PARKINSONISME
VERENIGING

wel zijn
BEVERWIJK

Welkom in het
Parkinson Café IJmond

Parkinson Café IJmond 14 september 2026

- Binnenkomst en invullen consumptie formulieren
- Welkom en opening
- Presentatie GZ-psychologen RKZ Beverwijk:
  - Marieke Roffel en Ingrid Kauw
- Workshop ronde 1

Pauze

- Terugkoppeling resultaten workshop ronde 1
- Workshop ronde 2
- Gezellig napraten met alle aanwezigen
- Evaluatie formulier invullen



PARKINSONISME VERENIGING

welzijn BEVERWIJK



Niet-motorische klachten bij Parkinson

Herkennen, bespreken en er samen mee leren omgaan

Marieke Roffel en Ingrid Kauw, Gezondheidszorgpsychologen
Rode Kruis Ziekenhuis

Waarom deze bijeenkomst?

- Niet-motorische klachten komen bij vrijwel iedereen met Parkinson voor
- Ze krijgen vaak minder aandacht dan trillen, stijfheid of traagheid
- Toch bepalen ze vaak meer hoe je je dagelijks voelt
- Partners en naasten merken vaak dingen op die je zelf niet ziet — jullie inbreng is vandaag net zo belangrijk
- Vandaag: kennis delen, herkennen bij jezelf of bij elkaar, en van elkaar leren



Parkinson raakt de patiënt én de mensen om hen heen

Erover praten — ook met elkaar — helpt om je minder alleen te voelen

Twee soorten klachten

Motorische klachten

- Trillen (tremor)
- Spierstijfheid
- Traagheid van bewegen
- Balans- en loopproblemen

Niet-motorische klachten

- Stemming & emotie
- Cognitie (denken, geheugen)
- Slaap
- Lichamelijk / autonoom
- Zintuiglijk & vermoeidheid
- Medicatie-gerelateerd

Vandaag staat de rechterkant centraal

Zes gebieden die we bespreken



Stemming & emotie



Cognitie



Slaap



Lichamelijk



Zintuiglijk & vermoeidheid



Medicatie-gerelateerd



Stemming & emotie

- Depressie — komt vaker voor dan bij veel andere chronische ziekten
- Angst — vaak samen met somberheid, soms los ervan
- Apathie — minder motivatie of initiatief; voelt anders dan somberheid

Apathie is geen luiheid — het is een symptoom van de ziekte zelf.

Herkent je partner dit eerder dan jijzelf? Dat komt vaak voor.



Cognitie

- Concentratieproblemen — moeite om je aandacht vast te houden
- Geheugenklachten — vooral dingen ophalen, niet per se opslaan
- Trager denken (bradyfrenie) — het duurt langer om iets te verwerken
- Bij een deel van de mensen ontstaat op termijn dementie

Slaap

- Moeite met inslapen of doorslapen
- Levendige, soms heftige dromen
- REM-slaapstoornis — bewegen of praten tijdens het dromen
- Overdag slaperigheid, los van vermoeidheid

Herkenbaar dat je partner vertelt dat je 's nachts "acteert" in je slaap? Bespreek dit gerust met je neuroloog.



Lichamelijk & autonoom

- Obstipatie — vaak al jaren vóór de diagnose aanwezig
- Blaasklachten — vaker of plotseling moeten plassen
- Bloeddrukdaling bij opstaan (duizeligheid)
- Overmatig zweten of speekselvloed



Zintuiglijk & vermoeidheid

- Reukverlies — vaak een van de vroegste signalen
- Pijn — spierpijn, stijfheid, soms moeilijk te plaatsen
- Vermoeidheid — een uitgeputte energie-accu, niet hetzelfde als slaperigheid

Medicatie-gerelateerd

- Impulscontroleproblemen — bijvoorbeeld gokken, kopen of hyperseksualiteit
- Kan ontstaan door bepaalde dopamine-agonisten
- Hallucinaties of het zien/horen van dingen die er niet zijn

Schaam je hier niet voor — dit is een bijwerking van medicatie.

Partners merken dit soms eerder op. Bespreek het samen met je neuroloog.

Ronde 1 — Herkenning

In aparte groepjes: patiënten en partners/naasten apart

1

- Wat herken je bij jezelf — of bij je naaste?
- Wanneer merk je dit het meest (tijdstip, situatie)?
- Heb je weleens overwogen om daar hulp bij te vragen?

Apart bespreken geeft ruimte om eerlijk te zijn — ook over lastige onderwerpen.

Plenair — wat kwam er naar voren?

Twee perspectieven, één gesprek

2

- Wat viel patiënten zelf op?
- Wat viel partners en naasten op?
- Waar zit het verschil — en wat leert dat ons?

Juist dat verschil in perspectief is vaak het meest waardevolle moment van vandaag.

Ronde 2 — Omgaan met klachten

Nu samen, als koppel of gezin

3

- Wat helpt jou (of je naaste) hierbij, concreet?
- Wat zou je nog willen proberen?
- Welke steun heb je van elkaar nodig?

Er is geen goed of fout — en het is oké als je iets liever niet deelt.

Waar kun je terecht?

- Je neuroloog of parkinsonverpleegkundige — voor medicatie en medische vragen
- ParkinsonNet — voor gespecialiseerde zorgverleners bij jou in de buurt
- Parkinson Vereniging — voor lotgenotencontact en informatie, ook voor partners
- Psycholoog of maatschappelijk werk — voor stemming, verwerking en coping

Dank je wel voor je openheid vandaag.

Parkinson Café IJmond 14 september 2026

Sluiting

- Evaluatie formulier invullen



Volgende maand

- Maandag 12 oktober 2026 van 19:30 tot 21:30 uur
- Workshop zang-stemgebruik door Yvon Cat, muziektherapeut
- Mede-gesponsord door kringloopwinkel De Groene Ezel



PARKINSONISME VERENIGING

DE groene EZEL KRINGLOOPWINKEL HEEMSKERK

wel zijn BEVERWIJK