



# Depressie, Angst en Apathie bij de ziekte van Parkinson: essentiële feiten voor patiënten

## KAN DE ZIEKTE VAN PARKINSON DE STEMMING BEÏNVLOEDEN?

Ja. Naast de bekende motorische problemen veroorzaakt de ziekte van Parkinson (PD, naar het Engelse Parkinson's Disease) een hele reeks niet-motorische problemen. Stemmingsstoornissen zijn hierbij belangrijke en frequente symptomen van de ziekte. Het is zelfs zo dat ze vaak meer impact hebben op de levenskwaliteit van patiënten dan motorische problemen.

## WAT ZIJN DE MEEST VOORKOMENDE STEMMINGSPROBLEMEN BIJ PD?

De meest voorkomende problemen van het humeur bij de ziekte van Parkinson zijn depressie, angst, en apathie.

- **Depressie** is een toestand van bedrukt gemoed, droefheid, hopeloosheid, met soms gevoelens van leegte of schuld.
- **Angst** is een gevoel van zenuwachtigheid, zorgen, spanning en algemeen onbehagen. Hier kunnen ook paniekaanvallen bij optreden.
- **Apathie** is een gebrek aan interesse, enthousiasme of motivatie om deel te nemen aan activiteiten met andere mensen.

## WANNEER TREDEN DEZE SYMPTOMEN OP?

Stemmingsproblemen kunnen op elk moment optreden. Sommige patiënten hebben al jaren voor de diagnose van Parkinson al last van deze symptomen. Bij anderen treden ze pas op nadat ze al enkele jaren gediagnosticeerd zijn. Daar komt nog bij dat veel patiënten een invloed van hun medicatie opmerken. Zo ervaren ze vaak angst en onbehagen wanneer de medicatie uitgewerkt is, tijdens 'OFF'-periodes dus.

## HOE KAN IK STEMMINGSPROBLEMEN OPMERKEN?

Depressie en angst gaan vaak gepaard met verminderde energie en vermoeidheid, verminderde eetlust en slaapproblemen. Natuurlijk komen al deze problemen ook in andere situaties voor – het feit dat u daar last van heeft wil dus nog niet zeggen dat u depressief bent. Soms merkt uw omgeving bepaalde symptomen sneller op dan uzelf. Dit kunnen bijvoorbeeld zijn:

- Toegenomen angstigheid
- Sneller geïrriteerd zijn
- Sociale isolatie
- Niet meer deelnemen aan familie-uitjes of activiteiten

## HOE WORDEN STEMMINGSPROBLEMEN GEDIAGNOSTICEERD?

Wanneer u last heeft van psychologische of emotionele problemen, of wijzigingen in uw slaap- of eetpatroon opmerkt, zeg dat dan meteen aan uw arts. Zo kan mogelijk een behandeling gestart worden. Uw arts zal willen weten:

- Wanneer de klachten begonnen zijn
- In welke mate ze u storen
- Of er een verband bestaat met (de inname van) uw medicatie

Ook een partner of mantelzorgverzorger kan bijdragen door zijn/haar aanvoelen van de situatie te beschrijven.

## WAAROM TREDEN DEZE SYMPTOMEN OP?

PD veroorzaakt veranderingen in bepaalde gebieden van de hersenen die met het gemoed te maken hebben. Allerlei chemische stoffen in de hersenen zoals dopamine, serotonine en noradrenaline, waarvan een verband met stemmingsstoornissen bekend is, zijn aangetast en vaak verminderd aanwezig. Uw reactie op het hebben van een zware ziekte en omgevingsfactoren spelen natuurlijk ook een rol.

## HOE BEHANDELEN WE DEZE PROBLEMEN?

Er zijn verschillende manieren waarop we stemmingsstoornissen kunnen behandelen.

- Bepaalde medicatie kan helpen tegen depressie en angst.
- Dopaminerge medicatie die we gebruiken voor de motorische problemen kunnen ook helpen, zeker wanneer u een verband van de symptomen met het tijdstip van inname opmerkt.
- Psychotherapie kan nuttig zijn.
- Geplande activiteiten, voldoende beweging, en naar sociale evenementen gaan zijn nuttig bij apathie.
- Het verbeteren van uw slaappatroon en sociale ondersteuning kan ook helpen.

## SAMENVATTEND

- Depressie, angst en apathie zijn symptomen van de ziekte van Parkinson en zijn erg frequent.
- Ze komen soms al vroeg voor, zelfs voor de start van moeilijke bewegingen, of ontstaan pas later.
- Het is belangrijk om uw arts in te lichten als u deze symptomen ervaart, omdat er mogelijk een behandeling voor kan voorgesteld worden.
- Medicatie, psychotherapie, en sociale ondersteuning zijn hierbij de hoekstenen van de behandeling.