



PARKINSON CAFE VALKENSWAARD

Correspondentieadres: Loes Beelen, Waalreseweg 79, 5554 HB Valkenswaard

Tel. 040 201 2175

E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Website www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

NIEUWSBRIEF MAART 2017



Het is bijna zover....

Vooruitblik

April

Maria Grijpma, schrijfster van boekje over mantelzorgers.
Daarna praten in groepjes.

Mei

Hans Holtslag met zijn nieuwe show, "Kristallen tranen".

Juni

Lichttherapie
(onder voorbehoud)

Juli

Praatgroepjes
(onder voorbehoud)

Parkinsoncafé 31 maart, 14.00 uur

Ad Vermeij neuroloog, verbonden aan het St. Catharinaziekenhuis in Eindhoven.

Het is al bijna traditie dat we in de maand maart de hr. Vermeij in ons Parkinsoncafé mogen begroeten. Hij is een enthousiast verteller en wil ons graag over inzichten rond de ziekte van Parkinson informeren. Het thema van deze middag wordt: "Duizeligheid en andere klachten van het autonome zenuwstelsel bij de ziekte van Parkinson". Na de presentatie is er gelegenheid tot vragen stellen.

Terugblik Februari:

Marjolein v. Stiphout, als tandarts verbonden aan Stichting mondzorg bij Parkinson/Parkinsonisme bestudeert momenteel samen met een onderzoeksgroep of Parkinson invloed heeft op mondgezondheid. Haar voorlopige conclusie is dat dit, zij het in lichte mate, inderdaad het geval is. Er komt wat meer cariës voor en ook tandenknarsen kan problemen, bijv. slijtage, veroorzaken. Omdat een goede mondgezondheid (voor iedereen uiteraard) erg belangrijk is, gaf ze daar nog een aantal nuttige tips voor.

Wie zingt is even Parkinson de baas

Neurowetenschapper Robert Harris: "Proefpersonen die improviseerden maakten prachtige muziek". Parkinson tast het spraakvermogen aan, maar dit probleem verdwijnt zodra patiënten zingen. Volgens neurowetenschapper Robert Harris kunnen patiënten beter leren spreken via zangvormen als rap.



PARKINSON CAFE VALKENSWAARD

Correspondentieadres: Loes Beelen, Waalreseweg 79, 5554 HB Valkenswaard

Tel. 040 201 2175

E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Website www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

Onzichtbaar

*Als ik onzichtbaar kon
zijn
Zou ik naast je staan.
En wanneer je het
nodig hebt
Onzichtbare armen om
je heen slaan.*

*Zou ik warmte geven
Wanneer je het niet
durft te vragen
Mijn rust laten beleven
En je een klein stukje
dragen*

*Als ik naast je mocht
staan
En me onzichtbaar kon
maken
Zou ik als de maan
Rustig over je waken*

*Zou je even die
aandacht krijgen
Zonder dat iemand dat
leest*

*Kon je met me zwijgen
Alsof ik er nooit was
geweest.*

(Bron onbekend)

Dat muziek een positief effect heeft op de motoriek van mensen met Parkinson, was al bekend. De hersenziekte kenmerkt zich door lichamelijke problemen als trillen en moeizamer lopen. 'Maar als een parkinsonpatiënt naar muziek met een stevige beat luistert, verandert het hele bewegingspatroon', vertelt bewegings- en neurowetenschapper Robert Harris. 'Ik ontmoette een man die met muziek totaal anders liep, hij kon dansen, hij kon op één been staan. Normaal schuifelt hij door de kamer. Dat was echt ongelooflijk.'

Het effect van zang op hun spraak was echter nog niet onderzocht, ontdekte Harris tot zijn verbazing. Als onderdeel van zijn promotieonderzoek nam hij de zang op van vijftien parkinsonpatiënten die nog relatief normaal functioneerden, maar bij wie de ziektesymptomen gemiddeld al wel zo'n zeven jaar merkbaar waren. De geluidsfragmenten vergeleek hij met die van vijftien gezonde generatiegenoten. Harris, naast onderzoeker ook conservatoriumdocent, promoveerde onlangs aan de Rijksuniversiteit Groningen.

Uw verwachting was dat voor zingen hetzelfde geldt als voor bewegen?

'De gedachte was inderdaad dat als muziek zo'n sterk effect heeft op motoriek, zang ook effect kan hebben. De spraak van parkinsonpatiënten is vaak monotoon, waardoor je het verschil tussen vraag en antwoord bijna niet hoort. Ze hebben dus melodische tekortkomingen in hun spraak. Ik wilde niet alleen onderzoeken wat er gebeurt als ze bekende melodieën zingen, maar ook als ze improviseren

Ik gaf een voorzetje, bijvoorbeeld op 'lalala', en liet proefpersonen daarop eigen melodietjes improviseren. Dat was geweldig, ze maakten prachtige muziek. We vonden geen verschillen



PARKINSON CAFE VALKENSWAARD

Correspondentieadres: Loes Beelen, Waalreseweg 79, 5554 HB Valkenswaard

Tel. 040 201 2175

E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Website www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

Van verdriet blij worden

Emotie laat zich moeilijk sturen. Ik was er wel op voorbereid, maar toch overviel het me.

