

Ev doktorunda ve sonra?: Bij de huisarts, en dan?

Het tweede theehuismoment voor de Turkse gemeenschap in Drunen was 20 maart bij de plaatselijke moskee. Huisarts Margot van den Winkel informeerde circa 20 Turkse ouderen over de rol van de huisarts bij het vermoeden van dementie. Haar boodschap: “Omarm dementie, stoot de ziekte niet af. We hebben elkaar nodig om te onderzoeken wat er aan de hand is en hoe we kunnen helpen.”

Nederland telt 260.000 mensen met dementie, Heusden ongeveer 650. Daarvan is ruim 10% van buitenlandse afkomst is. “Die cijfers stijgen snel”, trapt Margot af: “Een verdubbeling en binnen de Turkse gemeenschap zelfs meer omdat daar het aantal mensen met diabetes groter is.”

Tweede theehuismoment



Dit is het tweede theehuismoment in Drunen. Tijdens de eerste bijeenkomst draaide het om de vormen, symptomen en risicofactoren van dementie. Daar kwamen 37 mensen op af. De bijeenkomst van de huisarts trekt circa 20 toehoorders, voornamelijk senioren die niet, nauwelijks of moeilijk Nederlands spreken. Er zijn vrijwilligers om de presentatie, de vragen en de antwoorden te vertalen.

Diagnose



Het is duidelijk dat de huisarts haar publiek veel nieuws vertelt. Uit de reacties blijkt ook dat er al wel wat ervaring is met dementie binnen de Turkse gemeenschap. Margot legt onder meer het verschil uittussen vergeetachtigheid en dementie en waarom je bij de eerste vermoedens al naar de huisarts moet gaan. En wat die kan doen, voor de patiënt én de mantelzorgers. “Hoe eerder er een diagnose is, hoe beter. Want dat brengt

duidelijkheid en rust. Als je te lang wacht, komen er geen oplossingen voor de omstandigheden waarin de patiënt en zijn omgeving leven. En dan ploft het op een dag uit elkaar. Dus zorg dat je dat moment voor bent”, is haar advies.

Halve god



Van diagnose tot het in kaart brengen van de problemen tot begeleiding in de zorg: de huisarts kan veel doen. Maar stappen de Turkse ouderen wel zomaar de praktijk binnen? Een gevoelig puntje. De deelnemers grijpen de gelegenheid aan om hun ervaringen te delen. Die variëren van zich niet serieus genomen voelen en de lange wachttijden tot onbegrip over de zorgverzekering en vervelende



bijwerkingen van wéér een ander soort medicijn. “Wij zien een arts als een soort halve god. Als we daar eenmaal voor zitten, dan durven we bijna niets te zeggen en komen slecht uit onze woorden. Ik hoor dikwijls dat de taal echt een probleem is”, schets een man. Margot geeft de tip om een dubbele afspraak te maken, zodat er meer tijd is om het verhaal te doen. En: “Wij zijn ook maar gewoon mensen.”



Volgend theehuismoment

Uiteindelijk komen er dan toch nog vragen over dementie: kun je het voorkomen met goede voeding? “Nee, maar goed eten is wel belangrijk, net als blijven bewegen.” Helpen de vitamines B1-6-12? “Tegen vergeetachtigheid, maar als je vergeetachtig bent, betekent dat niet per definitie dat je dementie hebt.” Is er medicatie tegen dementie? “Nee, maar wel tegen de gevolgen ervan.” Is er een verband met roken en dementie? “Ja, want daardoor verstoppen de bloedvaten.” Hoe moeten we het thuis regelen? Dat laatste is het thema van het volgende theehuismoment op 8 mei. Waarvoor de organisatie (werkgroep dementievriendelijke gemeente Heusden, netwerk Ouderen Migranten Brabant en stichting Schakelring) iedereen van harte uitnodigt.

