

## Parkinson en werk

Door betere en eerdere diagnostiek krijgen steeds meer mensen op vroegere leeftijd te horen dat ze de ziekte van Parkinson hebben. Mensen die vaak nog aan het werk zijn, een eigen bedrijf hebben, of werkzoekend zijn. Parkinson is een progressieve ziekte, die snel het functioneren op het werk beïnvloedt. Op langere termijn kan het mogelijk tot arbeidsongeschiktheid leiden. 50% van de werkenden is binnen 8 jaar na vaststelling diagnose volledig arbeidsongeschikt.

### De diagnose

Het horen dat je de ziekte van Parkinson hebt, kan een schok zijn: je wereld staat even stil. Het kan ook een opluchting zijn: eindelijk weet je wat er aan de hand is. Ben je nog werkend, dan is het belangrijk daar goed over te praten met je bedrijfsarts, werkgever en collega's. Ieder op het juiste moment, en met de juiste informatie.

### Gevolgen van de ziekte van Parkinson

Het is, zeker in het begin, voor iedereen verschillend hoe Parkinson je werkzaamheden beïnvloedt. Misschien had je al langere tijd vage klachten, en moest je je al regelmatig ziek melden. Dit gaf mogelijk problemen met werkgever of collega's. Het kan een opluchting zijn dat nu duidelijk is wat er aan de hand is. Het helpt dan wellicht hen over je Parkinson te informeren.

### Creatief denken

Zodra je werk niet meer als vanzelf gaat, moet je met je bedrijfsarts en werkgever creatief gaan denken over oplossingen. Dit kunnen hulpmiddelen zijn zoals een aangepaste computermuis, spraakherkenningssoftware, technische aanpassingen. Maar ook aangepaste werkzaamheden zoals minder druk, minder lang, of lager tempo. Andere werkzaamheden en zelfs werk bij een andere werkgever behoren tot de mogelijkheden. Heb je een vaste baan, dan zijn jij en je werkgever verplicht gedurende twee jaar al het mogelijke te doen om je aan het werk te houden. Gedurende die tijd heb je ook

ontslagbescherming. Ga ook niet zomaar akkoord met een aangepaste arbeidsovereenkomst: dit kan grote financiële gevolgen hebben voor de toekomst.

### Werk is belangrijk, maar niet het enige

Werk biedt je inkomen, voldoening, status, sociale contacten, zingeving. Besef echter dat je niet ten koste van alles je werk moet volhouden. Hou energie over voor je relatie, familie en vrienden. Hou energie over voor sporten en hobby's. Het risico op een burn-out of depressie is groot als je werk te lang vol wilt houden.

### Werk zoeken met de ziekte van Parkinson

Werk zoeken is lastig: moet je wel of niet vertellen dat je de ziekte van Parkinson hebt. Het is in eerste instantie aan jou om te beoordelen of de ziekte jou op dit moment beperkingen oplevert voor die nieuwe functie. Is dit niet het geval, dan hoeft je het niet te melden. Is dit wel het geval, of wil je niet met een 'geheim rondlopen, dan is openheid en eerlijkheid aan te raden.

### Arbeidsongeschiktheid

Voor werknemers, uitzendkrachten en mensen met een WW-uitkering is de wet WIA (Werk en inkomen naar arbeidsvermogen) van toe-passing. Daarin staat precies wat je rechten en plichten zijn. (Zie [www.uwv.nl](http://www.uwv.nl)).

Anderen kunnen hier geen beroep op doen. Zelfstandigen (ZZP-ers) hebben mogelijk een arbeidsongeschiktheidsverzekering afgesloten.

# 11 feiten over Parkinson en werken

1. Mensen met de ziekte van Parkinson kunnen in een vroeger of later stadium van de ziekte problemen krijgen met werk en inkomen. Binnen 8 jaar na het vaststellen van de diagnose, is de helft van de werkenden volledig arbeidsongeschikt.
2. Algehele vermoeidheid is de voornaamste reden, maar in een eerder stadium kunnen de problemen heel divers zijn. Trillen, beven, en stijfheid geven fysieke beperkingen. Maar ook concentratie, het verdelen van de aandacht over verschillende taken, geheugen en sociaal functioneren kunnen moeilijker gaan.
3. Ga in een zo vroeg mogelijk stadium in gesprek met je werkgever. Overleg met je bedrijfsarts hoe je je werk zo goed mogelijk kunt blijven doen. Wees creatief: bedenk zo veel mogelijk hulpmiddelen, aanpassingen, werkzaamheden die je nog wel kunt doen.
4. Heb je al langer klachten, en is nu pas duidelijk dat het de ziekte van Parkinson is, leg dat dan aan je collega's en werkgever uit.
5. Bedenk dat werk belangrijk is: het geeft je voldoening, status, inkomen, sociale contacten.
6. Voor werknemers in vaste dienst is de werkgever verplicht gedurende de twee jaar na ziekmelding al het mogelijke te doen de werknemer met de ziekte van Parkinson aan het werk te houden. Dit kan door middel van hulpmiddelen, aanpassingen, andere werkzaamheden (eventueel bij een andere werkgever). Gedurende die twee jaar heb je ontslagbescherming. Na twee jaar vindt een beoordeling door het UWV plaats. Alle rechten en plichten staan in de wet WIA (Werk en inkomen naar arbeidsvermogen).
7. Voor werknemers met een tijdelijk contract, uitzendkrachten en mensen met een WW-uitkering, neemt bij ziekmelding (na einde contract) het UWV de rol van de werkgever over.
8. ZZP-ers (zelfstandigen zonder personeel), werkgevers, mensen zonder inkomen of met een bijstandsuitkering kunnen geen beroep doen op de WIA.
9. ZZP-ers en werkgevers kunnen zelf een arbeidsongeschiktheidsverzekering afsluiten. Het komt veel voor dat ze dat niet gedaan hebben vanwege de hoge kosten. Na de diagnose alsnog een verzekering afsluiten zal heel moeilijk zijn.
10. Zelfstandig?: Kom na de diagnose zo snel mogelijk in actie. Overweeg hoe je de toekomst en de waarde van je bedrijf het beste overeind houdt, ook al kun jij niet meer wat je vroeger kon. Een successieplan eerder inzetten? Winst inleveren voor een assistent/vervanger/compagnon/opvolger? Of het bedrijf verkopen?
11. Bedenk dat werk niet alles is: houd energie over voor je relatie, sociale contacten, hobby's, en sporten. Denk na over je leven nadat je je werk hebt moeten opgeven.

*Kijk voor meer informatie op [www.parkinson-vereniging.nl/werk](http://www.parkinson-vereniging.nl/werk). Voor het beantwoorden van verdere vragen staat een aantal ervaringsdeskundige leden van de Parkinson Vereniging klaar. Mail je vraag en contactgegevens naar [info@parkinson-vereniging.nl](mailto:info@parkinson-vereniging.nl).*