

Als het deksel van de put gaat

Het verband tussen trauma en dementie

ONTWRICHTENDE SCHOK
 Mensen kunnen op vele manieren een psychotrauma oplopen, maar één kenmerk is daarbij altijd aanwezig: het gebuurde heeft een geweldadig karakter en is buitengewoon schokkend voor wie het overkomt. In de twee genoemde voorbeelden gaat het om een oorlogsveteraan en een oorlogsslachtoffer. Maar de aanleiding kan ook huiselijk en seksueel geweld zijn, natuurrampen zoals een aardbeving of een tsunami, een ramp met een vliegtuig (MH17) of de vuurwerkramp in Enschede, een verkeersongeluk, een overval of een plotselinge aanval van een dier. Ook het verlies van een dierbare kan een psychotrauma veroorzaken, vooral als het een jong kind betreft dat een ouder of een broertje of zusje verliest. Behalve dat de traumatische gebeurtenis iemands bestaan ernstig bedreigt, heeft het slachtoffer ook het gevoel er machteloos tegenover te staan. Juist die twee elementen samen maken dat dergelijke schokken bij veel mensen diepe emotionele sporen achterlaten. Wanneer het iemand niet lukt om de schokkende gebeurtenis te verwerken, ontstaan lichamelijke en psychische klachten zoals hartkloppingen, snel schrikken, slapeloosheid en somberheid.

Bij dementie neemt de mentale controle af en kan het oude leed plotseling de kop opsteken

hun leven traumatische ervaringen oplopen en de emotionele gevolgen van deze gebeurtenissen weten te verbergen. Meestal komt dat doordat er vlak na het trauma absoluut geen ruimte was om erover te praten of om het te verwerken. Neem bijvoorbeeld het verhaal van het meisje, ze was destijds vijf, dat tijdens het bombardement op Rotterdam-West in 1943 met haar moeder in een schuilkelder verbleef. 'Ik was van angst verlamd en ook mijn moeder was verlamd. Als ik er aan terugdenk, kan ik nauwelijks ademen. Ik had zo graag gewild dat we elkaar vastgehouden hadden. Dat kon elk jaar en woont met lichte demetie-verschijnselen op zichzelf.

In een verpleeghuis ergens in Nederland woonde een Indië-veerraan met dementie. Een rustige, vriendelijke en meegaande man. Tot de dag waarop een verzorgende dacht een grijp te maken. Ze had een portafoon aan haar riem hangen en de man vroeg waarom ze een pistool droeg. Daarop koppelde de verzorgende haar portafoon los en maakte, bij wijze van grap, een schietbeweging. Aanvankelijk bevroor de man, maar loen zijn dochter kort daarna op zijn kamer kwam, trof ze haar vader aan in totale paniek.

Militairen met een posttraumatische stressstoornis (PTSS) lopen tweemaal zoveel kans op dementie als mensen zonder PTSS. Ook mensen die bijvoorbeeld vóór hun achttigste een ouder hebben verloren, hebben een hoger risico om eerder alzheimer te ontwikkelen. En verwaarlozing als kind en vroege traumatische ervaringen verhogen het risico op milde geheugenklachten (mci) en dementie. Kortom, trauma en dementie gaan nogal eens samen, zo constateert redacteur Theo Royers.