

TEKST FRANK VON HEBEL

Stemmen horen, achtervolgd worden door geheime diensten, chaos in je hoofd. Psychiaters Wim Veling en Iris Sommer van het UMCG vertellen tijdens de Medische Publieksacademie over het ontstaan en de behandeling van psychoses.



Lezingenreeks

De psychiaters prof. dr. Iris Sommer en dr. Wim Veling verzorgen dinsdag in het Universitair Medisch Centrum Groningen de eerste najaarslezing voor de Medische Publieksacademie. Deze lezing is reeds volgeboekt. Met de Medische Publieksacademie vertalen Dagblad van het Noorden en het UMCG wetenschappelijke medische kennis voor een breed publiek.

In de najaarsreeks van de Medische Publieksacademie staan de komende weken de volgende onderwerpen op de rol: Leefstijl en vruchtbaarheid (publicatie 12 oktober, lezing 15 oktober); Fantoompijn na amputatie arm of been (publicatie 26 oktober; lezing 29 oktober); Aangeboren hartafwijkingen bij kinderen (publicatie 2 november, lezing 5 november); HIV: voorkomen of genezen? (publicatie 9 november, lezing 12 november); en Multiple sclerose (publicatie 16 november, lezing 19 november). De gratis toegankelijke lezingen zijn in het UMCG telkens op de dinsdagavond na publicatie van het artikel in de zaterdagbijlage. Er zijn nog enkele gratis entreekaarten beschikbaar, uitgezonderd voor de eerste en de laatste lezing. Zie ook: www.medischepublieksacademie.umcg.nl.

Er komt een moeder bij de dokter. Heel goed mogelijk dat psychiater en hoofdbehandelzaken psychosen dr. Wim Veling zijn deel van de lezing zo begint. Want het zijn vaak de ouders – met name moeders – die zich met zorgen over de geestesgesteldheid van hun kinderen bij de huisarts melden.

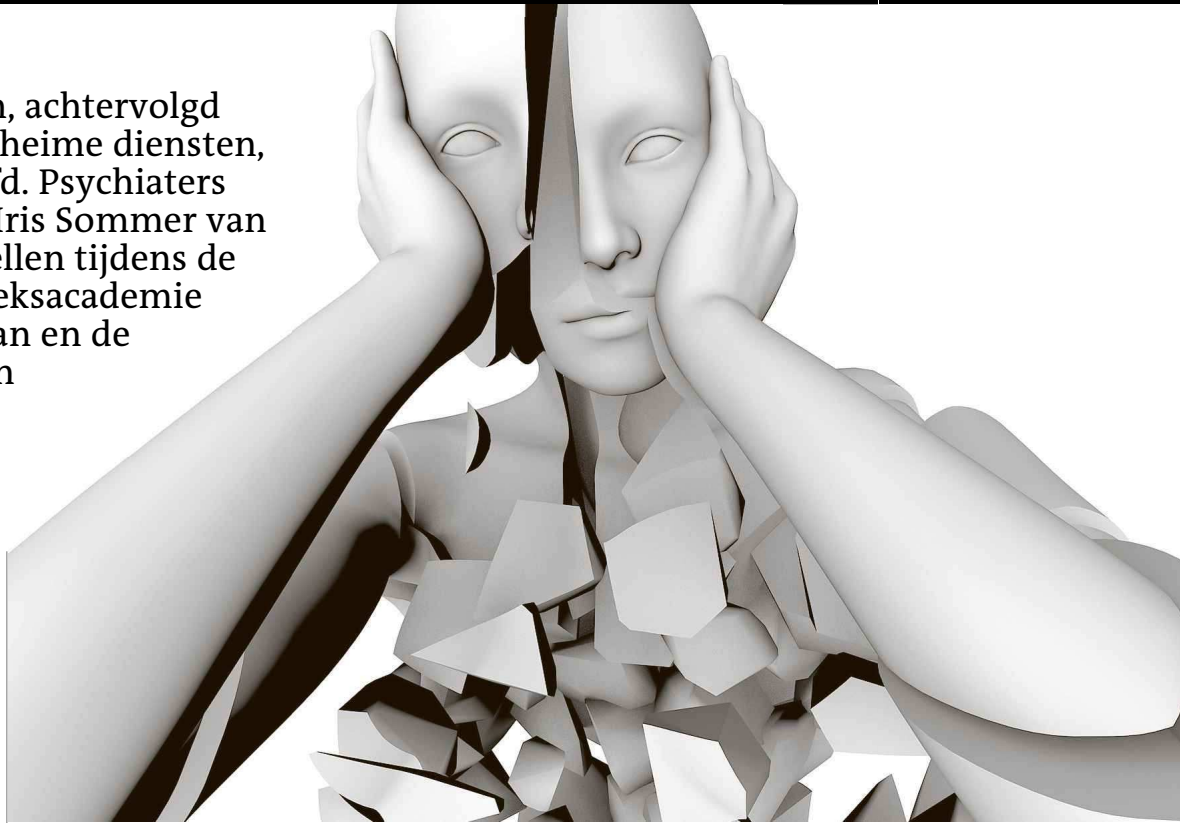
„Bij een psychose is het heel vaak zo dat mensen vinden dat niet zij in de war zijn, maar dat de wereld raar doet. Dan ga je natuurlijk niet zelf naar de dokter, want dat is niet wat er volgens jou moet gebeuren. Je denkt bijvoorbeeld dat er mensen achter je aanzitten en daarvan probeer je bij de politie aangifte te doen.”

