

“Dat Jan niet meer uit zijn woorden komt, vind ik het ergste”

Het verhaal van Gerda (76) en Jan Meijer (86) geeft een kijkje in het leven van een echtpaar waarbij de zorg voor de een, langzaam maar steeds zwaarder wordt voor de ander.

Buitenstaanders hebben geen idee wat het betekent om 24 uur per dag, 7 dagen per week te zorgen voor iemand met dementie. In de sportkantine met oude vrienden om zich heen zit Jan Meijer gemoedelijk op een stoel. Thuis is elke dag anders en is er geen peil te trekken op zijn reactie. “Dementie wordt vaak onderschat terwijl het een afschuwelijke ziekte is”, vertelt Gerda Meijer.

Haar man Jan werd een ander mens en sinds kort woont hij in een verpleeghuis. Dementie is een ziekte die erin sluipt. Gerda: “Twintig jaar geleden bezochten we met z’n vieren een warenhuis in Londen en los van elkaar gingen we een uurtje winkelen. Na een uur stond hij niet op de afgesproken plek. Uiteindelijk vond ik hem terug op een andere afdeling. Jan was er heilig van overtuigd dat hij goed zat. Wij zaten ernaast. Achteraf gezien was dit het eerste signaal.”

Dagcentrum

De laatste twee jaar dat hij thuis woonde, was Jan een paar dagen per week overdag in het dagcentrum van het Flevo-huis. In het begin maakte hij daar prachtige kunstwerken in het Da Vinci atelier. De vensterbank thuis staat er vol mee. Totdat zijn creativiteit en zijn handigheid afnamen en de overstap naar een minder actieve groep onvermijdelijk was. “Het was de huisarts die de bezoeken aan het dagcentrum in gang heeft gezet”, vertelt Gerda. “Mijn man zelf wilde nooit. Maar hij moest. Voor mij was het een verademing, even rust en afstand. Dat had ik nodig. De huisarts heeft dat goed gezien. Als ik mijn man bij thuiskomst vroeg hoe het was, zei hij ‘best aardig’. Dat stelde mij dan weer gerust.”

Logeerkamer

Om mantelzorgers te ontlasten hebben sommige verpleeghuizen een logeerkamer. Ook Gerda vond de weg daarnaartoe. “In de Brugkrant zag ik in een advertentie over logeren in het Flevohuis voor mensen met dementie. Ik was er als de kippen bij. Wat een uitkomst! Wij hebben samen altijd veel gereisd. Nadat ik Jan op een vliegveld in Spanje ben kwijtgeraakt, werden het busreizen. Totdat hij een keer slaande ruzie kreeg met een medereiziger. Toen durfde ik niet meer en werden het dagtochtjes met de auto. In alle plaatsen aan zee zijn we geweest om een visje te eten, want van thuiszitten wordt een mens knettergek. Dankzij die logeermogelijkheid heb ik nog wat kunnen reizen. Zo was ik een week in New York met mijn dochter. Even bijtanken is hard nodig, al is het maar een weekend. Want die zorg gaat altijd maar door en bij het opstaan heb je geen idee hoe de dag eindigt.”



Gerda Meijer: “Onzin om je voor dementie te schamen, niemand kan er iets aan doen”



Vragen over Alzheimer?

Doe de test op [alzheimer-nederland.nl](https://www.alzheimer-nederland.nl)

Veel mensen maken zich weleens zorgen over hun geheugen. Van alle mensen tussen de 24 tot 85 jaar vindt maar liefst 40% zichzelf vergeetachtig. Alzheimer of een andere vorm van dementie komt gelukkig veel minder vaak voor. Dementie is veel meer dan alleen vergeetachtigheid. Op de website [alzheimer-nederland.nl](https://www.alzheimer-nederland.nl) treft u twee testen aan: één voor mensen die zich zorgen maken over hun eigen geheugen en één voor mensen die zich zorgen maken over het geheugen van een naaste.

Beide vragenlijsten zijn nadrukkelijk niet bedoeld om de diagnose dementie te stellen of uit te sluiten. Daarom krijgt u aan het einde van de tests ook geen uitslag of diagnose. Wel krijgt u een indicatie van de eventuele achteruitgang van het geheugen. Zodat u kunt besluiten of de resultaten reden zijn om naar de huisarts te gaan voor nader onderzoek.



Logeerkamer Flevohuis

Schaam je niet

Gerda vertelt open over haar ervaringen en nam tot voor kort haar man bijna overal mee naartoe. Ze merkt dat andere mantelzorgers dit lastig vinden. “Voor kanker schaamt niemand zich en voor dementie wel. Onzin, niemand kan er iets aan doen”, benadrukt deze ervaringsdeskundige. Nu haar man in een verpleeghuis woont, kan zij de zorg uit handen geven. Dat moet fijn zijn. “Het klinkt misschien raar maar de zorg aan een ander overlaten is lastig. In al die zeven jaren dat ik zijn stomazakjes heb verzorgd, wist ik een ontsteking te voorkomen. Nu ben ik bang dat het misgaat. Ik heb het personeel voorgedaan hoe het moet.” Met een korte zucht: “Jan zelf heeft hier allemaal geen weet van. Het verschil met de sportman van vroeger is groot. Als voorzitter van de honkbalclub hield hij toespraken op feesten en begrafenissen. Nu komt hij niet meer uit zijn woorden. Dat vind ik het ergste.”