Veel koorleden merkten dat ik het moeilijk had en steunden me, met woord of een klein gebaar.

Ik voelde langzaamaan mijn keel verder opengaan en na zo'n 40 minuten kon ik weer meezingen. Ook daarom was de generale repetitie voor mij goed.



Voor de emotie die Parkinson te weeg brengt is er meestal geen generale vooraf. Het is meteen zoals het is. Ik golf mee op de schommelingen die hij laat zien.

Zoals verdriet om een dierbare bij het leven hoort, zo hoort Parkinson bij mij.

tussen hun zang en die van gezonde proefpersonen, terwijl dat bij hun spraak wel het geval was.'

Hoe vergeleek u dat?

'Spraak lieten we onderzoeken door neurologen in het ziekenhuis, die naar geluidsopnames van zowel patiënten en gezonde proefpersonen door elkaar luisterden. Ze pikten 13 van de 15 patiënten eruit, puur op basis van hoe zij praatten.'

De zangfragmenten hebben we gedigitaliseerd en met de computer geanalyseerd op onder meer toonhoogte, bereik en tempo.

Waarom is zingen en dansen voor iemand met Parkinson gemakkelijker dan praten en bewegen?

'Mensen met Parkinson hebben een tekort aan dopamine in de hersenen, waardoor hun bewegingen vertragen en verstijven, ook bij het spreken. De theorie is dat muziek de aangetaste hersengebieden omzeilt.'

Kan zang ook gebruikt worden bij therapie van parkinsonpatiënten?

'Een goede vraag. Ik ben geen therapeut, maar denk wel dat je zangvormen kunt gebruiken die tegen spreken aanliggen, zoals rap. De grens tussen zingen en spreken is vager dan we denken. Ik verwacht dat patiënten er baat bij hebben die grens op te zoeken en hun spraak een beetje te leren verleggen naar zang.'

U keek ook naar het brein van klassieke muzikanten die wel en niet kunnen improviseren. Wat was de belangrijkste bevinding daarin?

'Dat improviserende musici tijdens het luisteren muziek in het brein al omzetten in beweging. Alle



PARKINSON CAFE VALKENSWAARD

Correspondentieadres: Loes Beelen, Waalreseweg 79, 5554 HB Valkenswaard

Tel. 040 201 2175

E-mail pc.valkenswaard@gmail.com

Website www.parkinsoncafevalkenswaard.nl

Parkinsoncafé: Auditorium Kempenhof, Antwerpsebaan 3, Valkenswaard

Maar naast het verdriet is er plaats voor lachen en voor mensen ontmoeten. Voor luisteren naar mooie muziek en voor oppassen op mijn kleinkinderen.

Parkinson heeft me veel goeds opgeleverd. Mijn wereld verruimd.

Hij kan me van verdriet blij laten worden.

Zolang ik de regie houd is het goed.

Bron:

Van verdriet blij worden. –

Martin van Lokven

10 aug. 2015 columns P.



muzikanten die bladmuziek kunnen lezen doen dat als ze naar noten kijken, in hun hoofd liggen hun handen als het ware al op de piano. Dat zie je op scans doordat een gebied in de rechterhersenhelft actief wordt. Bij improviserende musici gebeurt dat al als ze naar muziek luisteren, zonder bladmuziek te zien, bij niet-improviserende muzikanten niet.

U pleit voor meer improvisatie in muzieklessen?

Zeker. De klassieke muziekcultuur is gericht op noten lezen, terwijl je van improvisatie veel kunt leren. Het is als het leren van een taal. Frans leer je het vlotst door naar Frankrijk te gaan en met mensen te praten, niet alleen uit een boek. Datzelfde geldt voor improviseren. Zodra je met een instrument in aanraking komt, is het zaak dat je niet alleen instructies volgt van noten op papier, maar dat je ook muziek máákt. We vonden geen verschillen tussen hun zang en die van gezonde proefpersonen, terwijl dat bij hun spraak wel het geval was. De grens tussen zingen en spreken is vager dan we denken. De klassieke muziekcultuur is gericht op noten lezen, terwijl je van improvisatie veel kunt leren.

Bron: Volkskrant.nl

Door: Anouk Broersma 6 februari 2017



**Elke maand sponsort
Detifleur Valkenswaard
het bloemetje op tafel in het Parkinson café**