

De ziekte van Parkinson



De ziekte van Parkinson is een ziekte van de hersenen. Als u Parkinson heeft, maken uw hersencellen minder dopamine aan. Dat is een stofje dat zorgt dat u soepel en gemakkelijk kunt bewegen. Ook andere stofjes in de hersenen worden minder aangemaakt en dat geeft verschillende andere problemen.

Dagelijks bewegen is belangrijk voor een goede gezondheid. Dat geldt voor iedereen, dus-ook voor mensen met Parkinson. Als u regelmatig beweegt gaat uw lichamelijke én geestelijke gezondheid er op vooruit. Mensen met de ziekte van Parkinson hebben dus baat bij bewegen. Zo leert u hoe u slim en veilig kunt bewegen en wat te doen om vallen te voorkomen. Bovendien krijgt u tips en steun.

Als gevolg van de ziekte van Parkinson kunnen problemen ontstaan met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. In de behandeling leert u onder andere specifieke strategieën en trucjes aan om in het dagelijks leven beter te functioneren.

Het begin

De ziekte begint meestal met klachten die ook bij andere ziekten voorkomen: snel moe zijn, spierpijn hebben of tintelingen in de armen of benen. Deze problemen krijgt u in het begin, wanneer de hersenen iets minder dopamine aanmaken. Pas wanneer ze nog maar heel weinig dopamine maken, krijgt u klachten die bij Parkinson horen. De hersenen en de spieren kunnen dan niet meer goed samenwerken: u heeft geen goede controle meer over uw spieren.

Langzaam erger

De ziekte van Parkinson is een chronische ziekte: als u het hebt, dan gaat het nooit meer over. Mensen die horen dat ze deze ziekte hebben, zijn meestal tussen de 50 en de 60 jaar oud. Maar ook jongere mensen kunnen Parkinson krijgen. Het is een progressieve ziekte: het wordt (langzaam) steeds iets erger. Dit komt doordat langzaam maar steeds meer hersencellen die dopamine maken, afsterven.

Dopamine: de boodschapper

Onze hersenen bestaan uit hersencellen. In een speciaal deel van de hersenen wordt dopamine gemaakt, dit gebeurt in de hersencellen die in dat deel zitten. Dopamine is eigenlijk een boodschapper, die berichtjes van uw hersenen naar uw spieren brengt. Het zorgt ervoor dat u automatische bewegingen kunt maken. Uw hersenen bedenken bijvoorbeeld dat u een koekje wilt, dus beweegt u uw hand naar de trommel. U kunt bewegen, omdat uw hersenen razendsnel een signaaltje naar de spieren in de hand sturen. Die prikkel reist van uw hersenen via het ruggenmerg naar de zenuwen. De zenuwen geven de spieren dan het teken om te gaan bewegen. Hierdoor komen de spieren in actie. Deze prikkel komt op zijn plek aan dankzij de dopamine. Is er nog maar weinig dopamine in het lichaam, dan duurt het langer voordat het signaaltje verplaatst. Wat u wilt doen, gaat moeilijker en langzamer, zonder dat u dit zelf wilt.



Karin Roeleveld is sinds 2009 lid van ParkinsonNet en actief in het netwerk Amsterdam/Amstelland.

ParkinsonNet is een initiatief van het Radboud UMC en de Werkgroep Bewegingsstoornissen van de Nederlandse Vereniging voor Neurologie. Het ParkinsonNet concept wordt ondersteund door het Koninklijk Nederlands Genootschap voor Fysiotherapie, de Vereniging van Oefentherapeuten Cesar & Mensendieck, Ergotherapie Nederland, de Nederlandse Vereniging voor Logopedie en Foniatrie en de Parkinson Patiënten Vereniging.

De ziekte van Parkinson is een complexe aandoening. Hierdoor kunnen problemen ontstaan met het uitvoeren van dagelijkse activiteiten. ParkinsonNet is een netwerk van gespecialiseerde zorgverleners die de problemen met deze activiteiten behandelen en begeleiden. Zij vormen samenwerkingsverbanden per regio.