„Vaak is het de familie die het eerst merkt dat het met zoon of dochter niet helemaal goed gaat. Een psychose verloopt heel geleidelijk. Het is met de wijsheid van achteraf dat je zegt: 'Toen zat het al niet helemaal goed'. Wanneer je bij adolescenten met een psychose terugkijkt dan waren de eerste verschijnselen zichtbaar ongeveer anderhalf jaar voordat de psychose echt uitbrak. Een psychose lijkt soms veel op gedrag van pubers. Ze trekken zich wat terug, zijn sombertjes en op school gaat het wat minder. Ook zie je soms dat het wat minder gaat met de concentratie. Heel vaag eigenlijk.”

TABOE

Op psychose rust nog altijd een taboe. „Je merkt dat het taboe de laatste tien, twintig jaar wel minder is geworden, maar het is zeker niet weg. Mensen denken vaak vooral aan de ernstigste vormen van psychosen, zoals schizofrenie. Ze denken aan vreselijke incidenten die met geweld of moord hebben te maken. Logisch, maar het is een heel vertekend beeld. Bijna geen enkel persoon met psychose is bij dit soort incidenten betrokken.”

Patiënten met een psychose verliezen het contact met de werkelijkheid. „Je perceptie van de werkelijkheid verandert. Er is iets aan de hand, je hoort stemmen in je hoofd. Je loopt over straat en denkt: hé, waarom kijken die mensen naar me? Je wordt achterdochtig en probeert te snappen wat er gebeurt. Zo ont-



VOORTDUREND BANG EN IN DE WAR

staat dan al snel een theorie over een geheim complot of geheime diensten. Je trekt je terug, gaat minder naar buiten. Je zorgt ook minder voor jezelf en in je hoofd wordt het een chaos. Kortom: je loopt vast.”

Veel patiënten willen hulp. „Want je merkt ook zelf dat het niet goed gaat. Ze doen geen oog dicht en zijn voortdurend bang en in de war. Het is als hulpverlener dan belangrijk dat je aansluit bij de hulp waar een persoon om vraagt. Slecht slapen bijvoorbeeld.”

TERUGKEREND

Psychosen zijn vaak niet blijvend. „Op het UMCG is er een afdeling voor jongeren die voor het eerst een psychose krijgen. Bij 70 à 80 procent van hen gaat de aandoening wel weg. Het ding van een psychose is dat ze de neiging heeft om terug te keren. Van elke vijf patiënten krijgt eenje nooit meer een psychose,

““ EEN PSYCHOSE HEEFT DE NEIGING OM TERUG TE KEREN

maar de andere vier wel. Het blijft een gevoelige plek.”

„Stress is een belangrijke trigger. De een krijgt migraine, een ander last van de rug, en sommigen krijgen een psychose. In de hersenen van 15-jarigen gebeurt ontzettend veel. Dat is de leeftijd waarop in het brein de meeste veranderingen plaatsvinden. Maar het is ook een levensfase waarin er psychologisch en sociaal veel gebeurt.”

STUDENTEN

Ook studenten zijn kwetsbaar. „Groningen is een echte studentenstad. In het eerste en tweede jaar gaat het soms mis. De sociale stress is behoorlijk. Bij volwassenen spelen er meer andere stressfactoren mee: werk, zorgen over familie, relatiebreuk. Al het gedoe dat nu eenmaal bij het leven hoort.”

