



PARKINSONISME  
CAFÉ  
ZOETERMEER e.o.



Redactie: Tom Westerhof  
Contact via: [info@parkinsoncafezoetermeer.nl](mailto:info@parkinsoncafezoetermeer.nl)  
[www.parkinsoncafezoetermeer.nl](http://www.parkinsoncafezoetermeer.nl)

## Nieuwsbrief 2023-01

### Inhoud

|                                               |   |
|-----------------------------------------------|---|
| Van de redactie .....                         | 1 |
| Wereld Parkinson Dag 15 april .....           | 1 |
| ParkinsonTV .....                             | 2 |
| Lid worden van de Parkinson Vereniging? ..... | 2 |
| Kleine bijdrage t.b.v. Parkinson Café.....    | 2 |
| Verslag bijeenkomst van 17 januari 2023 ..... | 3 |
| Sponsors.....                                 | 7 |

### Van de redactie

Het nieuwe jaar zijn we goed gestart met een interessante bijeenkomst over uitleg door Frank Schopman over het boek "De Parkinson Pandemie" van Bas Bloem en Jorrit Hof. Verderop in deze nieuwsbrief kunt u het verslag hiervan lezen.

Het team is, ook in samenwerking met ParkinsonNet, bezig om voor iedere bijeenkomst een interessant onderwerp te (laten) bespreken. Uiteraard bent u van harte uitgenodigd om ideeën voor onderwerpen aan ons door te geven. Dat kan zowel via onze mail als gewoon persoonlijk tijdens een bijeenkomst.

### Wereld Parkinson Dag 15 april

Zet dit alvast in uw agenda: op zaterdag 15 april vindt het Wereld Parkinson Dag symposium plaats en heeft als onderwerp "Laat Parkinson niet winnen".

Houd uw mail of de website van de Parkinson Vereniging in de gaten want binnenkort volgt hierover meer informatie.

## ParkinsonTV

Iedere laatste vrijdag van de maand om 16.00 uur is er een uitzending op Parkinsontv.nl.

Op 27 januari werd het onderwerp "Aanspreekpunt & Parkinson" besproken en voor 24 februari staat het "Vragenuurtje: Maag-& darmproblemen" gepland.

## Lid worden van de Parkinson Vereniging?

Dankzij de Parkinson Vereniging kunnen wij de bijeenkomsten van Parkinson Café Zoetermeer organiseren. Parkinson Café is een initiatief van de Parkinson Vereniging. U kunt al lid worden voor **€ 3,50 per maand**. Als u lid wordt profiteert u van vele voordelen:

- Altijd op de hoogte van de laatste ontwikkelingen op gebied van onderzoek en ontwikkelingen;
- Vijf keer per jaar Parkinson Magazine;
- Maandelijkse nieuwsbrief;
- Korting op boeken en cursussen;
- Korting op landelijke informatiedagen;
- Veel aanvullende zorgverzekeringen vergoeden (deels) het lidmaatschap.

Kijk voor meer info <https://www.parkinson-vereniging.nl/word-lid/aanmelden>

U kunt voor elk willekeurig bedrag donateur worden. Voor meer info zie:

<https://www.parkinson-vereniging.nl/word-donateur/aanmelden>.

U kunt ook lid worden door contact op te nemen met het secretariaat via [info@parkinson-vereniging.nl](mailto:info@parkinson-vereniging.nl) of 030-6561369.

## Kleine bijdrage t.b.v. Parkinson Café

Het bestaan van het Parkinson Café hangt o.a. af van onze sponsors en (kleine) giften van onze bezoekers. Onze sponsors hebben ons geholpen aan een startkapitaal om het Parkinson Café op te zetten. Om ook in de toekomst zeker te zijn van onze bijeenkomsten vragen wij om een vrijwillige kleine bijdrage. Elk bedrag is welkom maar u mag ook een sponsor aandragen. Deze bijdrage kunt u storten op **NL40 RABO 0156 9062 9062 44** t.n.v. Parkinsonvereniging, **onder vermelding van Parkinson Café Zoetermeer e.o.** Tijdens de bijeenkomsten staat op de tafels en bij de bar een "Sparki" waar u ook een (klein) bedrag kunt doneren. ***Wij danken een ieder hartelijk die ons café heeft gesteund!!***

**Bezoek ook eens onze website:** [www.parkinsoncafezoetermeer.nl](http://www.parkinsoncafezoetermeer.nl)

**Of de website van onze vereniging:** [www.parkinson-vereniging.nl](http://www.parkinson-vereniging.nl)

## **Verslag bijeenkomst van 17 januari 2023**

Deze eerste bijeenkomst van het nieuwe jaar wordt geopend door Jaap Dekker met een hartelijk welkom aan alle aanwezigen. En namens het team van het Parkinson Café wordt iedereen een heel mooi 2023 gewenst.

