeft u een Gezondheidsverklaring moeten invullen.

Bij twijfel aan uw rijvaardigheid, moet u opnieuw een Gezondheidsverklaring invullen en ondertekenen. Naar waarheid, zoals eerder vermeld. Daar zijn kosten aan verbonden: Momenteel kost u dat € 44,50. U moet de verklaring downloaden van de website van het CBR: www.CBR.nl/gezondheidsverklaring. U kunt ook een papieren versie kopen, maar die kost nog een paar euro meer. Als u zich moet laten keuren door een arts (dat moet u bij Parkinson) ontvangt u bij de verklaring formulieren voor de arts/specialist.

Vervolgens laat u zich keuren door een neuroloog. Let daarbij op! Neurologen mogen hun eigen tarief bepalen voor de keuring. Dat loopt soms op tot wel € 280,=. U doet er verstandig aan om te 'shoppen'. De verwijzing naar een specialist is wettelijk verplicht. U mag ook uw eigen neuroloog vragen. Maar vraag dus ook altijd vooraf naar wat deze daarvoor in rekening brengt! Het CBR kan pas verder met de beoordeling als de informatie van de specialist is ontvangen.

De rijtest

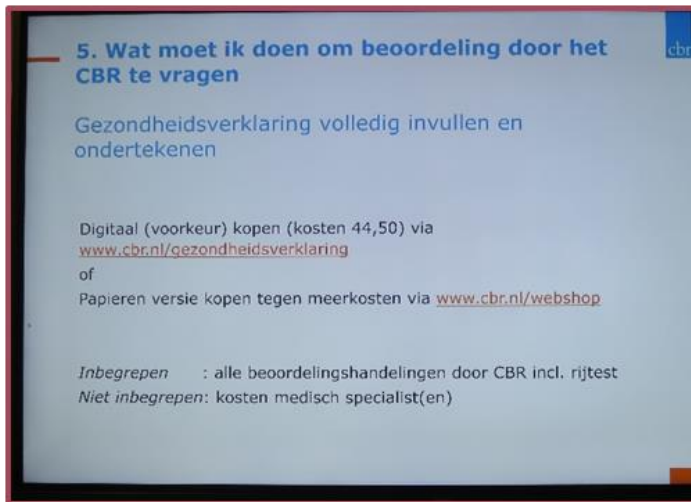
Als het nodig is, verwijst het CBR u door voor een rijtest door een Deskundige Praktische Rijgeschiktheid, zoals Jeanette. U ontvangt een uitnodiging/oproep voor de rijtest. U kunt de tijd zelf reserveren op 088 227 7700 of op www.mijncbr.nl. Als u een rijtest spannend vindt, adviseert zij om vooraf 1 of 2 gewone rijlessen te nemen. De rijtest duurt 1 uur, met 30 minuten effectieve rijtijd. De andere 30 minuten



worden besteed aan een zorgvuldige anamnese en het uitvoeren van een "Parkinson Protocol". Het is geen examen, maar een test. Deze wordt gereden in uw eigen auto, tenzij er twijfels bestaan of dat wel kan, geuit door bv. de neuroloog. In dat geval wordt er een lesauto gebruikt, zodat de instructeur in voorkomend geval kan ingrijpen.

Jeanette scoort u tijdens de test zowel op Denken als op Doen:

- Volgehouden aandacht Verkeerstaak)
- Selectieve aandacht (Prioriteiten)
- Verdeelde aandacht (Beslissingen nemen in het verkeer)



- Oriëntatie (gebruik juiste rijstroken)
- Handigheid (Uitvoering)
- Gevaarherkenning (Voetgangers, fietsers)
- Besluitvorming

Tip: neem een automaat, dat scheelt in het aantal uit te voeren handelingen.

Het resultaat

Na afloop volgt een evaluatie gesprek, waarbij uw partner/familie aanwezig mag zijn en er wordt een verslag/advies opgemaakt. De uitslag van de test is doorslaggevend voor het advies van de keuringsarts van het CBR. Geen positieve test, dan wordt uw rijbewijs in principe ingetrokken. Jeanette adviseert u daarom om volledig mee te werken aan de rijtest. U kunt een tweede rijtest aanvragen. Die vindt altijd plaats in een lesauto. In dat geval is het altijd verstandig om een paar rijlessen te nemen.

Is alles goed gegaan, dan ontvangt u een zogeheten 'Verklaring van Geschiktheid'. Jeanette adviseert om die bij uw autopapieren te bewaren. U ontvangt dan tevens een nieuw rijbewijs. Daar staat geen aantekening op. Maar omdat uw gezondheid is veranderd, krijgt u een nieuw rijbewijs. Rijbewijs BE/A/T kan maximaal 5 jaar worden verlengd; Rijbewijs CE/DE/zware campers >3.500 kg maximaal 3 jaar. In het geval van een camper moet u twee rijtesten doen: in een gewone auto en in een camper.

Tot slot

Nadat Jeanette nog wat vragen heeft beantwoord (zie hieronder), bedanken we haar hartelijk met een flesje wijn en een warm applaus en wordt er nog een

poosje gezellig nagepraat. We kijken terug op een zeer geslaagde Café-middag.

