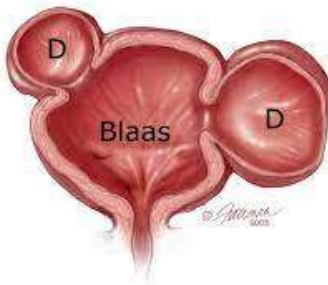




PARKINSONISME

CAFÉ

Alphen aan den Rijn



Woensdag 26 oktober 2022 (14:00 uur)

In Buurthuis Kerk en Zanen

Geeft Parkinson Café Alphen een presentatie:

Blaas en Darmklachten bij Parkinson

door Dorien Bennink

(Bekkenfysiotherapeut, klinisch epidemioloog MSc)

Blaasklachten, kun je er zelf wat aan doen ?

Blaasklachten bij mensen met de ziekte van Parkinson komen vaak voor. (40-80% ervaart klachten)

Bij blaasklachten kun je denken aan, vaak moeten plassen, in de nacht vaak plassen, niet goed kunnen ophouden, heftige aandrang en dan soms de wc niet kunnen halen, urine verlies, nadruppelen, slechte straal bij het plassen, het gevoel niet goed leeg te kunnen plassen.

Het kan heel hinderlijk zijn wanneer je b.v. bij sociale activiteiten altijd eerst wilt weten waar een wc is, wanneer je bij thuiskomst moet rennen naar de wc of wanneer je er in de nacht 4 maal uit moet om te plassen.

Internationaal noemen ze dit LUTS (lower urinary tract symptoms) en/ of OAB (overactieve blaas) klachten. In Nederland horen OAB klachten bij de 10 ziektebeelden die het meest voorkomen. Blaasklachten komen zowel bij mannen als bij vrouwen voor. Behandeling bestaat uit bekkenfysiotherapie, medicijnen. Bij langdurige of ernstige klachten kan botox in de blaasspier gespoten worden.

Mensen met blaasklachten, zeker bij urineverlies, worden regelmatig naar een bekkenfysiotherapeut verwezen. De behandeling bestaat uit plasadviezen, blaastraining en bekkenbodemoefeningen zowel tegen urine

verlies als voor het verminderen van aandranggevoel.

Mensen met Parkinson die blaasklachten hebben worden veel minder vaak naar een bekkenfysiotherapeut verwezen, de reden is onduidelijk.

Het praten over blaasklachten is voor veel mensen niet vanzelfsprekend.

Sommige mensen moeten een drempel over om over deze klachten te praten of denken, ach het hoort bij de leeftijd.

In een presentatie zal ik de blaasfunctie uitleggen, informatie geven over de bekkenbodemspier en tips, trucs en een enkele oefening geven om op een eenvoudige manier wat meer grip op de blaas te krijgen.



Iets over Dorien Bennink

Dorien Bennink (Bijnummer 99033082104) is geregistreerde bekkenfysiotherapeut. Dit gespecialiseerde register bestaat sinds 2004. Vanaf 1991 werkt zij met patiënten, zowel mannen als vrouwen, die klachten hebben rondom het bekken, de bekkenbodem, de buik en de onderrug.

Haar aandachtsgebied is de myofeedback: diagnostiek en behandeling met een speciaal ontwikkeld apparaat waarmee je de activiteit van de bekkenbodemspieren kunt

meten. Op een beeldscherm is deze activiteit zichtbaar in een grafiekje: bij aanspannen van de bekkenbodemspier gaat de lijn omhoog, bij ontspannen omlaag.

Dorien heeft 15 jaar in het St. Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein gewerkt, is voor de liefde verhuisd naar Haarlem en heeft vanaf 2002 tot 2021 in meerdere eerstelijnspraktijken gewerkt. Zij is een aantal jaren als docent BekkenFysiotherapie aan de SOMT University of Physiotherapy in Amersfoort verbonden geweest. In 2019 heeft zij de Master of Science 'Evidence Based Practice in Health Care' aan de UvA met succes afgerond.

Dorien werkt vanaf 2019 als wetenschappelijk onderzoeker (klinisch epidemioloog) in het Leids Universitair Medisch Centrum. Zij wil daarnaast graag, met haar ervaring en haar grote interesse voor de bekken en de bekkenbodem, met patiënten blijven werken en heeft zich met veel plezier verbonden aan het PelviCentrum.

Zij heeft 3 studerende zonen. Haar vrije tijd brengt zij door met fietsen, wandelen, kamperen, steden bezoeken, jazzmuziek en lezen.

