



STICHTING

ParkinsonFonds

Symptomen en verloop van de ziekte van Parkinson



**ONS DOEL: DE ZIEKTE VAN PARKINSON
VOORKOMEN OF GENEZEN**

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 1. | <i>Inleiding</i> | 3 |
| 2. | <i>De meest voorkomende symptomen van parkinson</i> | 4 |
| 3. | <i>Andere regelmatig voorkomende symptomen van parkinson</i> | 6 |
| 4. | <i>Het verloop van de ziekte van Parkinson</i> | 7 |
| 5. | <i>De vroege signalen voor parkinson</i> | 9 |
| 6. | <i>Patiënten over hun eerste parkinsonsymptomen</i> | 12 |
| 7. | <i>Meer informatie</i> | 13 |



Deze brochure krijgt u van Stichting ParkinsonFonds. Hierin vertellen wij u over de mogelijke symptomen en het verloop van de ziekte van Parkinson.

De ziekte van Parkinson kent vele gezichten. Bij elke patiënt komt de ziekte met verschillende symptomen tot uiting. Ook het verloop van de ziekte verschilt per persoon. De brochure is bedoeld ter informatie – voor mensen met parkinson en hun dierbaren. Herkent u een of meer symptomen of heeft u vragen, bespreek deze dan altijd met uw arts.



A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Lex Knobben', enclosed within a blue oval shape.

Lex Knobben
Directeur Stichting ParkinsonFonds

2. DE MEEST VOORKOMENDE SYMPTOMEN VAN PARKINSON



Symptomen van parkinson

De ziekte van Parkinson is complex en uit zich in talrijke symptomen. Deze zijn vaak te onderscheiden in motorische (gericht op beweging) en niet-motorische klachten, zoals concentratieproblemen.

De klachten verschillen per patiënt en zelfs per dag of moment. Niet elke patiënt ervaart dus alle symptomen. Al zijn er wel veel overeenkomsten.

De eerste symptomen zijn meestal vaag en worden niet altijd herkend als het begin van parkinson. De klachten worden langzamerhand erger. En hebben

“ Na een voetoperatie kreeg ik fysiotherapie. Mijn linkervoet bleef slepen en mijn arm bewoog bij het lopen niet meer mee. Ik kon me slechter concentreren, en hield mijn werk niet meer vol door pijn. De neuroloog vond het direct een duidelijk Parkinsonverhaal.

Linda

dus ook steeds meer invloed op het dagelijks leven van de patiënt.

Als een parkinsonpatiënt last heeft van trillen, traag bewegen of stijve spieren, gaan ogenschijnlijk eenvoudige handelingen niet meer automatisch. Opstaan uit een stoel of bed, een dopje op een tube doen, een overhemd dichtknopen of veters strikken, worden dan steeds lastiger taken.



*Mijn eerste symptomen?
Trillen en steeds meer moeten
nadenken over hoe ik moest
bewegen. En niet meer dan één
ding tegelijk kunnen doen.*

Anja



MEEST VOORKOMENDE SYMPTOMEN:

- trillen/beven/schudden (in rusthouding)
- stijfheid
- langzamer en minder bewegen
- vermoeidheid
- schuifelend lopen
- arm of been niet meer kunnen bewegen
- moeite met evenwicht houden en
- coördinatie
- moeite met praten (zachter en monotoon)
- moeite met schrijven (verkramp)
- kleiner/kriebelig handschrift
- vlakke gelaatsuitdrukking ('masker')
- pijn

3. ANDERE REGELMATIG VOORKOMENDE SYMPTOMEN VAN PARKINSON



Zoveel parkinsonpatiënten, zoveel symptomen: de hierna genoemde klachten komen ook regelmatig voor bij deze ziekte. We pretenderen zeker niet dat de lijst compleet is.

- blaas- en darmproblemen
- obstipatie
- vallen en duizeligheid
- oogproblemen
- pijn in ledematen
- depressiviteit
- emotionele instabiliteit
- geheugenstoornissen
- slaapstoornissen
- lage bloeddruk
- cognitieve achteruitgang
- moeite met overzicht houden
- moeite met plannen van activiteiten
- impulscontrolestoornissen
- hallucinaties
- dementie
- freezing (blokkade bij het lopen)
- rusteloze benen
- huidproblemen
- overmatig zweten
- spraak- en communicatieproblemen
- moeite met slikken
- kwijlen
- droge mond

A photograph of a person walking away on a dirt path through a forest with vibrant autumn foliage. The trees have yellow and orange leaves, and the ground is covered in fallen leaves. The person is wearing a dark coat and is walking towards the background. A green banner with white text is overlaid on the top right of the image.