Een bijzonder welkom ook aan Frank Schopman, voorzitter en penningmeester van het Parkinson Café Almere, die ons vandaag zal meenemen in zijn presentatie over parkinson, gebaseerd op het boek De Parkinson Pandemie van Bas Bloem en Jorrit Hoff.

Er wordt alvast meegedeeld dat de bijeenkomst op 21 februari zal gaan over Revalidatie en Parkinson, gepresenteerd door dr. Riemke de Boer, revalidatiearts bij Basalt, locatie LangeLand Ziekenhuis. En op 21 maart zal de bijeenkomst in het teken staan van Parkinson in de ouderengeneeskunde, gepresenteerd door dr. Basir Sultanzadah, specialist ouderengeneeskunde bij het GoudenHart.

Maar vandaag is de microfoon voor Frank Schopman. Allereerst vertelt hij het een en ander over zijn persoonlijke situatie. Zijn moeder, inmiddels overleden, had parkinson en zijn broer heeft de ziekte eveneens. Frank heeft zich veel laten inspireren door prof. Bas Bloem, neuroloog bij het Radboudumc en oprichter van het Parkinson Centrum Nijmegen. En zoals bekend wijst Bas Bloem herhaaldelijk op het belang voor mensen met parkinson van bewegen, bewegen, bewegen. Dat doet Frank dan ook met veel plezier.



Hij doet aan hardlopen, fietsen, non-contact boksen en zijn vriendin heeft hem overgehaald om een hond te nemen en daarmee veel te wandelen



en te rennen. Frank had voorkeur voor een jachthond en dat is het

ook geworden. Zijn fiets heeft hij laten aanpassen met een verhoogd stuur.

Frank polst de aanwezigen wat zij doen aan bewegen en hij probeert hen ertoe te motiveren.

Met de zeilsport is hij noodgedwongen gestopt vanwege het multitasken, dat door de parkinson niet meer ging.



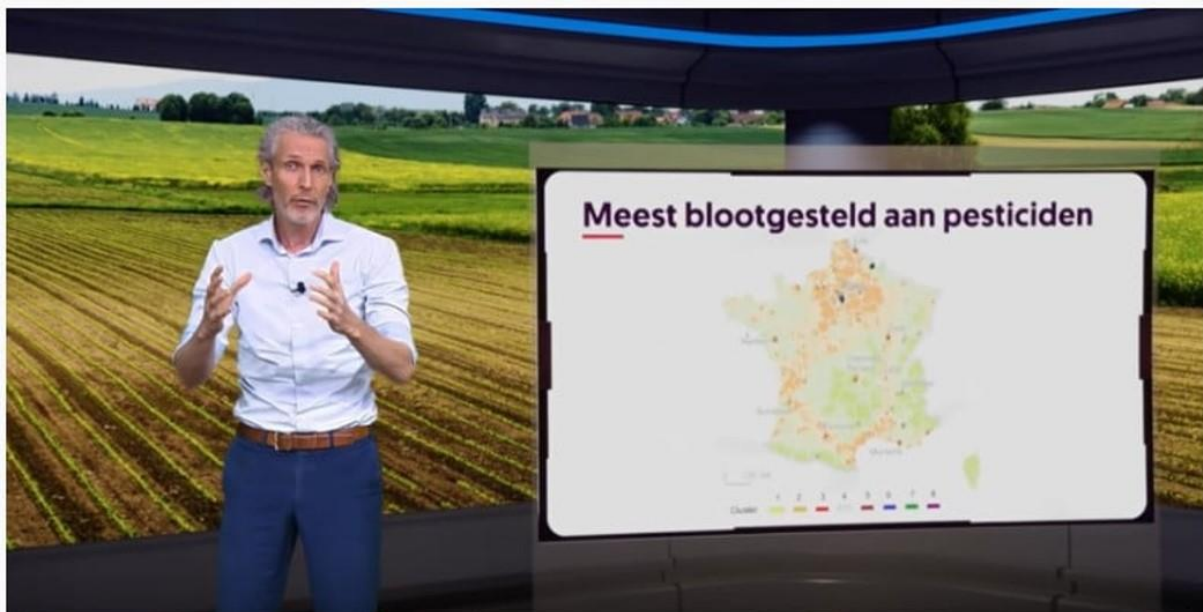
Frank vervolgt zijn verhaal. Hij was geraakt door het boek De Parkinson Pandemie van Bas Bloem en Jorrit Hoff. Hij las daarin veel nieuwe informatie over de mogelijke oorzaken van de ziekte van Parkinson.