„Ook positieve dingen kunnen een psychose aanzwengelen, vult

prof.dr. Iris Sommer aan. Ze is directeur van het onderzoeksinstituut Brein en Cognitie. „Verhuizing of verliefdheid bijvoorbeeld. Maar ook bij de mensen bij wie het niet overgaat is er nog heel veel mogelijk. We moeten dan onderzoeken hoe je met jouw beperkingen dan toch nog een prettig leven kan leiden.”

ZWAAR LEVEN

Een vergelijking met de film *A beautiful mind* is snel gemaakt. In deze film wint een wetenschapper met schizofrenie een Nobelprijs. Veling: „Wat goed is aan die film is dat het laat zien dat het voor patiënten vaak een zwaar leven is.”

Sommer: „Een psychose neemt je helemaal in beslag. Vandaar dat je onder Nobelprijswinnaars niet zo snel iemand met een psychose zult aantreffen. Een betaalde baan is al een positieve uitzondering.”

Veling wijst op het belang van familie. „Wat de man uit de film zo heeft geholpen is een partner die bij hem blijft ondanks alle pijn en moeite die het kost. Familie en naasten zijn een belangrijk onderdeel van de behandeling, want zij doen een groot deel van de zorg. Ze kennen de patiënt ook veel beter dan jij hem ooit zult kennen. Dus als een familielid belt, dan doe je er goed aan ook te luisteren. Een goede ondersteuning van de familie is belangrijk. Die heeft vaak een lange adem nodig en het is heel zwaar voor ze. Dat wordt nog weleens vergeten.”

WEINIG HELPT

Wanen en hallucinaties zijn volgens

Veling relatief nog het beste te behandelen. „Een van de beperkende symptomen is het verminderde vermogen om initiatief te nemen. We hadden toch werk voor iemand geregeld? Waarom gaat hij daar dan niet heen? Als de psychose weg is, dan is de drive ook vaak weg. Je wilt het ergens wel, maar het lukt niet. Dat is buitengewoon frustrerend. Er zijn heel weinig behandelingen die helpen.”

Sommer vermoedt dat het aan de veranderde hardware van een patiënt ligt. „Behandeling is heel complex. Je moet ten eerste bedenken dat een psychose is als een boekje dat uit veel verschillende bloemen bestaat. Bij de ene patiënt spelen er andere mechanismen mee dan bij de ander. Maar er zitten ook heel zeldzame bloemen bij. Niet iedereen heeft baat bij hetzelfde behandelprotocol.”

ACTIEF AFWEERSYSTEEM

Het immuunsysteem speelt een belangrijke rol. „Over het algemeen zie je bij mensen met een psychose een wat actiever immuunsysteem. „In de hersenen zit een broertje van de witte bloedcel, de microglia, die een belangrijke rol speelt bij de afweer van hersenen. Een van de dingen die hij doet is het opeten van verbindingspunten tussen hersencellen die met synapsen met elkaar communiceren. De verbindingen die je bijna niet gebruikt, worden opgegeten bij wijze van onderhoud. Dat is gewoon netjes. Maar bij mensen met een psychose is die cel actiever. Er ontstaat een beetje kaalslag. Het netwerk dat overblijft is van een iets mindere kwaliteit.”

Veling: „Het netwerk is niet 4G, maar 3G. Alsof je internet in de trein gebruikt.”

JOBCOACH

De oorzaak van een actiever immuunsysteem is divers. Sommer: „Deels is het erfelijk. Andere oorzaken zijn onder meer verwondingen, infectieziekten, slaaptkort en drugsgebruik. We snappen nu nog niet precies wat we dan aan het immuunsysteem kunnen doen. Maar zodra we dat wel weten, dan zijn er medicijnen om dat te behandelen. Dankzij de oncologie hebben we daar kasten vol van.”

Voor de behandeling van een psychose is een heel team nodig. Veling: „Een psychiater, een psycholoog, een verpleegkundige, maar ook een jobcoach. Vroeger gingen mensen na een psychose naar de dagbesteding om te knutselen. Als dat goed ging, volgde vrijwilligerswerk en daarna misschien een betaalde baan. Dan was je inmiddels een jaar verder. Maar vooral jongeren hebben helemaal geen zin om te knutselen. Die verliezen de motivatie. Daarom hebben we dat nu omgedraaid. De jobcoach zorgt ervoor dat ze meteen een betaalde baan krijgen bij een werkgever die je niet meteen ontslaat als je bijvoorbeeld drie keer te laat komt. Daar groei je van.”