4. HET VERLOOP VAN DE ZIEKTE VAN PARKINSON

De ziekte van Parkinson is progressief: klachten beginnen vaak geleidelijk, meestal aan één kant. Na verloop van tijd nemen ze vaak toe, in volstrekt willekeurige volgorde. Ook de andere kant van het lichaam kan later klachten geven.

De ontwikkeling van de ziekte – snelheid en symptomen – verschilt per persoon. Bij de ene patiënt verergeren de klachten al snel, de andere blijft jarenlang redelijk stabiel met milde symptomen.

Met de juiste behandeling, die door de jaren heen telkens wordt aangepast, zijn de klachten vaak redelijk te beheersen. Dat neemt niet weg dat de ziekte een grote impact heeft op het dagelijks leven. De gevolgen van parkinson worden steeds ingrijpender voor de patiënt, waardoor de levenskwaliteit vermindert. Langzaam maar zeker verliezen patiënten hun zelfstandigheid.

De 5 stadia van de ziekte van Parkinson

Ondanks de verschillen tussen symptomen en de mate waarin deze zich openbaren, kan de ziekte van Parkinson in vijf verschillende stadia worden ingedeeld. De doorlooptijd van elk stadium varieert, en het overslaan van stadia (bijvoorbeeld van fase één naar fase drie) is niet ongewoon.

Een bekende manier om de progressie van de ziekte bij patiënten vast te stellen, is de Hoehn & Yahr-schaal, vernoemd naar de twee artsen die de schaal in 1967 ontwikkelden.

DE VIJF STADIA ZIJN:

Fase 1:

Tijdens de eerste fase van de ziekte ervaart de patiënt meestal milde symptomen. Deze symptomen kunnen voor ongemak zorgen bij de dagelijkse taken. Typische symptomen zijn trillen of schudden van een arm en/of been. De eerste veranderingen aan een patiënt die de omgeving meestal opvallen zijn een slechte houding, verlies van evenwicht en een andere gezichtsuitdrukking.

Fase 2:

In het tweede stadium gaat de coördinatie van ledematen aan beide zijden van het lichaam moeizamer. De patiënt ondervindt problemen met wandelen en kan zich moeilijker in evenwicht houden. Ook worden normale fysieke taken/handelingen moeilijker.

Fase 3:

In dit stadium worden de symptomen ernstig. Patiënten kunnen niet

meer recht lopen of staan. Bewegen gaat trager.

Fase 4:

In deze fase verergeren de symptomen nog sterker. Wandelen gaat nog net, maar het is vaak beperkt met veel stijve en trage bewegingen. Tijdens deze fase kunnen de meeste patiënten geen dagelijkse taken meer doen en niet meer zelfstandig wonen.

Fase 5:

In de laatste fase neemt de ziekte de fysieke bewegingen van de patiënt over. De patiënt kan meestal niet meer voor zichzelf zorgen en is niet in staat om zelf te staan of lopen. Een patiënt in fase vijf heeft meestal constant een-op-een verpleegkundige zorg nodig.



Hoe vroeger parkinson wordt ontdekt, hoe beter op de ziekte kan worden ingespeeld. Zodat de patiënt langer en met hogere kwaliteit kan leven. Hierbij delen we tien voor-tekens die kunnen wijzen op parkinson. Heeft u een van deze symptomen of herkent u ze bij een ander, dan is dat niet direct een indicatie voor parkinson. Maar herkent u twee of meer van deze vroege signalen, dan is het verstandig even naar de huisarts te gaan voor een check.

10 VROEGE SIGNALLEN VOOR PARKINSON

1) Tremor

Een licht schudden van of trilling in uw vinger, duim, hand of kin (in rust) is een algemeen vroeg teken voor parkinson.

Wat is normaal?

Trillen/schudden kan voorkomen na veel sporten, bij stress of na een verwonding. Ook een medicijn kan een tremor veroorzaken.

