

*"Mijn moeder was een
trotse boerenvrouw.
Van de generatie: niet
klagen, maar dragen"*

'Mam raakt kwijt' aan Alzheimer

“Ik wil dementie uit de taboesfeer halen”

Ria Tuenter uit Varsseveld schreef een ontroerend boekje over haar moeder die aan de ziekte van Alzheimer leed en steun vond bij een antroposofische pop. *Mam raakt kwijt* is de titel. “Ik wil dementie uit de taboesfeer halen. Mijn moeder was niet gek, ze leefde alleen in een andere wereld.”

Tekst: Jolanda Hofland
Foto's: Boekenbent,
Ingrid Zieverink-Sweers

Ria Tuenter pakt Popje, zoals haar moeder haar pop liefkozend noemde, van tafel en drukt haar even stevig tegen zich aan. “De geur van mijn lieve moeder ruik ik nog altijd als ik met Popje knuffel”, begint ze. Moeder Pe Hengeveld overleed nog niet zo lang geleden. Popje was van haar. Ria gaf het haar cadeau toen ze al een tijdje in een verpleeghuis woonde, omdat ze behoorlijk dementeerde. Alzheimer. Ria, communicatiemedewerker bij de gemeente Oude IJsselstreek en freelance tekstschrijver, schreef regelmatig stukjes over haar moeder en Popje. Deze schrijfsels plaatste ze op Facebook. Daar was de respons zo groot dat ze al snel een vaste column in een regionaal huis-aan-huisblad kreeg. Uiteindelijk maakte ze het boek *Mam raakt kwijt*.

Gouden vrijwilligers

Er zijn mensen die Ria al vergelijken met Hugo Borst. Een mooi compliment, maar die vlieger gaat niet helemaal op volgens de Achterhoekse. Weliswaar schrijft zij net als Hugo liefdevol over haar moeder, maar in haar verhalen zit geen roep om meer handen in de zorg. “Ik heb in de periode dat mijn moeder in een verpleeghuis verbleef nooit gemerkt dat de verpleging en verzorging van mijn moeder te kort schoten door bezuinigingen in de zorg. Misschien hebben we geluk gehad. Mijn moeder woonde hier in Varsseveld, in verpleeghuis Den Es. In 2012 werd deze instelling nog uitgeroepen tot het beste verpleeghuis van Nederland. Bij Den Es geven ze vakkundige zorg en warme aandacht. Daarnaast zijn er ontzettend veel vrijwilligers actief. Deze mensen zijn echt goud waard. Ze schenken koffie, lezen verhalen voor, fietsen met bewoners of maken een ommetje. Je inzetten voor de maatschappij, het zorgen voor een ander is misschien wel iets wat hier op het platteland gewoon is. Het hoort bij deze streek en misschien kom je het in de steden minder tegen. Mijn moeder heeft in elk geval aan aandacht en medische

zorg nooit gebrek gehad. In *Mam raakt kwijt* heb ik het daar ook niet over. Ik heb vooral geprobeerd me te focussen op haar ziekteproces en op wat het met mij deed om haar op deze manier kwijt te raken.”

“Met mien is niks mis”

Vijf jaar geleden merkten Ria en haar broer en zus dat hun moeder steeds vergeetachtiger werd. “Eerst waren het nog vrij onschuldige dingen. Een afspraak die ze vergat of een naam waar ze niet op kon komen. Van lieverlee werd het echter steeds erger. Ze begon de dingen op de verkeerde plek terug te leggen: kaas in de keukenkast, thee in de koelkast. Ze werd een gevaar op de weg. Keek niet uit, als ze linksaf sloeg en na het boodschappen doen was ze vaak haar fiets ‘kwijt’. We legden briefjes voor haar neer, zodat ze dingen niet vergat te doen. Tevergeefs. Mijn moeder was een trotse boerenvrouw. Van de generatie: niet klagen, maar dragen. De briefjes verstopte ze of ze gooide ze gewoon weg. Vaak onder het mom van ‘Wat zólt de leu d'r wel niet van denken?’ En: ‘Met mien is niks mis.’”