- Bestaat er een lange wachttijd voor een rijtest? Nee, maximaal 2 a 3 weken.
- Is het verstandig om aanpassingen aan de auto te laten uitvoeren? Jeanette heeft de ervaring dat dit bij Parkinson eigenlijk geen zin heeft.
- Kan een rijbewijs worden beperkt tot een bepaalde regio? Nee, dat was vroeger wel mogelijk, maar dat bleek niet te handhaven door de Politie. Voor vrachtwagens is die mogelijkheid er wel.
- Hoe zit het met scooters? Als de rijvaardigheid voor een auto goed is, geldt dat ook voor scooters en soortgelijke voertuigen <50CC.
- Geen vraag maar een advies: Als uw rijbewijs verloopt en u heeft een neurologische/Parkinson aandoening, vraag dan tenminste 19 weken voor de einddatum van het rijbewijs de keuring aan! Dit in verband met de langere doorlooptijd van het traject.
- En als laatste nog eens het advies: Neem zelf vrijwillig het initiatief voor een rijtest als u een Parkinson diagnose heeft gekregen.

Marius Alkema



Woensdag 11-09-2024

19.30-21.00 uur

Het onderwerp is Parkinson en Seksualiteit. Aanvankelijk verwachtte we Feniks de la Fosse, maar zij is wegens omstandigheden verhinderd. Voor haar komt nu Santine Scholten. Zij stelt zichzelf voor:

"Ik ben Santine Scholten, medisch bioloog en consultant seksuele gezondheid (NVVS i.o), en ik nodig u van harte uit voor mijn aankomende lezing. In deze lezing zal ik een fascinerend en vaak onderbelicht onderwerp bespreken: de impact van de ziekte van Parkinson op seksualiteit.

Nieuwsbrief 2024-4

Met mijn achtergrond als medisch bioloog heb ik altijd een sterke interesse gehad in het begrijpen van ziektebeelden en hun invloed op het menselijk lichaam. Deze wetenschappelijke nieuwsgierigheid



heeft me geleid tot een diepere studie van hoe chronische ziekten, zoals de ziekte van Parkinson, niet alleen het fysieke, maar ook het emotionele en seksuele welzijn beïnvloeden.

De ziekte van Parkinson kan vele aspecten van het leven van patiënten en hun partners beïnvloeden. Tijdens de lezing zal ik dieper in gaan welke specifieke impact deze ziekte heeft op de seksuele gezondheid van patiënten. Ik zal ingaan op vragen zoals: "Welke uitdagingen ervaren patiënten en hun partners op het gebied van intimiteit en seksualiteit?" en "Hoe kunnen we hen het beste ondersteunen in het behouden van een bevredigend seksueel leven ondanks de beperkingen die de ziekte met zich meebrengt?"

Daarnaast zal ik inzichten delen uit recent wetenschappelijk onderzoek en praktische adviezen geven voor zorgverleners en naasten. En wellicht een casus vanuit mijn praktijk meenemen.

Ik nodig u van harte uit om deel te nemen aan deze lezing en samen te kijken naar seksueel welzijn als onderdeel van gezondheid en ik hoop u binnenkort te zien."

Met dank aan:

Jeanette Holm-Doolaard voor de presentatie.
Welzijn Barneveld, Medifit Barneveld.
Wijnwinkel Barneveld voor de wijn.
ParkinsonNet: Maarten van Beekhoven.
De vrijwilligers: Nanke en Henk Bolster, Ine Vos, Marijke van der Berg en Martin Jochemsen en mensen uit de zaal.

Parkinson Blog

Af en toe besteed ik aandacht aan de Ervaringsblogs van de Parkinson Vereniging (www.parkinson-vereniging.nl). Veel mensen halen daar inspiratie uit. Dit keer een blog van Rik Bronkhorst:

"Mijn vrouw vertrouwt nog steeds op mij. Maar de praktijk wijst uit: dat kan niet meer.

Gisteren gingen we met de elektrische fietsen achter op de auto naar de streek van Rhijnauwen en Amelisweerd. "Heb je alles meegenomen?", vroeg ze nog voordat wij vertrokken. Aangekomen op een parkeerplaats, fietsen van de auto en wat bleek: ik was vergeten haar computertje mee te nemen. Zonder dat dingetje op het stuur doet de motor van de elektrische fiets het niet. Gewoontedier als ik inmiddels ben laat ik dat op mijn e-bike zitten en haalt mijn vrouw het eraf. Nu moest zij terug naar huis om het dingetje op te halen. Ik bleef achter bij de fietsen. Na ruim een uur kwam zij terug. Gelukkig heeft zij begrip voor mij als parkinsonpatiënt en was ze niet chagrijnig.

Ik bood mijn excuses nogmaals aan en vroeg haar om als ik een klusje moet doen, bijvoorbeeld als we samen op reis gaan, mij te controleren. Niet met de



vraag: "Heb je alles meegenomen of heb je alles bij je?" Want dan zeg ik in vaste overtuiging: "Ja." Stap voor stap controleren of ik daadwerkelijk alles heb meegenomen is de enige oplossing om teleurstellingen te voorkomen.

Voor mijn echtgenote, die gewend was aan mijn zorgvuldigheid, is dat wel even wennen en niet leuk. Maar het kan niet anders."