2) Moeite met bewegen of lopen

Heeft u last van stijve spieren in uw lichaam, armen of benen? Valt het anders op dat uw armen niet meebewegen als u loopt? Stijfheid gaat soms over na bewegen. Zo niet, dan kan het een voorteken zijn van parkinson. Stijfheid of pijn in schouder of heupen kan ook een vroeg signaal zijn. Mensen geven soms aan dat hun voeten lijken vast te

zitten aan de vloer.

Wat is normaal?

Heeft u een blessure aan uw arm of schouder, dan staat dat normaal functioneren tijdelijk in de weg. Ook een andere ziekte, zoals artritis, kan dezelfde symptomen geven.

3) Reukverlies

Merkt u dat u bepaalde etenswaren niet meer goed ruikt? Als u moeite heeft met het ruiken van voedsel zoals bananen, augurken of drop, dan is het verstandig uw arts te vragen of dit op parkinson wijst.

Wat is normaal?

Verkoudheid, griep of een verstopte neus kan uw reukvermogen aantasten, maar dat moet normaliseren als u weer beter bent.



4) Moeite met slapen

Beweegt u wild in het rond als u diep in slaap bent? Uw echtgenoot/echtgenote zal het ongetwijfeld merken. Plotselinge bewegingen tijdens het slapen kunnen een voorteken zijn van parkinson.

Wat is normaal?

Iedereen heeft weleens een onrustige nacht waarin je meer rondwoelt dan slaapt. Ook korte schokken van het lichaam komen veel voor en zijn normaal, zeker bij het in slaap vallen of in lichtere slaap.

5) Kleinere handschrift

Is uw handschrift veel kleiner en kriebeliger geworden dan het was? Zo'n verandering kan een vroeg signaal zijn van parkinson.

Wat is normaal?

Soms verandert een handschrift sowieso met het ouder worden, als u stijve handen of vingers hebt of door minder goed zicht.

6) Zachte of lage stem

Zeggen andere mensen dat uw stem erg zacht is of dat u schor klinkt? Dan is een bezoekje aan de huisarts aan te raden.

Wat is normaal?

Een hoest, verkoudheid of griepvirus kan invloed hebben op uw stem, maar die



moet als u beter bent weer als vanouds klinken.

7) Last van verstopping

Heeft u last van constipatie ofwel darmverstopping, dan is het verstandig naar de huisarts te gaan. Moeite met naar de wc gaan, kan een voorteken zijn van parkinson.

Wat is normaal?

Als uw voedingspatroon onvoldoende water of vezels bevat, kan dit darmproblemen veroorzaken. Ook bepaalde medicatie, in het bijzonder pijnstillers, veroorzaakt constipatie.

8) Maskergelaat

Hoort u regelmatig dat u ernstig, depressief of boos kijkt, ook als u in een prima humeur bent? Een strak, maskerachtig gezicht kan een teken zijn van de ziekte van Parkinson; een check bij de huisarts is verstandig.

Wat is normaal?

Sommige medicijnen veroorzaken hetzelfde maskerachtige gezicht met serieuze

uitstraling, maar dat gaat weer over na het stoppen van de medicatie.

9) Voorovergebogen houding

Staat u niet zo rechtop als u gewend was? Als u van meerdere mensen hoort dat het lijkt of u vooroverbuigt, leunt of ‘hangt’ als u staat, kan dit een voorbode voor parkinson zijn.

Wat is normaal?

Als u last heeft van een blessure of ziek bent, kan dit ook een gebogen houding veroorzaken.

10) Last van duizeligheid of flauwvallen

Merkt u dat u vaak duizelig wordt als u vanuit een stoel opstaat? Duizeligheid of flauwvallen kan een teken zijn van lage bloeddruk en dat heeft een link met parkinson.

Wat is normaal?

Iedereen is weleens duizelig bij opstaan, maar als dit regelmatig voorkomt, is een bezoek aan de huisarts aan te raden.

6. PATIËNTEN OVER PARKINSON

'Je moet je benen eens optillen', zei mijn vrouw steeds. Ik struikelde nogal vaak. De neuroloog constateerde al vlug dat parkinson de boosdoener was. Achteraf waren er meer aanwijzingen voor de sluimerende ziekte. Mijn arm bleef hangen, bewoog niet mee tijdens het lopen en ik had soms tremoren.

Hans

Na een voetoperatie kreeg ik fysiotherapie. Mijn linkervoet bleef slepen en mijn arm bewoog bij het lopen niet meer mee. Ik kon me slechter concentreren, en hield mijn werk niet meer vol door pijn. De neuroloog vond het direct een duidelijk parkinsonverhaal.