“Ik ben zo alleen”

Er was wel wat mis. Ze had Alzheimer en deze ziekte zorgde ervoor dat ze vereenzaamde en vaak huilend aan tafel zat als Ria bij haar langs ging. “Dan zei ze: ‘Ik ben zo alleen. Ik zie niemand.’ Terwijl ik wist dat er diezelfde dag nog bezoek was geweest. Dat was ze dan alweer vergeten. Dat ze zo verdrietig was, vond ik heel erg. Toen ze een keer zei dat ze naar het bejaardenhuis wilde, omdat ze dan niet meer zo alleen was, wilden we daar meteen werk van maken. Ware het niet dat ze de dag erna alweer van gedachten was veranderd. “Ik mot niet menen da’k hier weg gao. Ik heb hier een hartstikke mooi huus.” Het werd zwaar voor Ria en haar familie om voor de thuiswonende moeder Pe, voor wie de wereld steeds



10 x Mam raakt kwijt

Wilt u ook *Mam raakt kwijt* lezen? Naober mag 10 exemplaren weggeven. Stuur om een kans te maken een mail naar **info@naober.nl** of stuur een briefje naar Naober, Dorpsstraat 7, 7261 AT Ruurlo. Geef in maximaal 100 woorden aan wat uw ervaring is met dit onderwerp.

Het boek is te bestellen bij Boekenbent en kost 14,95 euro. Bestel het boek de hele maand april met 2,50 euro korting op **www.boekenbent.com** o.v.v. de kortingscode: **Naober**.



Een zachte, antroposofische JOYK-pop gaf de moeder van Ria Tuenter rust. Ze knapte er van op. De pop wordt vaker gebruikt bij Alzheimerpatiënten. “Nu ben ik niet meer alleen,” zei ze over haar pop.

ingewikkelder werd, te zorgen. Om de haverklap en voor de kleinste wissewasjes – een verwarming die het niet deed, omdat ze alle knoppen had dichtgedraaid of een portemonnee die zoek was – belde zij Ria. Soms wel twintig keer per dag. Vaak boos, verdrietig of opstandig.

“Uut mien eigen huus ejaagd!”

Ria is er zelfs een tijdje overspannen van geweest. “Alles wat fout ging, was onze schuld. Ze wilde nergens iets van weten, huilde veel, accepteerde geen andere hulp, maar deed wel telkens een beroep op ons. Als de telefoon ging, deed me dat op een gegeven moment fysiek gewoon pijn. De stekker eruit trekken voelde niet goed. Laten rinkelen ook niet. Stel je voor dat ze echt mijn hulp nodig had? Die constante zorg om je moeder, het zuigt je leeg. Je energie raakt compleet op. De situatie was onhoudbaar. Voor alle partijen. Noodgedwongen, maar vooral voor haar eigen veiligheid, hebben we haar op een gegeven moment onder valse voorwendselen moeten laten opnemen in een verpleeghuis. Het bejaardenhuis was toen al een gepasseerd station. Verschrikkelijk. In feite beroof je iemand van zijn vrijheid. Mijn verstand wist wel dat dit de enig juiste keuze was, maar mijn gevoel zei me iets heel anders. Ik heb wel drie dagen gehuild. Mijn moeder was ook zo boos op ons. ‘Noe hebt ze mien uut mien eigen huus ejaagd’, zei ze. Heel pijnlijk.”

