

Thema: In gesprek met Joop Verbeek

Vanavond interviewt Veronique Zoontjens de heer Joop Verbeek.

Joop is 74 jaar, is getrouwd met Laura en samen hebben zij twee kinderen en drie kleinkinderen.

Ruim zeven jaar geleden werd bij Joop een beginnende Alzheimer geconstateerd. Omdat Laura zich zorgen maakte, ging Joop naar de huisarts die Joop doorverwees naar de neuroloog in het Etz.

Er werden geheugentesten afgenomen, er volgde een lichamelijk onderzoek en er werd een ruggenmergpunctie afgenomen. Geconcludeerd werd dat er sprake was van een beginnende Alzheimer. Joop was op dat moment 67 jaar. Hij kreeg het nadrukkelijke advies om actief te blijven.

Joop is geboren in een slagersgezin en heeft tot zijn 26ste jaar in de slagerij gewerkt. Vervolgens heeft hij zich laten scholen tot keurmeester. Vanaf de diagnose Alzheimer is hij als vrijwilliger gaan werken bij de Voedselbank Tilburg, waar hij met name een 'keurende' en controlerende taak kreeg. De Voedselbank Tilburg is een distributiecentrum voor Zeeland, Brabant en een deel van Limburg. Joop werkt er inmiddels al zeven jaar met veel plezier; hij heeft een vast dagritme, hij wordt er gewaardeerd, hij is er heel zinvol bezig. Hij vertelt er vol enthousiasme en met humor over. Hij kan zelfs thuis via internet inloggen om in actie te komen voor de Voedselbank als het nodig is.

Joop zegt dat hij lange tijd het gevoel heeft gehad dat er geen sprake was van Alzheimer, ook al was dit door deskundigen vastgesteld. Bij de Voedselbank kan hij goed functioneren, hij fietst er (doorgaans met zijn e-bike) dagelijks naar toe, volgens een vaste routine. Ook rijdt hij nog auto, zij het beperkt. Binnenkort moet hij voor de tweede keer naar het CBR voor een rij-test, maar hij heeft zich voorgenomen om na zijn 75ste verjaardag geen auto meer te rijden.

Het laatste half jaar merkt Joop dat het wat minder goed met hem gaat. Hoewel de routine van het vrijwilligerswerk hem nog steeds goed af gaat, heeft hij thuis meer en meer de ondersteuning van zijn vrouw nodig. Hij vergeet steeds meer. Op vakantie gaan hoeft voor hem niet meer; hij is graag thuis en geniet van zijn kinderen en kleinkinderen. Hij slaapt goed en redelijk veel.

Joop is heel open over zijn ziekte, hij schaamt zich er niet voor, iedereen mag het weten. Hij heeft contact met de praktijkondersteuner van de huisarts en met een casemanager

Na de pauze worden er vragen gesteld aan Joop:

- Neem jij deel aan gespreksgroepen?

Joop vertelt dat hij inderdaad heeft deelgenomen aan een gespreksgroep voor mensen met dementie, georganiseerd vanuit de Geheugenwinkel, maar liever gaat hij werken. (De Geheugenwinkel kent meerdere gespreksgroepen, voor mensen met dementie, voor partners, en andere activiteiten.)

- Wanneer kom je bij de neuroloog en wanneer bij de geriater?

Beide specialismen kunnen de diagnose stellen. Doorgaans komen mensen van boven de 65 jaar bij de geriater, tot en met 65 jaar bij de neuroloog. Bij de onderzoeken worden geheugentesten afgenomen, vindt lichamelijk onderzoek plaats, worden bloed en urine gecontroleerd, soms volgt ook een ruggenmergpunctie of een MRI-scan. Ook wordt er gesproken met de partner.

- Wat doe jij om het proces zo te vertragen? Heb je medicijnen?

Joop heeft geen medicijnen. Hij heeft het geluk dat hij zich erg goed voelt bij het vrijwilligerswerk dat hij doet; het sluit heel goed aan bij zijn werkzame leven als keurmeester.

Veronique vertelt dat het belangrijk is om naast gezond te eten, zowel lichamelijk, geestelijk als sociaal actief te blijven. Zij noemt de organisatie Smilestone met het programma Vitaal Gym, waar o.a. de oog-/handcoördinatie naast het bewegen een belangrijk aspect is.

- Heeft u in een ontkenningsfase gezeten?

Nee, zegt Joop. Ik ben er van meet af aan open over geweest.

- Brengt de dementie niet veel vermoeidheid met zich mee? En denk je wel eens na over de toekomst?

Joop kan niet zeggen dat hij extra vermoeid is, maar hij slaapt veel en goed. Over de toekomst denkt hij niet na. Wel hebben hij en zijn vrouw een levens-testament laten maken. Joop geniet van zijn kleinkinderen, "daar leef ik voor" zegt hij. Het actief met hen bezig zijn kan hem nog wel eens vermoeien maar dat heeft hij er graag voor over.

- Hoeveel uren werk je bij de Voedselbank?

Gemiddeld 4 tot 5 uur per dag, voornamelijk in de middagen, vijf dagen per week.

Veronique bedankt Joop voor zijn eerlijke, openhartige en prettige bijdrage aan deze avond. Het is niet iedereen gegeven om op deze wijze met de ziekte om te gaan, maar de positieve instelling van Joop draagt er absoluut toe bij dat het leven de moeite waard is.

Dinsdag 12 augustus is er weer een Alzheimer Café.

Het thema is dan Technologie en dementie.

Uiteraard bent u allen weer van harte welkom!