Linda

Op mijn werk liet ik opeens steken vallen, vergat dingen. Ik vergat de namen van mensen met wie ik werkte en kon niet meer goed aan gesprekken deelnemen. In een meeting pikte ik na vijf minuten niets meer op en na afloop was ik compleet kwijt waar het over ging. Geleidelijk kreeg ik ook tremoren.

Ronald

De neuroloog wachtte me op aan het einde van een ongeveer 75 meter lange gang. Toen ik bij zijn spreekkamer aankwam, stelde hij zich voor en zei: 'U heeft voor 90% zeker beginnende parkinson'. Hij zag het aan mijn wat voorovergebogen houding en mijn strakke gezicht. Ik kreeg medicijnen, een vervolgspraak en ik moest vooral bewegen, bewegen en nog eens bewegen. Later bevestigde de neuroloog zijn eerdere uitspraak.

Freek

De eerste symptomen die later parkinson bleken, constateerde ik ongeveer twee jaar voor de diagnose. Mijn linkerhand was vergeleken met mijn rechterhand veel minder soepel, ik ging kleiner en moeilijker schrijven. Bij het tandenpoetsen merkte ik dat mijn hand de herhalende bewegingen moeilijk konden maken. Ook was ik licht depressief en de toen nog onverklaarbare moeheid vloerde me letterlijk.

Ann

7. MEER INFORMATIE

Op www.parkinsonfonds.nl vindt u een schat aan informatie over de ziekte van Parkinson. U kunt er lezen over belangrijk medisch-wetenschappelijk parkinson-onderzoek. Ook vertellen patiënten over hun leven met de ziekte.

Via onze site kunt u kosteloos nog meer brochures over de ziekte van Parkinson bestellen of downloaden.



De ziekte van Parkinson

Deze gratis brochure geeft antwoord op de meest voorkomende vragen over de ziekte van Parkinson.

Nachtrust bij parkinson

Deze gratis brochure geeft u tips en ontspannings-oefeningen voor een betere nachtrust.



Dieet en voeding bij parkinson

Deze gratis brochure geeft antwoord op de meest voorkomende vragen over dieet en voeding met parkinson.

Uw Nalatenschap

Deze gratis brochure geeft antwoord op vragen over nalaten en wat u steunt met uw nalatenschap.





Onderzoek is onmisbaar

De ziekte van Parkinson is nog steeds ongeneeslijk. In Nederland leven 63.000 mensen dagelijks met de ingrijpende gevolgen van deze ziekte. De sombere prognose is dat dit aantal zich de komende jaren verdubbelt.

Iedereen kan parkinson krijgen; niemand is immuun.

