

# Dementie

## Een beetje anders thuis

Als je vader of moeder dingen vergeet of vreemde dingen doet, kan dat voor jou ook lastig zijn. Zeker als je daardoor zelf dingen niet meer mag of kan. Je weet vaak niet wat er nu weer gaat gebeuren. Misschien is er thuis wel vaker ruzie of moet je meer zelf doen of samen met je broertje of zusje. En wil je iets vertellen, dan luistert je vader of moeder misschien niet zo goed als anders. Het kan ook zijn dat je denkt dat het door jou komt dat je vader of moeder zich niet goed voelt. Maar dat is niet zo. Geen enkele ouder kiest voor dementie en jij kan er ook niks aan doen. Hier leggen we uit wat er met je vader of moeder aan de hand is en kun je een verhaal lezen van iemand anders die hetzelfde heeft.

## Wat is er met mijn vader of moeder aan de hand?

Jouw vader of moeder heeft dementie. Er bestaan meerdere vormen van dementie. De ziekte van Alzheimer komt het meeste voor. Meestal krijgen mensen dementie als ze oud zijn, maar sommigen krijgen het al op jongere leeftijd (voor hun 65e). Iemand met dementie kan regelmatig dingen vergeten of moeilijker op woorden komen. Hij of zij kan moeite hebben om zich te concentreren of een gesprek te volgen. Ook kan iemand met dementie wel eens in de war zijn en bijvoorbeeld niet meer weten wat hij of zij aan het doen is. Verder kan iemand met dementie opeens verdrietig, bang of boos worden of zich anders gedragen dan vroeger.



Voor kinderen van ouders met dementie is het vaak moeilijk te begrijpen waarom hun vader of moeder zich anders gedraagt dan eerst. Toch doet hij of zij niet expres zo. Bij dementie gaan de hersenen achteruit, omdat de cellen in de hersenen steeds minder goed werken. Dit komt doordat de verbindingen tussen de cellen kapot gaan. Je kunt hierbij denken aan puzzelstukjes die niet meer (goed) aansluiten. De problemen zullen daarom ook steeds groter worden. Bij sommige mensen kan dit snel gaan, bij anderen duurt het langer. Op dit moment bestaat er nog geen medicijn dat dementie stopt en uiteindelijk zal iemand er aan overlijden. Soms schamen mensen zich voor de dementie en de problemen die ze ervaren. Dat maakt het extra lastig om hierover te praten. Toch kan erover praten echt helpen.



## Hallo, ik ben charlotte!



“Mijn moeder is heel lief en houdt van knuffelen. De laatste tijd gedraagt ze zich anders dan eerst. Ze vergeet dingen en kan erg in de war zijn. Dat zou je niet denken als je haar ziet, want ze ziet er nog precies hetzelfde uit als vroeger. Mijn ouders hebben mij uitgelegd dat mijn moeder dementie heeft. Langzaamaan gaan haar hersenen achteruit. Daarom vergeet ze vaak waar ze mee bezig is, waar haar fiets sleutels liggen of wat ik haar heb verteld. Laatst wist ze bijvoorbeeld

niet meer van het verjaardagsfeestje van mijn beste vriendin. Dat vond ik vreemd en stom, want ik was zelfs blijven logeren. Tegelijkertijd voelde ik me achteraf ook schuldig dat ik boos werd, want ze voelt zich al vaak verdrietig. Mijn vader zei dat dat helemaal niet erg is en dat ik best af en toe boos mag zijn.

Op sommige dagen is mijn moeder vrolijk, op andere dagen lijkt ze in een andere wereld te zitten en toont ze weinig interesse in mij of mijn zusje. Ik begrijp dan niet wat er met haar aan de hand is. Soms kan ik er niet goed door slapen. Mijn moeder kan steeds minder dingen doen, maar gelukkig fietsen we wel nog vaak samen of gaan we naar het zwembad. Dat is heel gezellig.

Mijn beste vriendin en haar ouders weten dat mijn moeder dementie heeft. Ik mag altijd bij ze langskomen. En ik ben pas naar de KOPP-KOV groep geweest. Daar kun je praten met andere kinderen die ook een vader of moeder hebben met zulke problemen. Dan merk je dat je gelukkig niet de enige bent! We kregen ook tips hoe je ermee om kan gaan en we leerden dat de problemen van onze ouders niet onze schuld zijn.”



### Koppsupport

Op [www.koppsupport.nl](http://www.koppsupport.nl) vind je informatie voor, over en door jongeren met een ouder met psychische of verslavingsproblemen. Hier staan tips en verhalen van andere jongeren en een lijst met filmpjes en boeken.

### Meer informatie?

Er bestaan informatieboekjes speciaal voor kinderen (van 2 tot 18 jaar) van ouders met psychische problemen en/of een verslaving. Hierin lees je over handige tips voor jezelf, hoe je hulp en informatie kan vinden, en worden verschillende vragen van andere jongeren en kinderen beantwoord. Er bestaan ook boekjes voor je ouders. Je kan alle informatieboekjes KOPP-KOV bestellen en downloaden in de webwinkel van het Trimbos-instituut: [www.trimbos.nl/webwinkel](http://www.trimbos.nl/webwinkel).