Heeft u nog vragen, bel of mail dan gerust:

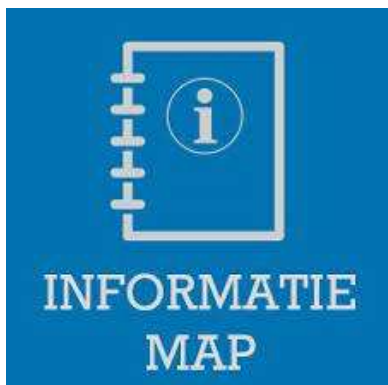
info@parkinsoncafealphenaaandenrijn.nl

of

06 15 88 42 21

GRATIS Informatie Map

Het PCA bestuur heeft informatie-



mappen samengesteld voor de
nieuwe bezoekers.

Bent u geïnteresseerd ?

Vraag er naar !



Woensdag 28 september 2022

Gaf Parkinson Café *Alphen* een presentatie:

Seksualiteit en intimiteit bij Parkinson

door **Woet Gianotten** (*seksuoloog*)



Een geweldige presentatie, waar de opkomst mager te noemen was.

Zo'n alledaags onderwerp, welke door Woet geweldig en helder werd uitgelegd. Een problematiek waar niemand zich voor hoeft te schamen.

De ziekte van Parkinson(ZvP) is een neurodegeneratieve aandoening, waarbij door het verlies van dopaminecellen in substantia nigra, symptomen ontstaan als traagheid van beweging (hypokinesie), stijfheid van ledematen en gewrichten(rigiditeit), verminderde bewegingsuitslag (bradykinesie) en beven (tremor). Minder bekend is dat bij de ZvP ook niet-motorische klachten kunnen ontstaan, zoals depressie, geheugenstoornissen, obstipatie, slaap- en seksuele stoornissen.

Deze niet-motorische klachten nemen toe naarmate de ziekte vordert en hebben veel impact op de kwaliteit van leven van de patiënt en partner.

Seksuele disfunctie (SD) is één van deze niet-motorische gevolgen, waarbij fysieke beperkingen, relationele, psychologische factoren en medicatie een rol spelen.

Iets over Woet Gianotten:

In het begin van zijn medische carrière werkte hij 5½ jaar als tropenarts in West en Oost Afrika. Daarna belandde hij via de gynaecologie in de seksuologie.

Daar raakte hij vooral geboeid door de seksuele problemen als gevolg van chronische ziekte, kanker, lichamelijke beperking en ouderdom.

Tot zijn pensioen in 2006 was hij universitair hoofddocent Medische Seksuologie in de UMCs van Utrecht en Rotterdam en daarna ging hij tot 5 jaar geleden door als seksuoloog in een revalidatiecentrum in Huizen (NH).

Sinds 5 jaar ziet hij geen patiënten meer, maar is nog wel intensief bezig met onderwijs geven. Wat zijn verhaal betreft:

Hij hing zijn presentatie aan vier thema's.

1) Er is geen blauwdruk van seks. Er zijn veel verschillen onder mensen. Omdat we daar weinig over praten zitten mensen vaak met vaste ideeën hoe het zou moeten zijn.

2) Informatie over seksualiteit. Met daarbij ook verschillen tussen vrouw en man

3) Wat kan daarbij verstoord raken door Parkinson en door de medicatie voor Parkinson

4) Wat kan je doen aan eventuele verstoringen.

Omdat hij niet meer voldoende patiënten zag, raakte hij vijf jaar geleden zijn registraties (BIG) als arts en als psychotherapeut kwijt. Hij gaf in het Parkinson Café dus geen medische adviezen, maar beperkte zich tot

informatie en voorlichting. Wat betreft de technische aspecten. Hij hield zijn verhaal aan de hand van een powerpoint presentatie, welke hieronder is te bekijken.

Klik hier voor de presentatie



ONZE LOCATIE

Buurthuis Kerk en Zanen
De Oude Wereld 51–59
2408 NV Alphen aan den Rijn

Het Parkinson Café wordt in samenwerking met de Parkinson vereniging georganiseerd.

Iedere 4e woensdag van de maand (altijd om 14:00 uur) is er een informele bijeenkomst waar mensen met Parkinson, partners, mantelzorgers en andere betrokkenen elkaar in een ongedwongen sfeer kunnen ontmoeten en ervaringen kunnen uitwisselen. Bovendien staan er regelmatig informatieve presentaties op het programma.