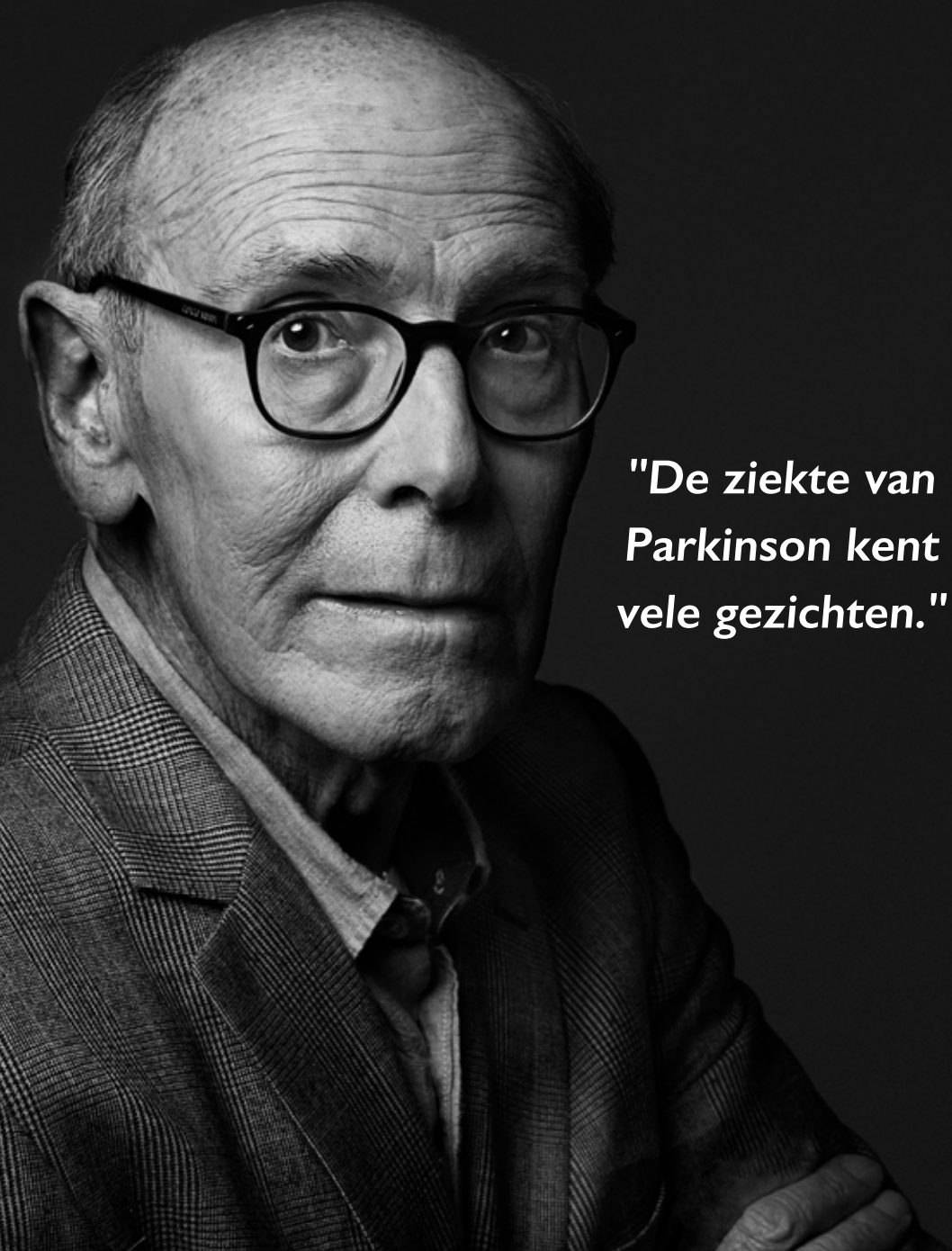
Onderzoek is de enige manier om een methode te vinden om de ziekte af te remmen, te stoppen of te genezen.

Dankzij onze donateurs investeren wij al 25 jaar in de allerbeste medisch-wetenschappelijke studies naar parkinson, door gerenommeerde parkinsonspecialisten. Met toonaangevend onderzoek kunnen we meer kennis verzamelen over deze progressieve ziekte die helaas steeds meer mensen treft.

Ons hoogste doel is de ziekte genezen. Tot die tijd: de beste behandelmethoden ontwikkelen en de levenskwaliteit van de parkinsonpatiënt verbeteren. Helaas is onderzoek erg kostbaar. Alleen dankzij onze betrokken donateurs kunnen wij dit financieren. Daarom zijn wij dankbaar voor alle vormen van steun.

Wilt u ook belangrijk medisch-wetenschappelijk onderzoek steunen?

Via www.parkinsonfonds.nl kunt u direct doneren. Alvast hartelijk dank!



**"De ziekte van
Parkinson kent
vele gezichten."**

Stichting ParkinsonFonds is de grootste financier van baanbrekend Parkinson-onderzoek in Nederland. We willen de oorzaak van de ziekte vinden en een bijdrage leveren aan het ontwikkelen van een geneesmiddel om Parkinson voor goed te overwinnen. En zolang Parkinson de wereld nog niet uit is, willen we nieuwe behandelmethoden ontwikkelen en het algemeen welbevinden van de Parkinsonpatiënt verbeteren. Daarom komt uitsluitend het allerbeste medisch-wetenschappelijk onderzoek door gerenommeerde Parkinsonspecialisten in aanmerking. Op www.parkinsonfonds.nl kunt u daarover meer lezen.



STICHTING

ParkinsonFonds

Contact

Stichting ParkinsonFonds

Hoofdweg 667A
2131 BB Hoofddorp

Telefoon: 023-5540755
Fax: 023-5540775

E-mail: info@parkinsonfonds.nl
Website: www.parkinsonfonds.nl

IBAN: NL10ABNA0504201530
BIC: ABNANL2A
RSIN: 806894544
KvK-nr.: 34103067