In 1817 schreef de Engelse arts James Parkinson in "An essay on the shaking palsy" over een ziekte die geen duidelijk begin kende met verschijnselen als tremoren, gebogen houding, afwijkende manier van lopen en de neiging om voorover te vallen.



De industriële revolutie met z'n enorme luchtvervuiling was op dat moment op een hoogtepunt. 50 jaar later noemde de Franse neuroloog Charcot de aandoening voor het eerst de ziekte van Parkinson en vulde de symptomen aan met trage bewegingen en spierstijfheid.

Naast de luchtvervuiling wordt door Bas Bloem als belangrijke oorzaak van de ziekte genoemd het veelvuldig gebruik van ongedierte- en onkruidbestrijdingsmiddelen. Als voorbeeld toont hij de kaart van Frankrijk met alle wijngebieden. En die kaart komt exact overeen met de kaart waar de meeste parkinsonpatiënten wonen.



De redactie van het tv-programma Een Vandaag kocht in 3 supermarkten flessen Bordeaux. In elke fles rode wijn werd het onkruidbestrijdingsmiddel Round Up aangetroffen.

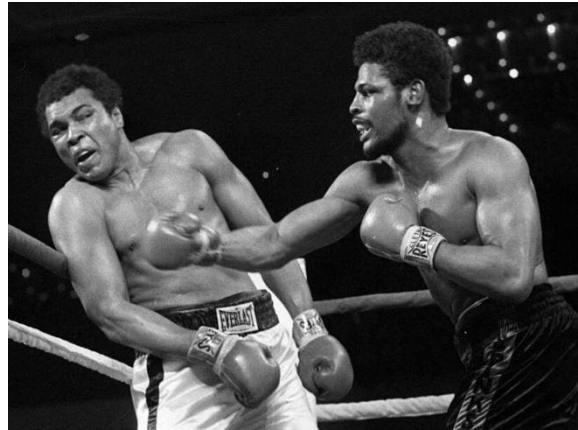
Naar aanleiding van een onderzoek naar het effect van gewasbeschermingsmiddelen op omwonenden schreef de Gezondheidsraad in een advies aan de minister voor Medische Zorg en Sport in 2020: "Langdurige blootstelling aan lagere concentraties leidt in ons land tot substantiële gezondheidseffecten, zoals de ziekte van Parkinson".



Ook oplosmiddelen worden genoemd als mogelijke oorzaak van de ziekte. En oplosmiddelen komen voor in cosmetica, de auto-industrie, verfindustrie, chemisch reinigen, etc.

Ook kunnen genetische factoren een rol spelen. In de regel zal een wisselwerking tussen genetische en omgevingsfactoren van belang zijn om het risico te lopen op het krijgen van de ziekte van Parkinson. Maar uit onderzoek is gebleken dat omgevingsfactoren een veel grotere rol spelen dan erfelijke factoren.

Als laatste risicofactor voor het krijgen van parkinson wordt genoemd het oplopen van hoofdletsel. Eenmalig hoofdletsel verdrievoudigt het risico op het krijgen van parkinson. Bij meervoudig hoofdletsel is het risico nog groter. En hersenletsel versnelt het tempo waarin kenmerken van parkinson zich ontwikkelen.



Frank betreft aanwezigen regelmatig bij een aantal stellingen. Zo vraagt hij of men vermoedt waardoor men parkinson heeft gekregen; heeft men dicht bij velden gewoond waar bestrijdingsmiddelen werden gespoten; denkt men aan een erfelijke oorzaak; of aan hoofdletsel?

Frank Schopman besluit zijn presentatie met aandacht voor preventie.



Zo noemt hij intensief bewegen (dus hartslag omhoog en hijgen), het volgen van het mediterrane dieet, cafeïne-inname en roken, hoewel dat laatste om andere gezondheidsredenen weer niet is aan te bevelen. Maar vooral zijn maatregelen nodig om het gebruik van bestrijdingsmiddelen en gewasbeschermingsmiddelen tegen te gaan en te zorgen voor een schoner milieu.

Als dank voor zijn verhaal ontvangt Frank een blijk van waardering uit handen van Anneke Huizinga, waarna de bijeenkomst door Jaap Dekker wordt afgesloten en iedereen een wel thuis wordt gewenst.

## Sponsors

ParkinsonCafé Zoetermeer wordt mede mogelijk gemaakt door:

---



Meerzicht

Lid van ParkinsonNet

PELGRIMSHOEVE



SNUFFELMARKT



Unie van de Soroptimistclubs  
in Nederland, Suriname en Curaçao

A Global Voice For Women

Fonds Stichting Van der Toorn