Je merkt op de bijeenkomsten hoe divers de Ziekte van Parkinson kan verlopen. Ieder heeft op zijn eigen manier Parkinson. Iedereen van beginnend tot gevorderd is welkom in het café. Het is dan ook opvallend dat iedereen mee doet als er activiteiten zijn. Dat geeft wel aan dat iedereen zich thuis kan voelen.

De gastvrouwen en bestuur

- **Voorzitter/website/PR/Nieuwsbrief**
 - Wim Bloemzaad
- **Secretaris/penningmeester**
 - Rijk Salentijn
- **Programma**
 - Lucy Berkien
 - Rhea Simon
 - Joost Sierenveld
- **Documentatie**
 - Lucy Berkien
- **Gastvrouwen**
 - Rina Salentijn
 - Jacqueline Verweij
 - Lenny Zuiderduin

info@parkinsoncafealphenaanrijn.nl

magazine ook online

Het ParkinsonNet magazine staat online! Vol mooie verhalen van mensen met parkinson, naasten en ParkinsonNetzorgverleners, interessante artikelen over hoe ze de parkinsonzorg verbeteren en updates over het afgelopen jaar.

[Lees het hele magazine hier](#)



Literatuurstudie over de toepassing van DBS voor parkinsonisme PSP

Progressieve supranucleaire verlamming (PSP) is een zeldzame progressieve aandoening, die hersencellen aantast die zorgen voor balans, lopen, bewegen van de ogen, spraak, slikken en denken. PSP is de meest voorkomende vorm van atypisch parkinsonisme, maar is nog steeds een zeldzame hersenziekte. Vijf tot 6 per 100.000 mensen hebben PSP. Ter vergelijking komt de ziekte van Parkinson meer dan 10 keer zo vaak voor. De werkgroep wetenschapsnieuws maakte een lekenvertaling van een literatuurstudie over diepe hersenstimulatie (DBS) bij mensen met PSP.

[Klik hier voor het gehele bericht](#)



‘Er is hoop voor Parkinsonpatiënten’

Bas Bloem gaf op de Gelderland TV "De week van Gelderland" een presentatie die een hoop mensen weer moed geven.. Sinds 2001 is Bas Bloem neuroloog op de afdeling Neurologie van het Radboudumc. In 2002 richtte hij het Parkinson Centrum Nijmegen (ParC) op.

[Kijk naar de presentatie](#)



Klik hier voor data en onderwerpen

Parkinson TV

Voor mensen met parkinson(isme), direct betrokkenen, mantelzorgers en zorgverleners is er maandelijks live via internet een programma rondom een thema te bekijken. U kunt actief deelnemen aan de uitzending door vragen direct aan het panel te stellen. Zoveel mogelijk vragen worden in de uitzending besproken. U vindt ParkinsonTV online op: www.parkinsonTV.nl.



Uitbreiding doelgroep grieprik: nu ook voor mensen met parkinson(isme)

Binnenkort valt de uitnodiging voor de grieprik weer op de mat. Met de grieprik worden mensen beschermd die vanwege hun leeftijd of medische aandoening meer risico lopen om (ernstig) ziek te worden

van de griep. **De doelgroep voor de grieprik is uitgebreid.**

Lees verder



PARKINSONISME
VERENIGING

Lid worden van de PV

De contributie bedraagt € 40,- per kalenderjaar. Eenmaal aangemeld krijgt u een kennismakingspakket toegestuurd. Een hogere bijdrage is vanzelfsprekend welkom. Hiermee kunnen wij nog meer activiteiten organiseren die de kwaliteit van leven van mensen met parkinson(ismen) vergroten.

Lid worden van de Vereniging ?

Parkinson Café Alphen, inclusief thee en koffie zijn GRATIS.

Wij hopen altijd dat mensen wat in het donatiepotje stoppen om ons te ondersteunen.

Wilt u mee doen aan cursussen, lezingen bij de vereniging willen ze u graag als lid ontvangen en krijgt u het verenigingsblad regelmatig in de bus.

|| Inlichtingen ||

Wij staan open voor uw mening of kritiek.

Geef aan wat u verbetert wilt zien of wilt u zomaar wat weten en/of inlichtingen krijgen over alles en nog wat !

Schrijf naar: info@parkinsoncafealphenaandenrijn.nl

Vragen ??

Bel gerust: 06 15 88 42 21

Deze e-mail is verstuurd aan {{email}}. • Als u geen nieuwsbrief meer wilt ontvangen, kunt u zich [hier afmelden](#). • U kunt ook uw [gegevens inzien en wijzigen](#). • Voor een goede ontvangst voegt u info@parkinsoncafealphenaandenrijn.nl toe aan uw adresboek.



Laposta