In een andere tijd

Gelukkig begint moeder Hengeveld zich na een paar dagen wat beter te voelen op haar nieuwe woonplek. Al gaat ze geestelijk hard achteruit en blijft de onrust. Ria vindt af en toe briefjes met kreten erop als ‘Ik voel me zo alleen zonder mijn kinderen’ en ‘Ik verveel me hier, wil graag thuis zijn’. “De tranen stroomden soms over mijn wangen, als ik weer zo’n briefje vond. De woorden schreeuwden letterlijk haar eenzaamheid uit. Eén briefje kwam als een mokerslag bij me binnen. Het ging over mijn vader die overleed toen ik net één jaar oud was. Haar eerste echtgenoot. Er stond: ‘De liefste, mis Jan’. Ze begon ook zo nu en dan over mijn vader te praten. En over haar ouders. ‘Waarom komen ze me niet opzoeken? Ze weten toch wel waar ik woon?’ Mijn moeder zat in haar hoofd duidelijk in een heel andere tijd. Was ze vroeger een sterke, zelfstandige en intelligente vrouw – een moeder die onvoorwaardelijk van me hield en bij wie ik altijd kon schuilen – nu was ze kwetsbaar, angstig en vrijwel geheel afhankelijk van anderen.”

‘Noe bun’k niet meer allene’

Ria besloot in overleg met haar broer en zus een antroposofische Joyk-pop voor haar moeder te kopen. Baat het niet, schaadt het niet. “Mijn moeder is altijd dol op kinderen geweest. Ik had ergens gelezen dat poppentherapie demeterenden troost biedt en kalmerend werkt. Het moment dat ik mijn moeder haar popje gaf, zal ik niet snel vergeten. Het eerste wat ze zei was: ‘Noe bun’k niet meer allene.’ Zo aandoenlijk. Moeder klampte zich meteen aan Popje vast

en knapte daardoor zienderogen op. Alles is ze al eens kwijt geweest: haar tas, het gehoorapparaat, tien leesbrillen, maar Popje nooit. 'Het is echt een heel lief popje', zei mijn moeder vaak. Het werd echt haar kind. Ze praatte ertegen, knuffelde en vertrouwde het."

Moeder Hengeveld heeft ooit, voordat Ria geboren werd, twee doodgeboren kindjes gekregen, die ze niet mocht zien en van wie ze geen afscheid mocht nemen. Ze mocht wel even verdrietig zijn, maar daarna ging al snel het normale leven weer door. "Bizar hoe dit onverwerkte verdriet door Popje ineens terugkwam. Mijn moeder begon uit zichzelf te vertellen over haar baby die dood was. Nu, na zoveel jaar, mocht het verdriet er wel zijn. Stortte ze haar hart uit om vervolgens troost te zoeken bij Popje."

Uit de taboesfeer

Ria hoopt met de verhalen over haar moeder en Popje de-mentie uit de taboesfeer te halen. "Ik wil begrip kweken voor mensen met dementie. Zij zijn namelijk niet gek, leven alleen in een andere wereld dan de onze. Als je meegaat in hun belevingswereld, kun je nog heel veel mooie geluksmomenten beleven. Hoe triest de situatie soms ook is. Dat veel lezers

"De constante zorg om je moeder, het zuigt je leeg. Je energie raakt compleet op"

steun vinden in en herkenning ontlene aan mijn columns en boek is een mooie bijkomstigheid. Uit de reacties die ik krijg merk ik ook dat er allerlei verhalen loskomen. Iedereen kent wel iemand met dementie, die óók met een popje rondloopt of een andere eigenaardigheid heeft. Wat mij betreft hoeven we daar niet geheimzinnig meer over te doen. We hoeven het ook niet meer weg te stoppen. Laten we er gewoon met elkaar over praten en het niet achter gesloten deuren houden."

Plotseling overleden

Afgelopen februari is moeder Hengeveld vrij plotseling overleden. Tijdens haar korte ziekbed week Popje niet van haar zijde. Ria glimlacht, als ze terugdenkt aan de innige band tussen die twee. "Mijn moeder zelf had niet in de gaten hoe ziek ze was. Dat is dan misschien een voordeel van het hebben van Alzheimer. In plaats van denken aan doodgaan, was ze ervan overtuigd dat ze net een kind had gekregen. 'Ik lig hier wel in bed', zei ze, 'maar ik ben niet ziek.' 'O nee?', vroeg ik haar. 'Nee', zei ze blij. 'Ik heb net een kindje gekregen. Kijk!' Trots liet ze me Popje zien."

